

Czytanie Daje Siłę

Ogólnopolski Dzień Biblioterapii w Czytelni Głównej

Kolejny już raz, 14 listopada obchodzimy Ogólnopolski Dzień Biblioterapii. Święto to ustanowione zostało w rocznicę zarejestrowania Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego i już od 2016 wpisało się w kalendarz wydarzeń kulturalnych. Integrując się z bibliotekami, przygotowaliśmy w Czytelni Głównej literaturę biblioterapeutyczną znajdującą się w naszych zasobach bibliotecznych. Dzięki niej przybliżamy Państwu możliwość skorzystania i zastosowania jej w życiu codziennym. Należy podkreślić, że odpowiednio dobrana literatura może wspomóc proces radzenia sobie z problemami i kryzysami dnia codziennego. Wzmacnianie odporności psychicznej literaturą terapeutyczną pomaga w wypracowaniu w sobie niezbędnych metod do dobrego życia, a wspieranie się odpowiednimi książkami, może pomóc nam i bliskim w wychodzeniu z trudnych sytuacji życiowych. Polecamy zatem serdecznie!