



**Biblioteca Crescenzago**  
**Viale Don Orione 19 | 02884.65808**

# Mind your Book

Psicologia, libri e film  
per esplorare la propria storia



Chi è lo psicologo? In cosa può aiutarmi?  
Come?

Cos'è l'approccio  
cognitivo-comportamentale?

C'è un libro o un film che può aiutarmi  
a riflettere

su alcuni temi che mi stanno a cuore  
o mi fanno soffrire?

**giovedì 17 maggio 2018**  
**ore 20.30**

**serata di presentazione  
aperta a tutti**

# **giovedì 17 maggio 2018**

## **ore 20.30**

Cosa offre Mind Your Book?

Per chiunque li richieda,  
2 incontri di supporto psicologico gratuiti,  
con Psicologi iscritti all'Albo degli Psicologi  
della Lombardia,

- Per sperimentare cosa si fa in seduta con lo psicologo
- Per approfondire o riflettere su un tema con un libro o un film

Con il patrocinio di OPL  
(Ordine Psicologi Lombardia) e  
SITCC

(Società Italiana di Psicologia  
Cognitivo-Comportamentale).

Da un'idea di:

**Chiara Daldosso**, Psicologa clinica e del lavoro,  
Psicoterapeuta in formazione

**Raffaele Guido**, Psicologo clinico e forense,  
Psicoterapeuta in formazione

**Elena Rizzi**, Psicologa clinica ed educatrice,  
Psicoterapeuta in formazione

Per maggiori info > [trovalatuastoria@gmail.com](mailto:trovalatuastoria@gmail.com)

391 3740191 / 345 7164121

facebook: [mindyourbook](https://www.facebook.com/mindyourbook)



Mezzi pubblici > M2 (Cimiano), 44, 51, 53, 56, 75  
[c.bibliocrescenzago@comune.milano.it](mailto:c.bibliocrescenzago@comune.milano.it)  
[milano.biblioteche.it](http://milano.biblioteche.it) | [facebook.com/SBM.Milano](https://www.facebook.com/SBM.Milano)