



## il Salotto

### **Té letterario**

**Lunedì 29 ottobre** ore 17,30

*Conversazione con la*

**Dott.ssa Maria Grazia Parisi**

Medico psicoterapeuta, applica tecniche di medicina complementare e tecniche di gestione e risoluzione emotiva rapida, in particolare FastReset® - di cui è l'ideatrice e su cui ha pubblicato alcuni libri - nella cura dei disturbi psichici e psicosomatici e nelle situazioni di disagio emozionale. Si occupa inoltre di divulgazione scientifica e di formazione in campo psicologico e medico.



### **L'ARTE DI COLTIVARE GLI AFFETTI E LE AMICIZIE PER VIVERE BENE E A LUNGO**

***"Meglio la rete sociale della rete social"***

In un'epoca in cui la "rete" sta diventando soprattutto virtuale, come e perché è bene trovare il tempo e il modo di coltivare una vera rete di affetti e relazioni?

E' provato che chi ha buoni rapporti con i propri simili vive più a lungo, maggiormente in salute e, in sostanza, è più felice.

Quali sono, allora, i segreti per sviluppare e mantenere vive le relazioni? La capacità di andare d'accordo con gli altri e di farseli amici è un'arte che si può imparare o migliorare, o è piuttosto una dote naturale? Solo chi ha un buon carattere o è molto adattabile può ambire ad avere delle relazioni intense, durature, coinvolgenti e appaganti?

I social media (Facebook, Twitter e così via) sono un'opportunità o un ostacolo?

Cercheremo di rispondere a queste e altre domande nella nostra conversazione.

**Prenotazione obbligatoria presso la reception (02 2640251)  
All'incontro potete invitare anche i vostri amici non soci.**