

Sabato 25 febbraio 2012, ore 17.30
presso la libreria


MILEVOLT
libreria
in corso Francia 101, Torino



- Vernissage della Mostra “Attese oltre l’Attesa” di Fabio Sampedo
- Riflessioni sulla realtà carceraria

Perché il connubio carcere e ozio risulta inscindibile?

Prigione: luogo in cui rinchiodere o riabilitare?

Brevi letture tratte dal romanzo “Oltre l’attesa” in cui l’autrice conduce un percorso propositivo teso alla ricerca di alternative concrete per affrontare la grave situazione delle carceri.

Edizioni Angelo Manzoni



- L’attesa del raggiungimento del giusto peso corporeo

Perché dimagrire risulta spesso un percorso arduo e fallimentare?

Riflessioni con la dott.ssa Rita Caggegi, psicologa

Attraverso un approccio cognitivo-comportamentale è possibile comprendere i meccanismi fallimentari delle diete, individuando modalità corrette per giungere a una nutrizione basata sul fabbisogno biologico che risponda ai segnali fame/sazietà e non subordinato ad impulsi emotivi.