

Zaproszenie na wykład biblioterapeutyczny do biblioteki w Boguchwale



Serdecznie zapraszamy osoby 50+ na wyjątkowy wykład biblioterapeutyczny, który poprowadzi dr Wanda Matras-Mastalerz – ekspertka w dziedzinie biblioterapii

Data: 24.10.2025

Godzina: 16.00

Miejsce: Gminna Biblioteka Publiczna w Boguchwale

Wykład będzie doskonałą okazją do poznania, jak literatura może wspierać naszą równowagę emocjonalną, pomagać w radzeniu sobie z trudnymi emocjami i poprawiać jakość życia. Dr Wanda Matras-Mastalerz podzieli się praktycznymi wskazówkami oraz przykładami książek, które mogą być pomocne na różnych etapach życia.

Temat wykładu: Wiecznie młodzi, czyli pokolenie mocy. Jak zadbać o kondycję i wigor w wieku dojrzałym

Wstęp wolny!

Dołącz do nas i odkryj moc książek!