COMUNICATO STAMPA

AMARSI DA VIVERE

Parole, arte e testimonianze per parlare di fragilità e salute mentale

Il 13 ottobre al Circolo dei lettori di Torino un incontro dedicato alla fragilità psichica, al valore dell'ascolto e alla possibilità di trasformare l'esperienza del dolore in parola e condivisione

Torino, 13 ottobre 2026 – ore 21.00
Circolo dei lettori – Via Giambattista Bogino 9

Parlare di fragilità significa parlare di una dimensione profondamente umana, che può attraversare le vite di tutti e che spesso rimane nascosta dietro l'apparenza di una quotidianità normale.

È da questa consapevolezza che nasce **"Amarsi da Vivere"**, iniziativa che arriva a Torino dopo le precedenti tappe di Roma, Bologna e Catania, proponendo un momento di confronto tra **psicoterapia, testimonianza ed espressione artistica**.

L'appuntamento del 13 ottobre al Circolo dei lettori nasce con l'obiettivo di creare uno spazio di ascolto e riflessione intorno alla salute mentale: uno spazio rivolto non soltanto a chi vive direttamente una situazione di sofferenza, ma anche a familiari, amici, caregiver e a tutte le persone che si trovano ad accompagnare qualcuno in un momento di difficoltà.

Al centro della serata sarà **"La Corda"**, diario illustrato di **Caroline Freddi**, che costituisce il filo narrativo dell'iniziativa. Attraverso il linguaggio delle immagini e della scrittura, l'opera affronta l'esperienza della sofferenza e del lutto, cercando nella narrazione una possibilità di elaborazione e di condivisione.

Il libro diventa così il punto di partenza per un dialogo più ampio: **come possiamo raccontare ciò che spesso non riusciamo a dire? Come possiamo riconoscere la fragilità senza trasformarla in uno stigma? E quale ruolo possono avere la parola e l'arte nell'aprire uno spazio di relazione?**

La serata metterà in dialogo prospettive differenti, nella convinzione che la complessità della sofferenza richieda linguaggi e competenze differenti.

Interverranno **Valentino Franchitti**, analista junghiano AIPA-IAAP e docente; **Silvia Romano**, psicoterapeuta e docente IPSE, arte e terapia clinica presso ASL TO5; **Elena Pandolfi**, attrice e autrice, che modererà l'incontro; **Caroline Freddi**, autrice de *La Corda*; **Silvia Casetta**, compositrice e rappresentante di CFU Italia ODV; **Ginevra Sanfelice Lilli**, autrice di poesie e del testo che sarà letto durante la serata; **Rocchina Stoppelli**, presidentessa La Tazza Blu.

L'arte sarà considerata non come sostituto del percorso clinico, ma come **possibilità espressiva e strumento per dare forma all'esperienza, condividere emozioni e costruire un dialogo intorno a ciò che spesso rimane indicibile**.

"Amarsi da Vivere" vuole dunque proporre una serata lontana tanto dalla retorica quanto dal silenzio: un'occasione per parlare di fragilità con rispetto, competenza e attenzione, riconoscendo che **chiedere aiuto e accogliere quello degli altri può essere parte di un percorso di consapevolezza e di cura**.