

etc.

Os livros também curam

Biblioterapia Sandra Barão Nobre criou serviço que apostava nas virtudes terapêuticas da leitura

Sérgio Almeida
sergio@jn.pt

● "Biblio... quê?". Esta tem sido a reação mais escutada por Sandra Barão Nobre sempre que apresenta junto de potenciais interessados os seus serviços de biblioterapia, um método que permite o desenvolvimento pessoal e a resolução de problemas do dia a dia através da leitura do livro certo.

O desconhecimento generalizado sobre a atividade, que existe há quase um século, não surpreende esta apaixonada pelos livros desde a adolescência. Foi mesmo a crença de que existia um nicho por explorar neste segmento que a levou a deixar o antigo emprego, fazer uma certificação em 'coaching' e, posteriormente, criar a Biblioterapeuta.

"A prova de que os livros podem mudar vidas sou eu mesma. Eles têm sido uma presença constante em todas as etapas que tenho percorrido", afirma, convicta, a especialista. Apesar de o projeto só agora estar a ser implementado, Sandra Nobre acredita que os serviços proporcionados podem vir a atrair um grande número de interessados. Tanto particulares como empresas.

Os primeiros podem contratá-la para leituras domiciliárias ou serviços de assistência literária. Neste último, são sugeridos livros cuja leitura poderá ser benéfica para o cliente ultrapassar determinados problemas. Em ambos os casos, "poderão ser vendidos

como experiências, ou seja, como um 'voucher' que oferecemos a alguém de quem gostamos", diz.

No mundo empresarial, a terapeuta literária quer provar que a leitura conjunta de uma obra contribui para o reforço dos laços de união entre os trabalhadores de uma empresa. Admitindo que não será fácil entrar nesta área, pela ligação íntima que o meio corporativo tem com o lucro imediato, a antiga gestora de conteúdos da Wook revela ainda ter planos para chegar às escolas ou hospitais.

Ler traz sem vantagens
E por falar na saúde, Sandra Nobre condescende que o uso da palavra "terapia" pode até transmitir a ideia de que este método tem a pretensão de substituir o papel dos médicos. Nada mais errado, garante. "Contudo, podem trabalhar em equipa. Um paciente pode seguir a terapia clássica e ao mesmo tempo ler livros que ajudem no processo".

Do que Sandra Barão Nobre não duvida mesmo é dos benefícios trazidos pela leitura. Uma longa lista onde destaca "a melhoria do autoconhecimento, a capacidade de nos colocarmos no lugar dos outros e a ginástica mental". ●



Sara Sampaio andou no Porto a namorar
Modelo trouxe o milionário Oliver Ripley

Página 44

Imaginarius põe meio mundo de nariz no ar
Máquinas de Da Vinci voam em insufláveis gigantes

Página 43



Serviços :

Leitura ao domicílio

● Em casa ou no hospital, a biblioterapeuta assegura um conjunto de leituras a todos quantos estejam impossibilitados de fazê-lo. Custo: 10 euros por hora, mais gastos de deslocação se for fora do Porto e Matosinhos.

Desenvolvimento pessoal

● Neste serviço de assistência literária personalizada com o valor de 100 euros, Sandra Nobre começa por fazer uma consulta de diagnóstico. Sugere de seguida dez livros úteis para o cliente, fornece material de apoio e, por fim, faz uma consulta de acompanhamento.

Coaching para ler mais e melhor

● Este serviço distingue-se do anterior não só pelo preço (mais 50 euros), mas por oferecer acompanhamento intenso (duas consultas em vez de uma).

Bibliografia institucional ou corporativa

● Reforçar o vínculo entre as instituições e os seus profissionais é um dos objetivos dos serviços da biblioterapeuta dirigidos a empresas. Em parceria com a Mindshake, foram desenvolvidos dois programas distintos: o primeiro, mais básico, custa 400 euros; o pacote completo custa 1500 euros.