

etc.



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



Os livros também curam

Biblioterapia Sandra Barão Nobre criou serviço que aposta 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”. ●



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.