

Comunicato stampa

Dal 18 novembre in libreria e online

## Come l'arte può cambiare la tua vita

*L'arte come supporto emotivo  
per imparare a scoprire e conoscere le emozioni*

di  
**Susie Hodge**

Edito da 24 ORE Cultura

[www.24orecultura.com](http://www.24orecultura.com)



Edito da 24 ORE Cultura, il 18 novembre esce in libreria "Come l'arte può cambiare la tua vita" di Susie Hodge.

Alla base di questo volume vi sono i risultati delle innumerevoli ricerche scientifiche che dimostrano come **l'arte abbia il potere di risollevare lo spirito** e come, lavorando sulle onde cerebrali, sul sistema nervoso e sui livelli di dopamina, possa **influenzare positivamente** l'umore di chi ne fa esperienza.

È così che, attraverso più di **settanta opere**, l'autrice con uno **stile scorrevole e coinvolgente** mostra al lettore il modo in cui l'arte può configurarsi come uno **strumento terapeutico** per affrontare e comprendere alcune emozioni negative.

L'arte visiva può infatti rappresentare un valido supporto per **ridurre i livelli di ansia e di stress** dal momento che permette di confrontarsi con gli stessi sentimenti vissuti nel passato da grandi artisti che hanno elaborato il dolore e le difficoltà attraverso la propria arte.

Susie Hodge invita così il lettore a scoprire come Frida Kahlo ha affrontato la sua sofferenza o Henri Matisse ha abbracciato la felicità, Louise Bourgeois ha sconfitto la paura e Auguste Rodin ha trovato la speranza.

#### **Autore**

**Susie Hodge** - autrice di bestseller, storica dell'arte, storica e artista, ha scritto oltre novanta libri per adulti e bambini.

#### **24 ORE Cultura**

Società del Gruppo 24 ORE, 24 ORE Cultura ([www.24orecultura.com](http://www.24orecultura.com)) è una delle realtà di maggior spicco del settore culturale italiano ed europeo. Editore di volumi illustrati nei settori dell'arte, dell'architettura, della moda e del design, è anche produttore e organizzatore di mostre d'arte ed è partner delle più prestigiose case editrici e dei principali musei internazionali. 24 ORE Cultura gestisce inoltre il MUDEC – Museo delle Culture di Milano: progettato da David Chipperfield, è un polo interculturale e multidisciplinare dedicato alle culture dei cinque continenti.

#### **Scheda tecnica**

Titolo: Come l'arte può cambiare la tua vita

Autore: Susie Hodge

Editore: 24 ORE Cultura

Formato: brossura 14,8 x 21 cm

Pagine: 192 pagine

Prezzo: € 18,00

Codice ISBN: 978-88-6648-613-8

In vendita in libreria e online

#### **Ufficio stampa | ddlArts**

Alessandra de Antonellis | [alessandra.deantonellis@ddlstudio.net](mailto:alessandra.deantonellis@ddlstudio.net) | +39 339 3637.388

Ilaria Bolognesi | [ilaria.bolognesi@ddlstudio.net](mailto:ilaria.bolognesi@ddlstudio.net) | +39 339 1287 .840

Martina Santoro | [communication@ddlstudio.net](mailto:communication@ddlstudio.net) | +39 340 6625 .809