

# **"Come posso bilanciare la mia vita?". Seconda stagione di LoveTalks**

La seconda edizione di LoveTalks, una serie digitale dell'IFFD (International Federation for Family Development), inizia il 22 aprile con il tema "Balanced Life", dove esperti da tutto il mondo offriranno idee ed esperienze su come integrare i vari aspetti della vita.

13/04/2023

La seconda stagione di LoveTalks, una serie digitale dell'IFFD (International Federation for Family Development), debutta il 22 aprile con il tema "Balanced Life", dove esperti di tutto il mondo offriranno idee ed esperienze su come integrare tutti gli aspetti della vita.

Per un giovane professionista single, un neo-sposo o una persona sposata da decenni, cercare di integrare tutti gli aspetti della vita (famiglia, lavoro, istruzione, relazioni, vita sociale, tempo libero, salute mentale, sport, ecc...) può risultare difficile.

L'ONG IFFD ha avvertito la necessità di approfondire questo tema che tocca la vita quotidiana di tante famiglie. Da molti anni, molti progetti promossi da fedeli e amici

della prelatura dell'Opus Dei attingono alla loro esperienza e al loro know-how per sviluppare corsi di orientamento familiare.

Pertanto, dopo il successo della prima stagione di LoveTalks: Sexuality and Affectivity, che ha attirato più di 10.000 persone da 148 Paesi e ha raggiunto quasi 100.000 visualizzazioni, hanno lanciato la seconda stagione con lo slogan "Balanced Life".

Javier Vidal-Quadras, segretario generale dell'IFFD, spiega che questa seconda stagione "cerca di alleviare la sensazione, oggi molto presente, di non riuscire ad arrivare a tutto, di non avere tempo e di non sapere come mettere nel giusto ordine ciò che è veramente importante".

In questa nuova stagione di LoveTalks, 20 esperti terranno brevi conferenze preregistrate (10-15 minuti) in cui risponderanno a una

domanda o svilupperanno un argomento in modo conciso, con idee concrete su come equilibrare la vita e viverla in armonia. Inoltre, sarà a disposizione dei partecipanti un archivio di altri interventi sulla sessualità e sull'affettività.

Alcuni dei titoli dei nuovi incontri sono:

- Genitorialità positiva: una relazione dinamica
- Famiglia e lavoro, un dolce binomio
- Business Today: Come indirizzare una cultura che faciliti l'equilibrio tra lavoro e famiglia
- Come coltivare una mentalità generosa in casa
- Farsi coinvolgere dalle reti... familiari
- Salute mentale: conciliare lavoro e famiglia

- I giovani di oggi scommettono sulla famiglia?
- Riflessioni sul lavoro a distanza

Leticia Rodríguez, direttrice di Family Enrichment, l'area di formazione dell'IFFD, sottolinea che la scelta del tema si è basata su rigorose interviste a famiglie di tutto il mondo che hanno espresso la loro preoccupazione di non riuscire a conciliare tutto. "Questa seconda stagione", afferma, "oltre ad avere un grande rigore scientifico, privilegia le esperienze personali e pratiche dei relatori esperti, che spesso si trovano nelle stesse situazioni di vita dei nostri utenti".

L'IFFD, organizzatore di questo evento, è una ONG internazionale che promuove attività di formazione, sostegno e accompagnamento per le famiglie di tutto il mondo, indipendentemente da razza, colore, religione o origine. Fornisce servizi a

numerose istituzioni (familiari, lavorative, religiose, ecc.).

---

Per approfondire il tema dell'orientamento familiare e conoscere associazioni che se ne occupano in Italia, visita il sito Oeffe - Orientamento Familiare, una delle associazioni italiane. Le iniziative di orientamento familiare sono rappresentate a livello globale dalla Federazione Internazionale per lo Sviluppo delle Famiglie, IFFD (qui il sito in inglese o spagnolo).

---

pdf | documento generato automaticamente da <https://opusdei.org/it/article/come-posso-bilanciare-la-mia-vita-seconda-stagione-di-lovetalks/> (21/02/2026)