


GRUPPO DI AUTOMUTUO AIUTO PER CAREGIVER FAMILIARI

(familiari che assistono un proprio caro non autosufficiente)

Cos'è un gruppo di automutuo aiuto? E' un luogo in cui persone unite da un obiettivo o da un'esperienza comune possono condividere il proprio vissuto, incontrarsi, conoscersi e confrontarsi in uno spazio di scambio e reciproco sostegno.

Cosa si fa? Ci si incontra periodicamente in una sala accogliente. Si mettono le sedie in circolo e si comincia a raccontare... Chi vuole può anche solo ascoltare.



**Ascoltare
Parlare
Aiutarsi**

Stando insieme si riescono ad esprimere i propri stati d'animo, condividendo ci si sente meno soli, confrontandosi si impara a ritagliare momenti per sé.

La partecipazione è gratuita ma è necessaria l'iscrizione.

Per iscrizioni e informazioni:
Tel. 059645421

E-mail: info@anzianienonsolo.it

**22 Febbraio 2016
ore 20.30-22.00**

Serata di presentazione
c/o Anziani e non solo
Via Lenin, 55 41012 Carpi (MO)

Essenziale per tutti i partecipanti è garantire il reciproco rispetto e l'obbligo di riservatezza.