



## **“CURA PER CHI CURA”**

**GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO PER COLORO  
CHE ASSISTONO PERSONE CON GRAVI DISABILITÀ  
NEUROLOGICHE CRONICHE E DEGENERATIVE**

Quando vi siano persone colpite da gravi malattie ad andamento cronico e/o degenerativo, coloro che si prendono cura, i caregiver, sono coinvolti quotidianamente a livello emotivo ed assistenziale. Il protrarsi nel tempo di tali situazioni complesse rischia di generare elevati livelli di stress fisico e psicologico, difficilmente gestibili autonomamente.

Il gruppo di auto mutuo aiuto può rappresentare uno spazio speciale per il caregiver.

Il conoscere persone che hanno attraversato, o stanno attraversando le medesime difficoltà, fa sentire meno soli e connota di un diverso significato ciò che si sta vivendo, infondendo di nuovo speranza e motivazione.

Portare se stessi e la propria storia è assolutamente lenitivo per chi si inserisce, ma nel contempo è altamente arricchente per il gruppo stesso, dal momento che viene impreziosito di una nuova esperienza di vita.

Si attua così una sorta di circolo virtuoso del dare e avere, in un rapporto continuo di reciproco aiuto.

**QUANDO** il primo e il terzo LUNEDÌ, dalle ore 15.30 alle 17.00

(a partire dal 03/02/2020)

**DOVE** CASA della SALUTE di AVIGLIANA **FACILITATORE** Cristina 011-9634117/8

