



PORTIERATO DI COMUNITÀ

VICINO ALLE PERSONE,
LE PERSONE VICINE ALLA COMUNITÀ



PROGETTO NUOVE VIE DI WELFARE



L'Associazione A.L.I.Ce Bologna ONLUS presenta

INCONTRI GRATUITI RIVOLTI AI CAREGIVER

PRENDERSI CURA DI CHI SI PRENDE CURA

Seminario PRENDERSI CURA DI SÉ

Conoscere i fattori di rischio per la salute legati allo stress dell'assistenza e come proteggere la propria salute

Gruppo di condivisione "VI RACCONTO COME MI PRENDO CURA DI..."

Condividere in gruppo informazioni utili ed esperienze emotive

Laboratorio esperienziale GESTIRE LO STRESS: ISTRUZIONI PER L'USO

Apprendere strumenti per gestire ansia e stress attraverso il respiro e la consapevolezza

Incontro psicoeducativo LE EMOZIONI come gestirle nel ruolo di cura

Promuovere strategie utili nella gestione delle emozioni

Gli incontri si svolgeranno **ONLINE** e saranno tenuti dalle **psicologhe dell'Associazione**. Verrà data precedenza di iscrizione ai **domiciliati presso il quartiere Navile**
Per iscriversi telefonare al 348-3197872

Vi aspettiamo!

CALENDARIO

- 2 ottobre: PRENDERSI CURA DI SÉ, h 17-19
- 9 ottobre: "VI RACCONTO COME...", h 17-18,30
- 16 ottobre: GESTIRE LO STRESS, h 17-18,30
- 23 ottobre: LE EMOZIONI, h 17-19
- 30 ottobre: PRENDERSI CURA DI SÉ, h 17-19
- 6 novembre: "VI RACCONTO COME...", h 17-18,30
- 13 novembre: LE EMOZIONI, h 17-19
- 20 novembre: GESTIRE LO STRESS, h 17-18,30

PROGETTO PROMOSSO DA

COORDINAMENTO ANCESCAO CITTÀ METROPOLITANA DI BOLOGNA • AUSER TERRITORIALE BOLOGNA • A.L.I.Ce ASSOCIAZIONE LOTTA ALL'ICTUS CEREBRALE BOLOGNA • ARCI BRECHT • ARCI SOLIDARIETÀ CORTICELLA • ARCI BOLOGNA • SENZA IL BANCO • TREKKING ITALIA • CIVIBO • FEDERCONSUMATORI BOLOGNA • SAT ODV SERVIZIO ASSISTENZA TOSSICODIPENDENTI ODV • CSI CENTRO DI SALUTE INTERNAZIONALE E INTERCULTURALE • COLORI ALLA NOCE • CVL COORDINAMENTO VOLONTARIATO LAME • NEXT GENERATION ITALY • A.V.O.C. ASSOCIAZIONE VOLONTARI DEL CARCERE • CIRCOLO ACLI "RENZO PILLASTRINI" • L'ALTRA BABELE • MONTE SOLE BIKE GROUP • ZOÈ TEATRI • ASSOCIAZIONE C.I.P.E.S. CENTRO INTEGRATO PSICOLOGIA ECOLOGICA SISTEMICA

IN COLLABORAZIONE CON

SPI • CNA PENSIONATI • ASSOCIAZIONE RIVIVERE • ARAD • PIAZZA GRANDE: HAPPY CENTER • CAMERA DI MEDIAZIONE • BANDIERA GIALLA • ANTEAS • ARCI SOLIDARIETÀ BOLOGNA • CENTRO SOCIALE RICREATIVO A. MONTANARI • CENTRO SOCIALE FONDO COMINI • CENTRO SOCIALE VILLA TORCHI

Con il patrocinio del



PROGETTO NUOVE VIE DI WELFARE

Finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali
di cui agli artt. 72 e 73 del D.Lgs. n. 117/2017 - anno 2018



DGR 689/2019