

# GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO PER FAMIGLIARI DI MALATI DI DEMENZA

*“Tu solo ce la puoi fare, ma non ce la puoi fare da solo”.*

**INIZIATIVA GRATUITA**

-

**INGRESSO DA VIA CADORNA 65, RHO**

*Per condividere le sfide dell'assistere ed accrescere le proprie competenze*

***Per informazioni e per  
partecipare contattare il  
numero 378/3016678***

***Incontri ore 18:00-19:30***

***-Mercoledì 20 settembre***

***-Mercoledì 18 ottobre***

***-Mercoledì 15 novembre***

***-Mercoledì 13 dicembre***

- Mutualità, impegno e condivisione** per noi stessi e per chi ci sta a fianco
- Sostegno reciproco nell'**affrontare situazioni critiche** e nel **migliorare le nostre competenze**
- Opportunità di osservare la nostra situazione da un **punto di vista differente**
- Dare valore al **vissuto emotivo** collegato al nostro ruolo di “persona che si prende cura”

La funzione principale dei **Gruppi di Auto Mutuo Aiuto** è quella di fornire **aiuto e sostegno ai vari membri del gruppo in relazione al far fronte alle loro situazioni problematiche ed al miglioramento delle loro competenze**. La fonte di aiuto principale risiede negli sforzi e nelle abilità dei vari membri posti in relazione paritaria e non giudicante.

## **L' AUTO MUTUO AIUTO NON E' SOLO PER LE DEMENZE!**

**Esistono delle condizioni nelle quali le persone possono trarre beneficio da un contesto che sia più forte del singolo!**

**IL GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO CHE PARTIRA' A BREVE IN FONDAZIONE RESTELLI LAVORA IN RETE E CONOSCE ALTRE REALTA' CHE SI OCCUPANO DI AUTO MUTUO AIUTO NEL LEGNANESE:**

*-Gruppo sulle dipendenze affettive, per informazioni contattare lo Spazio Canazza di Legnano, tel. 0331.541516 dalle ore 18.00 alle 19.00;*

*-Gruppo per persone in lutto a Legnano, per informazioni contattare lo Spazio Canazza di Legnano, tel. 0331.541516 dalle ore 18.00 alle 19.00;*

*-Gruppo per persone in lutto ad Arese, per informazioni scrivere al 335 788 0973 oppure [solimai@oltreiperimetri.it](mailto:solimai@oltreiperimetri.it);*

*-Gruppo per la dipendenza da gioco d'azzardo, per informazioni contattare lo Spazio Canazza di Legnano, tel. 0331.541516 dalle ore 18.00 alle 19.00.*

*Per segnalare la presenza di altri gruppi di auto/mutuo aiuto a Rho e/o Legnano contattare Aurora di "PromuoviAMALO", progetto che si occupa della promozione dell'auto/mutuo aiuto nel Rhodense e nel Legnanese, tel. 3459980013*