

**PER INFORMAZIONI E
PER PARTECIPARE AL GRUPPO
CONTATTARE**
la facilitatrice
Cinzia Santoni
Tel. 348 7332331
E-mail: santonicinzia@gmail.com

PROMOSSO DALLA COOPERATIVA
SOCIALE COOSS MARCHE IN
COLLABORAZIONE CON L'ATS XVI



Ambito territoriale sociale XVI

A CHI È RIVOLTO? A tutti coloro i quali risiedono nei comuni della Comunità Montana dei Monti Azzurri e hanno nel proprio nucleo familiare un soggetto con disabilità fisica e/o psichica.

DOVE? Presso il CSER-COSER di Gabella Nuova di Sarnano.

QUANDO? Un venerdì del mese dalle 18.30 alle 20.00.

COME SI ACCEDE? Attraverso un colloquio (anche telefonico) con la facilitatrice del gruppo.

L'ANGELO AZZURRO



**GRUPPO DI AUTO
MUTUO AIUTO PER
FAMILIARI DI
PERSONE CON
DISABILITA'**

LA PARTECIPAZIONE È GRATUITA

Cos'è un gruppo di auto mutuo aiuto?

Il gruppo di auto mutuo aiuto (A.M.A.) è formato da un numero limitato di persone (da 3 a 12), accomunate da una stessa condizione di vita o problema, che periodicamente si incontrano per raggiungere determinati obiettivi.

Gli incontri si svolgono in cerchio per favorire la comunicazione e per sottolineare la parità tra i partecipanti.

All'interno del gruppo è prevista la presenza di un facilitatore della comunicazione che, accoglie i partecipanti, favorisce l'instaurarsi un clima sereno e tutela il gruppo.

L'Angelo azzurro

Il gruppo è nato nel 2009 per volontà della cooperativa sociale COOSS MARCHE e dell'ATS XVI e ad oggi i partecipanti continuano ad incontrarsi con interesse e voglia di confrontarsi. Esso rappresenta un'opportunità di dialogo per coloro che sentono il bisogno di condividere i vissuti legati all'esperienza di avere nel proprio nucleo familiare una persona diversamente abile e che necessitano di scambiarsi informazioni e strategie per affrontare il quotidiano.

Perché partecipare al gruppo?

- Per ascoltare ed essere ascoltati senza giudizio.
- Per ritagliarsi un momento piacevole per se stessi.
- Per non sentirsi soli nelle problematiche quotidiane legate alla disabilità.
- Per condividere informazioni.
- Per offrire e ricevere sostegno, vicinanza e solidarietà.
- Per sentire opinioni diverse su una stessa questione.
- Per condividere emozioni, sentimenti, esperienze.
- Per aumentare le proprie capacità di affrontare i problemi.
- Per scoprirsi risorsa per gli altri.
- Per facilitare la nascita di legami amicali.



IO AIUTO TE, TU AIUTI ME

Testimonianze

"All'inizio pensavo non servisse a nulla, invece più passa il tempo e più mi sto ricredendo in quanto mi accorgo che aspetto volentieri il giorno in cui ci si ritrova tutti insieme."

"Quando sono qui mi piace lasciare fuori dalla porta i problemi e pensare solo a noi, poi siccome mia figlia è tra i più grandi dei nostri figli, sono contenta di poter dare il mio contributo di esperienze. Qui mi sento capita da chi ha dovuto condividere le mie stesse frustrazioni ed umiliazioni nella vita scolastica e nella società in genere."

"Per il mio carattere devo sempre far fronte ai sensi di colpa che mi assalgono quando lascio mia figlia per pensare un po' a me... ma poi, quando torno a casa, dopo essermi liberata di tanti pesi, dopo avere discusso sui modi per affrontare situazioni problematiche diverse, dopo aver, a volte!, sorriso sulle mie difficoltà, sono più serena e mi sembra di avere le idee più chiare su come andare avanti."

"Venire agli incontri del gruppo per me è una cosa buona e utile perché imparo dagli altri ciò di cui mia figlia potrebbe avere bisogno in futuro."