



PER LA MENTE, CON IL CUORE.

# FAMIGLIA A FAMIGLIA

**Corso di formazione per famigliari  
di persone che soffrono di disagio psichico.**

## Caratteristiche del programma:

- Il corso e il materiale fornito sono gratuiti.
- Il corso prevede 12 incontri, di 2 ore e 30, che si svolgeranno in orario da concordare.
- Gli insegnanti del corso non sono professionisti, ma famigliari che hanno seguito a loro volta una formazione specifica.
- In Italia il Corso è già stato frequentato dal 2009 da circa 1.000 famigliari (a Milano, Roma, Firenze, Palermo, Genova, Parma, Lecco, Pavia, Napoli, Padova, Catanzaro) con riscontri molto positivi.
- Progetto Itaca ha avuto l'accreditamento da NAMI (National Alliance on Mental Illness - [www.nami.org](http://www.nami.org)) per tradurre e realizzare in Italia il Corso Family to Family, che in Usa e Messico è stato già frequentato da più di 120.000 persone.

## Che cosa include il corso:

- Informazione su psicosi, schizofrenia, depressione maggiore, disturbo bipolare, attacchi di panico, disturbo ossessivo compulsivo, disturbo di personalità borderline...
- Informazione aggiornata su farmaci, effetti secondari e strategie per la continuità terapeutica.
- Aggiornamenti sulle ricerche scientifiche in corso relative alle malattie e alle terapie farmacologiche e psicologiche più efficaci.
- Come raggiungere empatia attraverso la comprensione di esperienze vissute da persone con malattia mentale.
- Gruppi di lavoro su tecniche di problem solving, ascolto e comunicazione.
- Strategie per gestire le crisi e le ricadute.
- Attenzione al famigliare: gestire paure, stress e sovraccarico emozionale.
- Guida per localizzare supporti adeguati e servizi nella comunità.

**Per informazioni:**

**Tel. 049 8755597 - [info.padova@progettoitaca.org](mailto:info.padova@progettoitaca.org)**

**PROGETTO ITACA PADOVA ONLUS - ASSOCIAZIONE VOLONTARI PER LA SALUTE MENTALE**

**Sede: Via Ugo Foscolo, 9/A - Padova - [www.progettoitaca.org](http://www.progettoitaca.org) - C.F. 92273270287**

**Sono aperte le iscrizioni per il corso che si svolgerà a PADOVA  
Sede del Corso: Via Ugo Foscolo 9/A**

**Il corso è a numero chiuso - iscrizione e colloquio di selezione obbligatori**