

FAMIGLIA A FAMIGLIA

Incontri di formazione e sostegno rivolti ai familiari di persone che soffrono di un disagio psichico

Sono aperte le iscrizioni agli incontri **rivolti ai familiari di persone con disturbi della Salute Mentale**. Il corso si basa sul programma NAMI (National Alliance on Mental Illness), fondato sulla **valorizzazione del supporto tra pari**.

Gli incontri, infatti, non sono tenuti da professionisti, ma da altri familiari che hanno seguito a loro volta una formazione specifica. Si articola in 8 incontri di circa due ore ciascuno a cadenza settimanale.

Che cosa include il corso:

- Informazione sulle diverse patologie psichiatriche e sui loro sintomi, sull'anatomia e fisiologia del cervello utili a comprendere la malattia psichiatrica.
- 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 familiare: gestire paure, stress e sovraccarico emozionale.
- Guida per localizzare supporti adeguati e servizi nella comunità.

La partecipazione agli incontri è gratuita, ma a numero chiuso ed è necessario sostenere un colloquio. Verrà fornito gratuitamente anche tutto il materiale.

Per tutte le informazioni è possibile contattare la segreteria al n. di telefono 049 8755597 oppure scrivere una e-mail all'indirizzo info.padova@progettoitaca.org

GLI INCONTRI SI SVOLGERANNO SU PIATTAFORMA ZOOM

Inizio incontri lunedì 3 maggio, si proseguirà lunedì 10, lunedì 17, lunedì 24, lunedì 31, lunedì 7 giugno, lunedì 14 e lunedì 21. Gli incontri si svolgeranno dalle 18:30 alle 20:30.

Il calendario potrebbe subire modifiche, ma verranno concordate con i partecipanti.

*Gli incontri **Famiglia a Famiglia** rientrano nelle attività del Progetto **DISTANTI MA VICINI: IN RETE PER LA SALUTE MENTALE** - finanziato dalla Regione del Veneto con risorse statali del Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali – per promuovere e sviluppare la cultura della salute e della prevenzione. La rete è formata dalle Associazioni **Progetto Itaca Padova**, **Alice per i Disturbi Alimentari**, **AITSAM Padova** e **AITSAM Verona**, tutte impegnate nella promozione dei temi della salute mentale e nel sostegno alle persone che soffrono di un disagio psichico e ai loro familiari.*