



RICOMINCIO DA ...ME

IL PROGETTO

Il gruppo "Ricomincio da me" si basa sull'idea della mutualità, dello scambio reciproco d'aiuto, di un sostegno attivato e coordinato (psicoterapeuta familiare e pedagogo) fra persone che vivono una stessa situazione di vita: la separazione/divorzio. Gli obiettivi sono:

- rompere l'isolamento
 - raccontarsi le proprie esperienze (gioiose e dolorose)
 - scambiarsi informazioni e soluzioni, condividere esperienze e conquiste
- Il gruppo focalizza bisogni e aspettative dei propri componenti evidenziando nuclei di problemi:
- elaborazione del senso di fallimento e di svalutazione, ridefinizione e rimotivazione della propria vita dopo la separazione
 - gestione della solitudine, anche quando non ci sono figli
 - apprendimento e/o approfondimento di alcuni aspetti sulla conoscenza di se stessi, dei propri sentimenti ed emozioni, con l'obiettivo anche di migliorare la propria capacità di comunicare, anche con l'ex partner

Numero di incontri: 10 incontri di 2 ore

Fascia oraria: Mattutina, presso l'aula corsi del Consultorio di Trezzo

Risorse Umane: Personale qualificato del Consultorio che faciliterà il dialogo sui temi proposti

Per informazioni

Consultorio "La Famiglia" di Trezzo sull'Adda

P.zza Nazionale 9 - 20056 Trezzo sull'Adda (MI)

Tel. 029090495 email

corsi_scuole.trezzo @fondazionemartini.org

web www.fondazionemartini.org

CALENDARIO INCONTRI dalle ore 8.30 alle ore 10.15 SABATO

28/09/2019

12/10/2019

26/10/2019

09/11/2019

23/11/2019

14/12/2019

11/01/2020

25/01/2020

08/02/2020

22/02/2020