



GRUPPO di AUTO – AIUTO “Uditori di voci”

E' l'occasione di incontrarsi in un gruppo di auto mutuo aiuto alla pari, nel quale è possibile il confronto e sostegno tra persone unite dalla stessa situazione, trovando nello scambio reciproco di emozioni e vissuti una forza nuova e una via d'uscita da solitudini e disagi.

Normalizzare un'esperienza che, per troppo tempo, è stata considerata solo psichiatrica e parlare di quello che si sente, delle voci che si ascoltano, immaginando soluzioni e strategie di affrontamento.

E' proprio per offrire questo sostegno che l'**Associazione Riconoscere** desidera organizzare dal mese di marzo 2016 uno specifico

GRUPPO DI AUTO – AIUTO di uditori di voci

in zona Ottaviano a Roma, in **via Giulio Cesare, 78**, a pochi passi dalla metro Ottaviano, presso la Libera Accademia di Roma (www.accademialar.it)

il giovedì mattina dalle 9:30 alle 11:00

Per maggiori informazioni chiama Elisabetta al numero 3495705062

*Ricordiamo che la partecipazione ai gruppi di Auto Mutuo Aiuto è **GRATUITA***

RICONOSCERE LE VOCI

SENTI LE VOCI?

Possiamo aiutarti?

Trasforma il problema in risorsa.

Incontri di **ln-formazione** con l'uditore e la sua famiglia per trovare strategie per affrontare la situazione.

Percorso di **affrontamento delle voci** per l'uditore basato sul dialogo ed esercitazioni per facilitare la gestione emotiva e l'ascolto interiore sul modello di Cristina Contini (www.sentirelevoci.it)

Percorso di **sostegno ai familiari** per attivare le risorse del sistema famiglia e apprendere strumenti di comunicazione efficaci per affrontare la situazione.

Gruppo di **auto mutuo aiuto** per uditori di voci condividendo con persone che vivono la stessa esperienza riconoscendola come reale e accettandola con consapevolezza ed esplorazione.

Per informazioni chiama o scrivi a:

Dott.ssa Marika Somma - marika.somma@libero.it - 3775393493

Dott.ssa Sara Laurendi - saralaurendi@hotmail.com

Dott.ssa Valeria Marelli - valeria.marelli@libero

Per i gruppi di Auto Mutuo Aiuto

Dott.ssa Elisabetta Sarco 349.5705062 - presidenza@riconoscere.it



www.riconoscere.it