



Consultorio Familiare Centro Servizio Famiglia

Via dei Caduti, 10 - Assago (MI) - Tel. 02.45.700.030

consultorioassago@farefamiglia.org - www.farefamiglia.org/assago

ASCOLTARE IL DISAGIO DI CHI CURA

Percorso di Incontri di Gruppo gratuiti, condotti in remoto, rivolti ad operatori sanitari e soccorritori coinvolti nell'emergenza Covid19

La pandemia di Coronavirus ha causato a soccorritori e operatori ospedalieri impegnati nell'assistenza diretta ai malati di Covid-19 un grande stress fisico e psicologico; ognuno ha fronteggiato al meglio l'emergenza sanitaria attingendo forza e resilienza dalle proprie risorse e dalla condivisione del lavoro col gruppo di riferimento. Le esperienze difficili e traumatiche vissute potrebbero aver lasciato conseguenze negative sullo stato emotivo e psichico quali: disagio nella ripresa della routine quotidiana, ansia e malessere in circostanze che ricordano quanto successo, problemi d'insonnia, sogni ricorrenti relativi agli episodi legati all'emergenza sanitaria, flashback. Il percorso di gruppo che si propone come obiettivo principale quello di offrire uno spazio di riflessione e di rielaborazione di quanto successo, al fine di agevolare la ripresa della quotidianità professionale, sociale e relazionale. E' rivolto sia a chi attualmente prova disagio psicologico, sia a chi voglia dedicare del tempo alla condivisione della riflessioni sulla propria esperienza e alla sua ricostruzione consapevole.

Come si struttura il percorso?

- Colloquio individuale preliminare
- 4/6 incontri di gruppo (minimo 4, massimo 8 partecipanti) a cadenza settimanale della durata di un'ora e mezza
- Metodi utilizzati: tecniche di rilassamento e gestione dello stress, terapia EMDR di gruppo per l'elaborazione dei ricordi traumatici e di stabilizzazione emotiva

Quali benefici mi porterà il percorso?

- Riduzione dello stress e risoluzione dei sintomi, eventuali, di traumatizzazione
- Recupero e rafforzamento del benessere nelle relazioni sociali e nei legami con le persone significative e affettivamente importanti
- Ripresa della quotidianità con attivazione di risorse personali e formulazione di nuovi progetti futuri

Come faccio ad iscrivermi?

- Gli interessati possono contattare l'Accettazione del Consultorio da lunedì a venerdì al numero 02.45.700.030, dalle 9.00 alle 12.00 e dalle 15.00 alle 18.00 per lasciare il proprio nominativo e riferimento telefonico
- Si verrà così richiamati dagli Operatori addetti all'Accoglienza che potranno offrire eventualmente ulteriori informazioni e che fisseranno l'appuntamento per il Colloquio preliminare che verrà condotto da remoto. Le date e gli orari degli Incontri verranno definiti quando si comporrà il gruppo dei partecipanti

Il Centro Servizio Famiglia è un Consultorio Familiare accreditato e a contratto con l'ATS Città Metropolitana di Milano gestito senza alcuna finalità di lucro dalla Fondazione FARE FAMIGLIA – Onlus che eroga prestazioni specialistiche sociosanitarie (fra le quali ostetrico-ginecologiche, consulenze familiari, psicologiche, pedagogiche e legali, mediazione familiare) ed offre attività di formazione e prevenzione per genitori, insegnanti ed educatori, fidanzati, giovani e ragazzi. Alle prestazioni del Consultorio possono accedere tutti i cittadini, indipendentemente dal territorio di residenza, pagando il ticket previsto o in esenzione secondo il caso o la specificità della prestazione, così come si accede a tutti i servizi sanitari del SSN.