

OLTRE LA MASCHERINA:

riprendere a vivere dopo la fase di lockdown

Percorso di Incontri di Gruppo gratuiti, condotti in remoto, sul tema del ritorno alla normalità dopo l'emergenza sanitaria da Covid-19

Dopo oltre un mese di lockdown, resosi necessario per il contenimento della pandemia da Covid-19, da qualche settimana siamo entrati nella cosiddetta "Fase 2", caratterizzata da una graduale ripresa delle attività lavorative e delle relazioni sociali. L'esigenza di ritorno alla "normalità", in una situazione di "convivenza obbligata" con il virus, dato che il tasso di contagi in Lombardia non è ancora azzerato, può determinare un aumento di preoccupazioni e timori da parte dei cittadini di contrarre la patologia. Il percorso di gruppo si propone di favorire l'elaborazione del periodo di isolamento imposto dal lockdown, accogliendo le fatiche dei partecipanti in relazione alla ripresa della propria quotidianità.

Come si struttura il percorso?

- Colloquio individuale preliminare
- 3/4 incontri di gruppo a cadenza settimanale/quindicinale della durata di un'ora e mezza ciascuno, condotti da due psicologi/psicoterapeuti
- Metodi utilizzati: narrazione, facilitazione del dialogo e del confronto di esperienze tra i partecipanti

Quali benefici mi porterà il percorso?

- Acquisizione di un nuovo adattamento alla vita quotidiana (es. ripresa vita lavorativa e/o sociale)
- Riconquista dei gesti ordinari e quotidiani;
- Capacità di rappresentarsi il futuro e prefissarsi obiettivi da perseguire.

Come faccio ad iscrivermi?

- Gli interessati possono contattare, negli orari di apertura, l'Accettazione del Consultorio al numero 02.35.90.525, 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 di Assistenza alla 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.