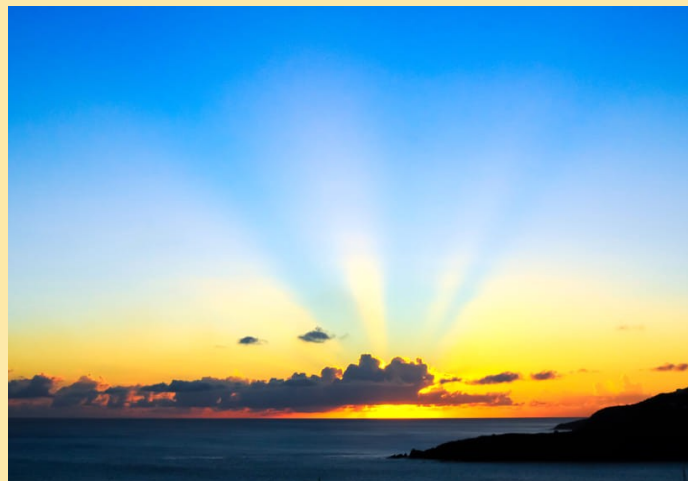


***Parlatene, parlatene sempre.
Perchè i silenzi diventano pietre.
Le pietre diventano muri e i muri
distanze incolmabili.***
(Serena Santerelli)



***Ci incontriamo tutti i
Lunedì alle 20:30
In videoconferenza su "ZOOM"***

***Contatti: Franco 3356477979
(dopo le 17:30)***

TI ASPETTIAMO!

**Assoc. A.M.A. - Auto Mutuo Aiuto Bergamo
Via Ronco Basso 13
24018 Villa d'Almè (BG)**

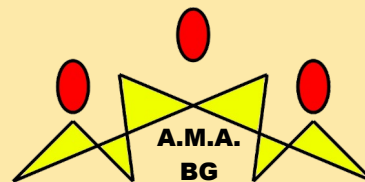
**www.automutuoaiutobergamo.org
amabg@libero.it**

5x1000: C.F. 95095270161

**Per donazioni, iban:
IT08S0306909606100000165811**

Auto Mutuo Aiuto

***Gruppo per persone
colpite da COVID-19***



Il Coronavirus ha portato un cambiamento profondo nella vita e nelle relazioni di ciascuno di noi, generando, oltre al dolore per le perdite, paure e insicurezze nella quotidianità.

Il gruppo è aperto proprio per coloro che hanno subito, direttamente e/o indirettamente, le conseguenze della pandemia e sentono il bisogno di recuperare fiducia in se stessi e negli altri.

Nel gruppo si possono esprimere emozioni e pensieri senza il timore di sentirsi giudicati, si può alleviare la solitudine e ognuno diventa risorsa e specchio per gli altri.

AUTO – MUTUO – AIUTO

OBIETTIVI

- Favorire la condivisione: l'esperienza di ognuno diventa risorsa per tutti.
- Favorire il sostegno emotivo: lo scambio crea un clima favorevole alla rinascita.
- Favorire la speranza: il racconto e il sostegno reciproci come spinta a riprogettare.