

RIPRENDERE IL FILO DELLA PROPRIA ESISTENZA

Poter essere e potersi sentire partecipi, utili e degni di stima, anche quando continuano ad essere presenti sintomi e necessità di cure.

La parola inglese *recovery*, difficile da tradurre in italiano, indica un cambiamento di direzione, verso il recupero del proprio valore. L'idea nasce negli anni '80 in USA a partire dalle storie di guarigione di pazienti psichiatrici.

Speranza per un futuro migliore, maggiore controllo sulla propria vita e opportunità di cambiamento sono i concetti di base della *recovery* cui L'ARCO si ispira. Le attività sono rivolte principalmente a persone che hanno sperimentato disturbi mentali o serie difficoltà di tipo sociale.

I percorsi attualmente proposti sono:

- **Recovery Star**

Un metodo di osservazione e progettazione del proprio percorso di ripresa in diverse aree della vita.

- **Percorso PRIMA**

Un metodo che invita ad applicarsi per mantenere il proprio benessere mentale e migliorare il proprio contributo nel prevenire e gestire eventuali crisi.

- **Corsi**

Brevi serie di incontri su temi di interesse comune dove si partecipa come "studenti del proprio benessere". Alcuni corsi sono aperti a familiari, operatori, cittadini.

- **Gruppi di approfondimento e confronto**

Su argomenti di specifico interesse relativi alla *recovery*.

Le attività de L'ARCO si basano sulla riflessione e sul confronto a partire dalle esperienze vissute. Non hanno carattere terapeutico quindi non vogliono sostituirsi ad alcun percorso terapeutico.

Per informazioni e contatti **051.011.4778**
info@larcorecovery.it • **www.larcorecovery.it**

L'ARCO- Corrispondenze per la recovery - Via Massarenti 256/2 40138 Bologna