



Recovery: riprendere il filo della propria esistenza

## **GRUPPO DI APPROFONDIMENTO E CONFRONTO**

# **COSA PENSI TU DI ME? COSA PENSO IO DI ME? GIUDIZI E PREGIUDIZI SUI DISTURBI MENTALI**

“Essere” è anche sapere di essere apprezzati e accettati. Ma avere un disturbo mentale espone quasi sempre ad un giudizio negativo; è facile ritrovarsi imprigionati in un pregiudizio immutabile (stigma).

Quale effetto ha questo pregiudizio su di noi? Come lo affrontiamo?

Come si può generare un cambiamento?

E perché si ha tanta paura dei disturbi mentali?

(Ci sarà utile uno sguardo ai pregiudizi che noi stessi coltiviamo verso altre ‘categorie’ di persone)

Tre incontri in gruppo per confrontarsi, tentare qualche risposta, cercare strade per un cambiamento

Facilitano il gruppo Michele Filippi e Andrea Pederzoli

Il gruppo è aperto a chiunque è interessato, fino ad un massimo di dieci partecipanti. La partecipazione al gruppo è gratuita. Dovremo purtroppo collegarci a distanza, tramite computer o smartphone. Agli iscritti verrà inviato il link per partecipare.

Per iscriversi telefonare, entro il 12 aprile, allo 051.0114778 da lunedì a venerdì 10/13 - 14/17

**Gli incontri si terranno di mercoledì, dalle 15:30 alle 17:30 nei giorni 14, 21 e 28 aprile**

Speriamo che in maggio sia possibile riprendere i gruppi in presenza, con gli argomenti già previsti per il marzo scorso:

## **IRONIA E UMORESMO**

## **CONCORDARE LA CURA: COSTRUIAMO UNO STRUMENTO DI AIUTO**