



# FAMIGLIA A FAMIGLIA

## Corso di formazione per famigliari di persone che soffrono di disturbi psichiatrici.

### Caratteristiche del programma:

- Il corso e il materiale fornito sono gratuiti.
- Il corso prevede 8 incontri, di 2 ore e 30, che si svolgeranno in orario da concordare.
- Gli insegnanti del corso non sono professionisti, ma famigliari che hanno seguito a loro volta una formazione specifica.
- In Italia il Corso è già stato frequentato dal 2009 da migliaia di famigliari (a Milano, Roma, Firenze, Palermo, Genova, Parma, Lecco, Pavia, Napoli, Padova, Catanzaro, Lamezia, Torino, Rimini, Lecce e Brescia) con riscontri molto positivi.
- Progetto Itaca ha avuto l'accreditamento da N.A.M.I. (National Alliance on Mental Illness - [www.nami.org](http://www.nami.org)) per tradurre e realizzare in Italia il Corso "Family to Family", che in Usa e Messico è stato già frequentato da più di 200.000 persone.

### Che cosa include il corso:

- Informazione su psicosi, schizofrenia, depressione maggiore, disturbo bipolare, attacchi di panico, disturbo ossessivo compulsivo, disturbo di personalità borderline...
- Informazione aggiornata su farmaci, effetti secondari e strategie per la continuità terapeutica.
- Aggiornamenti sulle ricerche scientifiche in corso relative alle malattie della mente e alle terapie farmacologiche e psicologiche più efficaci.
- Come raggiungere empatia attraverso la comprensione di esperienze vissute da persone con malattia mentale.
- Gruppi di lavoro su tecniche di problem solving, ascolto e comunicazione.
- Strategie per gestire le crisi e le ricadute.
- Attenzione al famigliare: gestire paure, stress e sovraccarico emozionale.
- Guida per localizzare supporti adeguati e servizi nella comunità.

### Per informazioni:

Tel. 335 395734 - email: [comitato.esecutivo@progettoitaca.org](mailto:comitato.esecutivo@progettoitaca.org)

Sono aperte le iscrizioni per il corso che si svolgerà a BOLOGNA  
Sede - da definire ...

Il corso è a numero chiuso - iscrizione e colloquio individuale obbligatori

PROGETTO ITACA BOLOGNA ODV

Sede: Via Nazario Sauro 30- 40121 BOLOGNA - cell. 389 2320515 - email: [info@progettoitacabologna.org](mailto:info@progettoitacabologna.org)  
C.F. 91422070374 - IBAN IT29H0200802505000105792016