



# BARCOLLO MA NON MOLLO

**Gruppo di Auto Mutuo  
Aiuto  
(AMA)  
tra Caregiver Familiari**

*Prendersi cura di una persona malata o non autosufficiente è un compito molto difficile: richiede capacità operative, emotive e continuo adattamento da parte di chi assiste all'evoluzione della situazione e al contesto familiare dell'assistito/a.*

*Il gruppo di Auto Mutuo Aiuto (A.M.A.) è un luogo protetto nel quale raccontare i nostri bisogni: il bisogno di essere ascoltati/e e accolti/e, quello di trovare altre persone con cui condividere la nostra esperienza, quello di vedere riconosciute le nostre competenze e quello di condividere le difficoltà.*

***Il gruppo è un'occasione per prendersi cura di sé per prendersi meglio cura degli altri***

## **MONTE SAN PIETRO**

Ogni quindici giorni: il **mercoledì dalle 20.30 alle 22.00**

Ex Moduli – Calderino, via IV Novembre, 2

### **Calendario 2023:**

11 e 25 gennaio – 8 e 22 febbraio – 8 e 22 marzo – 5 e 19 aprile – 3 e 17 maggio –  
4 e 18 ottobre – 8 e 22 novembre – 6 e 20 dicembre

## **ZOLA PREDOSA**

Ogni quindici giorni: il **lunedì dalle 15.00 alle 16.30**

Sala Corsi – Comune di Zola Predosa, Piazza della Repubblica 1

### **Calendario 2023:**

9 e 23 gennaio – 6 e 20 febbraio – 6 e 20 marzo – 3 e 17 aprile – 8 e 22 maggio – 5 e 19 giugno – 3, 17 e 31 luglio  
4 e 18 settembre – 2, 16 e 30 ottobre – 13 e 27 novembre – 11 dicembre

**La partecipazione ai gruppi è libera e gratuita e garantisce il rispetto della riservatezza**

**Per info: Cecilia - 339.6889918**