

Ci incontriamo **2 volte al mese**,
il 1° lunedì e il 3° martedì alle
20.15

la partecipazione è **libera e
gratuita** e siamo sempre aperti
a nuovi ingressi.

Per informazioni:

DARMA tel. +39 333 303 4177

LAURA tel. +39 333 450 9279

LUISA tel. +39 347562 4334

MARIO tel. +39 348 741 8703



**Associazione Nazionale Emodializzati
Dialisi e Trapianto - ONLUS**

Medaglia d'Oro al Merito della Sanità Pubblica

TI ASPETTIAMO

per condividere **emozioni,
esperienze, vissuti**

per **esprimere liberamente
ansie e preoccupazioni**

per **scoprire insieme le
proprie risorse** e attivarne di
nuove

per creare una **rete di
amicizie**, rompere
l'isolamento, fronteggiare
meglio le sfide quotidiane,



**GRUPPO DI AUTO
MUTUO AIUTO**

**PER PERSONE AFFETTE
DA MALATTIA RENALE E
FAMIGLIARI**

Dal 3 Aprile 2023

presso SALA BOLLA ROSSA, Primo
Piano, OSPEDALE ALTO VICENTINO,
Via Garziere 42, Santorso
AULSS7 PEDEMONTANA

COS'È L'AUTO MUTUO AIUTO

È un'esperienza che offre la possibilità alle persone che vivono le stesse problematiche di incontrarsi, conoscersi e condividere le proprie storie.

Il confronto con altri può darti una visione alternativa di un problema e una diversa capacità di risoluzione.

"Chi aiuta riceve egli stesso un aiuto"

All'interno del gruppo ogni persona può sentirsi **libera di esprimere le proprie emozioni e insicurezze** senza paura di essere giudicata ma anzi, sentendosi compresa.

L'invito è di mantenere la massima riservatezza possibile al fine di costruire un ambiente intimo e confidenziale.

PERCHE' E' NATO IL GRUPPO

Ti sei mai sentito/a solo/a?

Hai mai avuto paura di esprimere le tue ansie e preoccupazioni?

Hai mai pensato di essere un peso per chi ti sta accanto?

Ecco perché nasce questo gruppo, composto di persone affette o coinvolte in altri modi dalla malattia renale (famigliari, simpatizzanti,...), per dare supporto e motivazione reciproci creando unità in un ambiente amichevole e positivo.

La nostra condizione di malattia può portarci a vivere **momenti di sconforto**, quando non sappiamo a chi rivolgere le domande per dissipare i nostri dubbi e angosce o, talvolta, **di solitudine**, quando sentiamo di non essere compresi appieno in ciò che stiamo attraversando.

Perciò vogliamo aiutarci a vicenda nell'intraprendere questa strada per diventare **protagonisti consapevoli** del nostro percorso di cura e non subire passivamente ciò che ci sta accadendo.

"NOI CI SIAMO"

Il gruppo è stato chiamato "**Noi ci siamo**" perché TU non sei e non sarai solo.

"**Noi ci siamo**" nel momento in cui c'è bisogno di una parola di conforto.

"**Noi ci siamo**" per trovare nuove vie d'uscita e nuove prospettive.

"**Noi ci siamo**" per accogliere anche momenti di rabbia, di dolore, perché le emozioni di ognuno sono importanti e potrebbero nascondersi in ciascuno di noi.

"**Noi ci siamo**" per uscire insieme dal silenzio e dalla solitudine perché possiamo confrontarci con persone che stanno vivendo una situazione di difficoltà simile alla nostra.