

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.

Ci incontriamo **2 volte al mese**, il primo lunedì ed il terzo martedì alle ore 20:15.
La partecipazione è **libera e gratuita** e siamo sempre aperti a nuovi ingressi.

Per informazioni:

DARMA tel.+39 333 3034177
LAURA tel.+39 333 4509279
LUISA tel.+39 347 5624334
MARIO tel.+39 348 7418703



Associazione Nazionale Emodializzati
Dialisi e Trapianto - ONLUS
Medaglia d'Oro al Merito della Sanità Pubblica



GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO

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

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.

La regola è di mantenere la massima riservatezza 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 da persone affette o coinvolte in altri modi dalla malattia renale (familiari, 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.