

Un progetto a favore della figura del Caregiver. Un ciclo di incontri gratuiti aperti a chi è impegnato in un compito di accudimento, per scongiurare il senso di solitudine, ricevere strumenti di implementazione del benessere, con il supporto di Professionisti della salute. Di serata in serata i partecipanti saranno guidati alla conoscenza di tecniche di comprovata efficacia per la cura di corpo, mente, e per la gestione delle emozioni.



DOVE SI SVOLGE IL PERCORSO



CSV Terre Estensi, via Ravenna, 52,
44124 Ferrara

ORARI: dalle 20,00 alle 22,00

COME ADERIRE: l'accesso è gratuito, ma è necessaria la prenotazione per verificare la disponibilità di posti. Si raccomanda la presenza a tutti gli incontri per fruire al massimo dell'esperienza e ricevere tutti gli strumenti offerti dal percorso. Per l'iscrizione contattare la Segreteria:

Tel. 389/7867721- Elisabetta 329/1618691 Tania

Tel. 348/4713293- Michele

Mail: associazione_kairos@virgilio.it

Mail: info@associazionegiulia.com



PRENDIAMOCI CURA DI CHI CURA



Un progetto a cura di Associazione Kairos, a sostegno di chi soffre un disturbo alimentare, e Associazione Giulia, di Psiconcologia e Oncologia pediatrica. Progetto patrocinato e sostenuto dal Comune di Ferrara, Assessorato alle Politiche Socio sanitarie.





Unisciti a noi!

Questo progetto nasce grazie alla collaborazione tra Associazione Kairos e Associazione Giulia. Ci siamo interrogati su come supportare i Caregiver nel loro delicato compito di cura. Ci siamo resi conto che, al di là della patologia in atto, un disturbo alimentare, una malattia oncologica o qualsiasi altra condizione invalidante, tutti i Caregiver sono accomunati dalle stesse difficoltà, la stanchezza, il senso di sconforto e isolamento, lo stress, la difficoltà di coniugare il tempo della cura con gli impegni quotidiani, il bisogno di sentirsi tutelati da tutti i punti di vista. Abbiamo coinvolto un Team di Professionisti esperti e creato un percorso che tocca tutte le dimensioni della persona, la sfera fisica, emozionale, mentale, oltre ad aspetti di tutela legale del Caregiver. Saranno anche resi disponibili materiali di approfondimento e schede descrittive di ogni metodica.

PROGRAMMA E CALENDARIO DEGLI INCONTRI

Sei un Caregiver? Ti prendi cura in modo continuativo di un caro, un familiare affetto da una patologia o da una condizione invalidante? Ti senti sopraffatto, scoraggiato, solo, senza risorse? Oppure vorresti diventare un Caregiver esperto, per poter aiutare altri nella stessa condizione? In questo percorso potrai trovare supporto a 360 gradi e nuovi strumenti per affrontare con più serenità la tua vita.



PRIMO INCONTRO: 26/03/2025

Serata introduttiva al percorso con Associazione Kairos e Associazione Giulia. Il Team di conduzione presenterà le tecniche proposte nel percorso.

SECONDO INCONTRO: 02/04/2025

Dott.ssa Claudia Rossi, Psicoterapeuta sistemico relazionale specializzata nel metodo Somatic experiencing, risoluzione del trauma a livello neurofisiologico. “ Come le nostre emozioni influenzano il lavoro di cura “

TERZO INCONTRO: 09/04/2025

Dott. Nicola Corazzari, Psicoterapeuta in Psicologia Clinica, Operatore in Training autogeno. “Introduzione al Training Autogeno. L'utilità di una tecnica tradizionale nel perseguire una condizione di rilassamento.”

QUARTO INCONTRO: 16/04/2025

Franca Navarra, Esperta nella pratica Reiki. “ Un antica pratica per il benessere e il riequilibrio energetico “

QUINTO INCONTRO: 07/05/2025

Dott.ssa Rossini Oliva Daniela, Psicologa Esperta di Hatha Yoga e tecniche psicocorporee, “ Tecniche mente-corpo. Yoga e Mindfulness per promuovere il benessere psicofisico del Caregiver”.

SESTO INCONTRO: 14/05/2025

Avvocato Alessandra De Rosa, esperta in tutele legali dei soggetti vulnerabili nel “dopo di noi”. L'incontro approfondirà il tema delle protezioni giuridiche attivabili dai Caregiver a favore dei familiari non autosufficienti.

SETTIMO INCONTRO: 21/05/2025

Dott.ssa Giulia Frontali, Nutrizionista esperta in Psicobiologia del comportamento alimentare e Dott. Giampaolo Bellini, Dietista esperto in equilibrio del Microbiota intestinale, “ L'equilibrio tra corpo e mente nell'alimentazione. Buone pratiche quotidiane a favore dell'Eubiosi”

OTTAVO INCONTRO: 28/05/2025

Dott.sse Federica Zappaterra e Paola Fraquelli, Psicologhe Associazione Giulia: il supporto psicologico ai Caregiver dei pazienti in età evolutiva con patologie croniche.

NONO INCONTRO: 04/06/2025 INCONTRO DI CHIUSURA DEL PROGETTO CON GLI ESPERTI, FOLLOW UP RACCOLTA FEEDBACK E CONSEGNA CERTIFICATI DI FREQUENZA.