

Mercoledì 18 Aprile 2018

**“Perché è successo proprio a noi?
Come accettare ciò che
non possiamo cambiare”**

Relatore: Dott.ssa Valeria Temporini
(psicologa/psicoterapeuta)

Un incontro dedicato alle
emozioni di chi si prende cura
delle persone “fragili”.

Un incontro dedicato ad analizzare
e provare ad elaborare insieme
i sentimenti forti e contrastanti
che accompagnano i familiari
nel loro complesso percorso
di caregiver, per scoprire
di poter vivere la relazione in un
nuovo modo: sano e funzionale.

Mercoledì 30 Maggio 2018

“La forza del respiro”

Relatore: Arianna Gioverchia
(insegnante Shiatsu per la Scuola I.R.T.E.)

**“Vi sono certi punti nel respiro
che non avete mai osservato, e quei
punti sono le porte - le porte più vicine
da cui potrete entrare in un mondo
diverso, in un essere diverso,
in una coscienza diversa”.**

(Osho – Il libro dei segreti)

L'atto più semplice della vita può
regalarvi consapevolezza, rilassamento
e armonia, diventando un potente
strumento per allentare le tensioni
e vivere armonicamente il qui ed ora.

Mercoledì 27 Giugno 2018

“Mindfulness”

Relatore: Miriam Lucia Bertolli
(counselor professionale, ai sensi della legge 14/01/2013 n.4)

**“Proprio in questo momento, in qualsiasi
condizione o situazione tu ti trovi, hai
dentro di te tutte le risorse di cui hai
bisogno per crescere, guarire e lavorare sul
tuo stress, sul dolore, la malattia e le sfide
che affronti nella vita di tutti i giorni...”**

(Prof. Jon Kabat-Zinn)

Stanno continuamente alla ricerca di
fare qualcosa, di essere qualcuno e
di raggiungere obiettivi, perdendo
così la meravigliosa opportunità di
vivere e gioire del presente.
Mindfulness significa divenire
consapevoli del momento con
attenzione e in modo non giudicante.

Un momento di incontro rivolto alle persone con malattia di Alzheimer, ai loro familiari, agli operatori del settore e ai cittadini interessati.

Un luogo in cui trovare accoglienza, supporto e la possibilità di affrontare la malattia uscendo dalla solitudine

Per informazioni e prenotazioni al CAFE' ALZHEIMER rivolgersi presso il Centro Diurno, V.le Duodo 82/5 Codroipo
Tel. 0432-820204
Cell. 335-6900990 / 338-6317430

La partecipazione è libera e gratuita

Cafe Alzheimer

SERVIZI
ALLA
PERSONA
DAMIELE
MORO

Gli incontri si svolgono ogni
ultimo mercoledì del mese presso
la "Casa di Giorno"
dalle 15.00 - 17.00