

**ASSOCIAZIONE CURE
PALLIATIVE
"MIRKO ŠPACAPAN
AMORE PER SEMPRE -
ONLUS"**

Presidente: dott.ssa Manuela Quaranta
Špacapan

Tel: 0432 547058 | e-mail:
mirko.spacapan@alice.it | web:
www.srcek.beepworld.it
Pagina Facebook

C.F. 94111340306 per 5X1000

IBAN IT22D0548412305064571001651
(Banca di Cividale, via V. Veneto -
Udine)

*Iscritta al Registro Regionale delle ONLUS del Friuli Venezia
Giulia al n.46.*

**ASSOCIAZIONE CURE
PALLIATIVE "MIRKO
ŠPACAPAN - AMORE PER
SEMPRE ONLUS"**



**GRUPPO DI AUTO
MUTUO AIUTO**

CANCER OFF

*Se parli con qualcuno che vive il tuo
stesso disagio, condividi il peso della
tua sofferenza, così aiuti te stesso
aiutando gli altri.*

A CHI È RIVOLTO IL GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO?

Alle persone che hanno incontrato nella loro vita la malattia oncologica, direttamente o attraverso persone care, ma nonostante tutto vogliono ancora parlarne per rielaborare l'esperienza vissuta.

I VALORI DELL'AUTO MUTUO AIUTO SONO:

ASCOLTO: il gruppo coinvolge ciascuno in prima persona, attraverso l'ascolto attivo e il confronto con l'esperienza degli altri partecipanti.

FIDUCIA: nel gruppo ognuno può esprimere liberamente sentimenti ed emozioni in un clima di ascolto e di solidarietà, senza essere paura di essere giudicati. Ogni partecipante deve avere e dare certezza che ciò che è detto nel gruppo non sarà divulgato, nel rispetto della privacy.

RISPETTO: nel gruppo si manifestano

OBIETTIVI DEL GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO:

Aiutare i partecipanti ad esprimere i propri sentimenti senza il timore di essere giudicati;

Sviluppare la capacità di riflettere sulle strategie adottate per affrontare la malattia oncologica;

Sostenere le capacità individuali di far fronte ai problemi

Incrementare la stima di sé, delle proprie abilità e risorse, lavorando su una maggiore consapevolezza personale;

Facilitare la nascita di nuove relazioni, combattendo così il senso di solitudine generato dalla malattia, ridando dignità alla sofferenza, che diventa condivisibile;

Ritrovare grazie al gruppo un nuovo equilibrio.

Incontrarsi per iniziative ludiche e di svago.

LA PARTECIPAZIONE AGLI INCONTRI E' GRATUITA

Le date vengono concordate con il gruppo in base alle esigenze dei partecipanti (circa ogni 2-3 settimane)

Per info è possibile contattare **Simonetta** al numero 3349687862 o mandarle una e-mail all'indirizzo: simorun@gmail.com

Gli incontri si svolgono di sabato mattina alle ore 9 nelle giornate concordate presso i locali messi a disposizione dalla Casa di Cura Città di Udine in Viale Venezia n. 410.

... vi aspettiamo

pluralità di vissuti ed esperienze, tutte egualmente legittime e da rispettare in quanto tali.		
---	--	--