

# autismo

autismo svizzera italiana



## Auto-Aiuto per famigliari

Cari famigliari,  
abbiamo il piacere di informarvi che, con il prossimo mese di aprile, partiremo con il primo gruppo di Auto-Aiuto Autismo per il Luganese.

**Gli incontri si terranno  
settimanalmente il lunedì mattina  
dalle 9:30 alle 10:30  
presso il Ristorante Giardino a Sorengo**

La partecipazione è gratuita e gli incontri avranno lo scopo di fare incontrare tra loro i genitori per confrontarsi su problemi che riscontrano nella quotidianità, ma anche per scambio di informazioni e per trascorrere un momento conviviale all'insegna del motto di asi AiutarsiStandoInsieme.

Un gruppo di auto-aiuto è formato da persone confrontate con situazioni di vita simili che si trovano regolarmente per scambiarsi esperienze e offrirsi sostegno reciproco sia a livello morale sia pratico. È l'incontro tra persone unite da uno stesso problema per rompere l'isolamento, per raccontarsi le proprie esperienze di vita (gioiose o dolorose), per scambiarsi informazioni e soluzioni, per condividere sofferenze e conquiste con l'obiettivo di riscoprirsi risorsa, non solo per sé, ma per l'intera collettività.

Testimonianze di partecipanti ad un gruppo di auto-aiuto:

*"Tutte le persone che partecipano al gruppo sanno di cosa parlo perché vivono la stessa cosa... Insieme accettiamo meglio la situazione difficile che viviamo e questo ci aiuta a superare l'isolamento."*

*"Ho avuto la possibilità di vedere che non sono solo con le mie difficoltà."*

*"Accetto meglio proposte e aiuti perché provengono da persone direttamente toccate dal mio stesso problema."*

Vi invitiamo a voler annunciare il vostro interesse all'indirizzo mail [info@autismo.ch](mailto:info@autismo.ch)

Contatti: Patrizia Berger tel. 079 337 00 73, Elisabet Lendaro tel. 076 681 91 84