

Comunicato stampa

GRUPPO DI AUTO-AIUTO “RIPARTO DAL MIO PARTO”

Dopo la pausa estiva, presso la sede dell’Associazione Nascere Bene Ticino (ANBT) in via G. Canevascini 4 a Lugano, da giovedì 21 settembre riprendono gli incontri del gruppo di auto-aiuto per parti traumatici “Riparto dal mio parto”.

Il gruppo è pensato **per le donne che hanno un ricordo doloroso del proprio parto**. Nello specifico, si rivolge a tutte quelle donne che non si sono sentite ascoltate o rispettate nei propri bisogni, ritengono di aver subito degli interventi non necessari o non hanno potuto mantenere il controllo sulla propria esperienza.

Il gruppo offre la possibilità di **condividere tra pari la propria esperienza, in un ambiente sicuro e protetto in cui sono garantiti l’ascolto, la riservatezza e l’assenza di giudizio. Lo scopo è quello di offrire sostegno reciproco morale e pratico**, creando le condizioni per attivare le risorse personali e schiudere nuove prospettive. In particolare, l’auto-aiuto contribuisce a contrastare i sentimenti di solitudine e inadeguatezza che accompagnano i vissuti negativi, soprattutto nel caso di situazioni di vita considerate tabù.

“Le donne che partecipano al gruppo di auto-aiuto condividono la propria storia e il proprio sapere femminile, avviando un percorso comune e costruendo una sorellanza che favorisce la crescita personale”. Isabella Pelizzari Villa, responsabile del gruppo.

Gli incontri hanno luogo di regola **il terzo giovedì del mese dalle 08.45 alle 10.00, sono gratuiti e sostenuti dal DSS/UFAG e dal Centro di auto-aiuto Ticino. Nelle medesime date sono previsti degli appuntamenti online dalle 20.15 alle 21.30 per le mamme che non possono partecipare alle sedute in presenza.**

L’iscrizione è **obbligatoria** inviando una mail a segreteria@nascerebene.ch e specificando la modalità dell’incontro (in presenza oppure online). Per maggiori informazioni: www.nascerebene.ch.

Di seguito le date dei singoli incontri:

21 settembre 2023	22 febbraio 2024
19 ottobre 2023	21 marzo 2024
16 novembre 2023	18 aprile 2024
14 dicembre 2023	16 maggio 2024
18 gennaio 2024	13 giugno 2024

CONTATTI

Associazione Nascere Bene Ticino

Via Guglielmo Canevascini 4, 6900 Lugano

segreteria@nascerebene.ch

www.facebook.com/AssociazioneNascereBeneTicino

www.instagram.com/nascerebeneticino