



*Ciao Table, associazione di pubblica utilità  
volta a favorire positivi scambi sociali, promuove:*

**UN GRUPPO DI AUTO AIUTO DEDICATO  
A FAMILIARI DI PERSONE CHE COMMITTONO O  
HANNO COMMESSO VIOLENZE**

**Potrai partecipare a un piccolo gruppo di persone impegnate come te nell'assumere  
l'atteggiamento giusto nei confronti dei comportamenti aggressivi.**

**Un gruppo di auto aiuto è formato da persone che stanno affrontando problemi di  
vita simili e desiderano incontrarsi periodicamente per uno scambio di esperienze  
e per offrirsi un sostegno reciproco.**

**Tutti/e si impegnano a non divulgare all'esterno ciò che viene condiviso nelle  
riunioni e a mantenere l'anonimato sull'identità di chi partecipa.**

**Psicologhe o psicologi con esperienza nei casi di violenza interpersonale  
saranno sempre presenti**

**Studi scientifici hanno dimostrato l'efficacia dei gruppi  
di auto aiuto in numerosi ambiti.**

**Le persone interessate possono scrivere a  
[info@ciaotable.org](mailto:info@ciaotable.org) oppure [studipsico@hotmail.com](mailto:studipsico@hotmail.com)**

**Frequenza, giorno e luogo degli incontri (Lugano o Bellinzona o  
Mendrisio) saranno concordati con le persone che si annunciano**

***Si può scegliere l'anonimato.  
La partecipazione è gratuita.***

**Ringraziamo per il sostegno:**

