

# Spazio di ascolto a supporto del caregiver familiare

*Prendersi cura di sé è il primo passo per prendersi cura degli altri.*

*Ti aspettiamo!*

▶ Ti prendi cura di una persona non autosufficiente?

Hai bisogno di trovare un momento di ascolto?

Senti il bisogno di condividere le tue esperienze e le tue emozioni?

Partecipando ai nostri gruppi di ascolto potrai:

- ✓ Ricevere supporto da professionisti e altri caregivers
- ✓ Sentirti meno sol\* in questa esperienza
- ✓ Condividere le tue emozioni in un ambiente accogliente e riservato

**C'è uno spazio per te  
in Via Benedetto Dei, 2 A  
a Firenze**

La partecipazione è  
**libera e gratuita**  
Gli incontri si svolgeranno  
dal **1°settembre**  
con frequenza quindicinale  
**il lunedì dalle 17 alle 19**

Per informazioni

 055 43921

 deborah.russotto70@gmail.com