

*Poichè la disperazione era un eccesso
che non gli apparteneva, si chinò su
quanto era rimasto della sua vita, e
riiniziò a prendersene cura, con
l'incrollabile tenacia di un giardiniere
al lavoro, il mattino dopo il
temporale.*

- Alessandro Baricco



CONTATTACI

Piazzale Ravanet, 1/b - 43126 Parma

Dr. Antonio Zagarese
cell.: 327-2911523

per info:
psic.antoniozagarese@gmail.com
b.brioni9575a@ordinepsicologier.it

Inquadra il Qr code e visita il sito



**PRENDERSI
CURA DI CHI SI
PRENDE CURA**



A chi è rivolto?

A tutte le persone e familiari che stanno affrontando la difficile sfida del prendersi cura di persone affette da demenza.

Di cosa si tratta?

Sono incontri di gruppo di sostegno psicologico con lo scopo di condividere la propria esperienza da caregiver e apprendere come gestire le emozioni e i pensieri difficili in modo più efficace, in modo da poterti distanziare dalla tua sofferenza psicologica e riappropriarti della tua vita.

Come funziona?

Ci si incontra una volta a settimana per quattro settimane consecutive. E' possibile scegliere il ciclo mensile a cui partecipare.

Ma prima di iniziare...

Prima di iniziare a percorrere la strada, è importante per noi conoscere la tua esperienza da caregiver nella sua unicità. Per questo motivo prima degli incontri di gruppo ci sarà un momento individuale di raccolta di informazioni e condivisione.

Chi siamo?

Siamo psicologi ma prima di tutto persone che hanno percorso la strada del prendersi cura di un familiare con demenza, scoprendo quanto sia utile e incoraggiante riconoscersi e ritrovarsi nelle parole di chi sta percorrendo la stessa strada.

Qual è il nostro approccio?

Il nostro approccio si fonda sui principi dell'Acceptance and Commitment Therapy (ACT), un intervento psicologico sviluppato dalle moderne scienze comportamentali e basato su solide evidenze scientifiche.

Modalità di iscrizione

Per iscriverti contattaci telefonicamente o per mail. Il costo dell'iscrizione è di 100 euro e comprende un solo ciclo di incontri (4 incontri + colloquio individuale). Gli incontri si svolgeranno in presenza nel pieno rispetto delle normative anti-covid per un numero massimo di 8 partecipanti.

Calendario cicli di incontri:

1° ciclo: ogni venerdì dal 10/06 al 01/07 dalle 19:30 alle 21:00

2° ciclo: ogni giovedì dal 15/09 al 06/10 dalle 19:30 alle 21:00

3° ciclo: ogni giovedì dal 06/10 al 27/10 dalle 19:30 alle 21:00

4° ciclo: ogni mercoledì dal 09/11 al 30/11 dalle 19:30 alle 21:00