

# ReCare.

## Cura e Resilienza

Sostegno psicologico per caregiver

"ReCare. Cura e Resilienza" è un progetto del Consorzio Aldebaran promosso dal Distretto Città di Bologna dell'Azienda USL (finanziamento regionale 2019 -DGR 2318/2019), con lo scopo di fornire sostegno psicologico, informazione e formazione ai caregiver che si prendono cura dei loro cari.



### Incontri di gruppo di info-formazione con gli psicologi\*

\*Tutti gli incontri, della durata di un'ora e mezza ciascuno, si svolgeranno in modalità online

#### APPUNTAMENTI DI GIUGNO 2024

- 18 giugno, ore 14.00 -15.30, conduce Stefano Grassi | "Non dimenticarti di te: conciliare il lavoro di cura, vita professionale e familiare, relazioni sociali e ascolto dei propri bisogni. Una sfida impossibile?"
- 28 giugno, ore 15.00 - 16.30, conduce Stefania Perrone | "Chiedere aiuto è un diritto o un dovere? Imparare a chiedere e imparare a permettere"

#### APPUNTAMENTI DI LUGLIO 2024

- 2 luglio, ore 14.00 -15.30, conduce Stefano Grassi | "Il gruppo di pari come spazio di condivisione, apprendimento e sostegno emotivo"
- 9 luglio, ore 16.00 -17.30, conduce Marco Lorusso | "Non dimenticarti di te: conciliare il lavoro di cura, vita professionale e familiare, relazioni sociali e ascolto dei propri bisogni. Una sfida impossibile?"
- 16 luglio, ore 16.00 -17.30, conduce Marco Lorusso | "Il gruppo di pari come spazio di condivisione, apprendimento e sostegno emotivo"

#### APPUNTAMENTI DI SETTEMBRE 2024

- 3 settembre, ore 16.00 -17.30, conduce Marco Lorusso | "Chiedere aiuto è un diritto o un dovere? Imparare a chiedere e imparare a permettere"
- 10 settembre, ore 16.00 -17.30, conduce Marco Lorusso | "Non dimenticarti di te: conciliare il lavoro di cura, vita professionale e familiare, relazioni sociali e ascolto dei propri bisogni. Una sfida impossibile?"
- 13 settembre, ore 17.00- 18.30, conduce Stefania Perrone | "Il gruppo di pari come spazio di condivisione, apprendimento e sostegno emotivo"
- 17 settembre, ore 14.00 - 15.30, conduce Stefano Grassi | "Chiedere aiuto è un diritto o un dovere? Imparare a chiedere e imparare a permettere?"
- 20 settembre, ore 17.00- 18.30, conduce Stefania Perrone | "Non dimenticarti di te: conciliare il lavoro di cura, vita professionale e familiare, relazioni sociali e ascolto dei propri bisogni. Una sfida impossibile?"

#### APPUNTAMENTI DI OTTOBRE 2024

- 1 ottobre, ore 14.00 - 15.30, conduce Stefano Grassi | "Il gruppo di pari come spazio di condivisione, apprendimento e sostegno emotivo"
- 15 ottobre, ore 14.00 - 15.30, conduce Stefano Grassi | "Chiedere aiuto è un diritto o un dovere? Imparare a chiedere e imparare a permettere"
- 18 ottobre, ore 17.00 - 18.30, conduce Stefania Perrone | "Non dimenticarti di te: conciliare il lavoro di cura, vita professionale e familiare, relazioni sociali e ascolto dei propri bisogni. Una sfida impossibile?"
- 22 ottobre, ore 16.00 - 17.30, conduce Marco Lorusso | "Il gruppo di pari come spazio di condivisione, apprendimento e sostegno emotivo"

#### APPUNTAMENTI DI NOVEMBRE 2024

- 4 novembre, ore 14.00 - 15.30, conduce Stefano Grassi | "Non dimenticarti di te: conciliare il lavoro di cura, vita professionale e familiare, relazioni sociali e ascolto dei propri bisogni. Una sfida impossibile?"
- 8 novembre, ore 17.00 - 18.30, conduce Stefania Perrone | "Chiedere aiuto è un diritto o un dovere? Imparare a chiedere e imparare a permettere"
- 12 novembre, ore 16.00 - 17.30, conduce Marco Lorusso | "Il gruppo di pari come spazio di condivisione, apprendimento e sostegno emotivo"
- 19 novembre, ore 16.00 - 17.30, conduce Marco Lorusso | "Non dimenticarti di te: conciliare il lavoro di cura, vita professionale e familiare, relazioni sociali e ascolto dei propri bisogni. Una sfida impossibile?"
- 29 novembre, ore 17.00 - 18.30, conduce Stefania Perrone | "Chiedere aiuto è un diritto o un dovere? Imparare a chiedere e imparare a permettere"

#### APPUNTAMENTI DI DICEMBRE 2024

- 13 dicembre, ore 17.00 - 18.30, conduce Stefania Perrone | "Il gruppo di Pari come spazio di condivisione, apprendimento e sostegno emotivo"



Gli incontri sono condotti da:

D.ssa Stefania Perrone | psicologa, psicoterapeuta

Cooperativa Sociale Ancora

Dott. Marco Lorusso | psicologo, neuropsicologo e psicologo

Cooperativa Sociale Società Dolce

Dott. Stefano Grassi | psicologo, psicoterapeuta

Cooperativa Sociale Cadiai



Partecipazione gratuita.  
Iscrizione obbligatoria.

CONSORZIO ALDEBARAN  
Guido Casamichiela  
sostegnocaregiver-aldebaran@cadiai.it  
346 382 05 12