



**PER LA MENTE, CON IL CUORE.**

Con il patrocinio di



E con la collaborazione  
della Parrocchia di San Michele, Fidenza

## Corso di formazione **Famiglia a Famiglia**

**Per famigliari di persone che soffrono di disagio psichico**

### **A Fidenza**

#### Caratteristiche

- Lezioni e materiale fornito sono gratuiti.
- Il corso prevede 12 incontri, uno a settimana.  
(Nei limiti del possibile, il giorno e l'orario saranno decisi tenendo conto delle esigenze dei partecipanti).
- I coordinatori del corso sono famigliari che hanno seguito a loro volta una formazione specifica.

#### Programma

- Informazioni sulle manifestazioni dei principali disturbi mentali e competenze dei familiari.
- Informazioni sulle terapie, compresa quella farmacologica, al fine di migliorare l'adesione ai trattamenti, la prevenzione e la gestione degli effetti collaterali. Ruolo e collaborazione dei familiari.
- Come raggiungere empatia attraverso la comprensione di esperienze vissute da persone con disturbi mentali.
- Gruppi di lavoro su tecniche di *problem solving*, ascolto e comunicazione.
- Strategie per gestire le crisi e le ricadute.
- Attenzione al famigliare: gestire paure, stress e sovraccarico emotivo.
- Guida per localizzare supporti adeguati e servizi nella comunità.

Il corso a Fidenza (13° corso di Progetto Itaca Parma) sarà avviato in autunno non appena raggiunto il numero minimo di iscritti e si terrà presso il Centro Interparrocchiale di S. Michele in Via Carducci 51.

Per iscriversi :

**Progetto Itaca Parma**

**info@progettoitacaparma.org**

**Cell.: 347 343 8672**

Per altre informazioni su Progetto Itaca:

[www.progettoitacaparma.org](http://www.progettoitacaparma.org)