

# autismo

autismo svizzera italiana



## Auto-Aiuto per famigliari

Cari famigliari

dal mese di aprile 2018 è attivo nel Luganese un gruppo di Auto Aiuto al quale vengono invitati regolarmente professionisti che operano sul territorio. Gli incontri si tengono settimanalmente il lunedì mattina **dalle 9:30 alle 11:00 presso il Ristorante Giardino a Sorengo.**

La partecipazione è gratuita e gli incontri avranno lo scopo di fare incontrare tra loro i genitori per confrontarsi su problemi che riscontrano nella quotidianità, ma anche per scambio di informazioni e per trascorrere un momento conviviale all'insegna del motto di asi: **AiutarsiStandoInsieme.**

Un gruppo di auto-aiuto è formato da persone confrontate con situazioni di vita simili che si trovano regolarmente per scambiarsi esperienze e offrirsi sostegno reciproco sia a livello morale sia pratico.

È l'incontro tra persone unite da uno stesso problema per rompere l'isolamento, per raccontarsi le proprie esperienze di vita (gioiose o dolorose), per scambiarsi informazioni e soluzioni, per condividere sofferenze e conquiste con l'obiettivo di riscoprirsi risorsa, non solo per sé, ma per l'intera collettività.

### **Testimonianze di partecipanti ad un gruppo di auto-aiuto:**

*"Tutte le persone che partecipano al gruppo sanno di cosa parlo perché vivono la stessa cosa..."*

*"Insieme accettiamo meglio la situazione difficile che viviamo e questo ci aiuta a superare l'isolamento."*

*"Ho avuto la possibilità di vedere che non sono solo con le mie difficoltà."*

*"Accetto meglio proposte e aiuti perché provengono da persone direttamente toccate dal mio stesso problema."*

Vi invitiamo a voler annunciare il vostro interesse all'indirizzo mail [info@autismo.ch](mailto:info@autismo.ch)  
Contatti:

**Patrizia Berger - 079 337 00 73**

**Segretariato asi - 091 857 99 33**