

## AUTO-AIUTO PER FAMIGLIARI

**Incontri settimanali  
mercoledì pomeriggio  
dalle 14:30 alle 15:30**



**Mensilmente partecipa all'incontro un esperto del disturbo dello spettro autistico per fornire consulenza**

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. Le informazioni dettagliate vengono pubblicate sul sito [www.autismo.ch](http://www.autismo.ch) e sulla pagina Facebook asi.

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 AiutarsiStandolnsieme.

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."

Interessati possono annunciarvi a [info@autismo.ch](mailto:info@autismo.ch) oppure allo 091 857 99 33.

