

EVENTI **GRATUITI** DEL PROGETTO "ME-TE - CENTRO PER LA FAMIGLIA IN EVOLUZIONE", PROMOSSI E FINANZIATI DA REGIONE LOMBARDIA (DGR 4431/2025)

Inquadra il QRCode o segui il canale WhatsApp:



<https://whatsapp.com/channel/0029Vb6TV3nJuyAADa7HaT3I>

Formazione/informazione e sensibilizzazione

Serate "Vicini nella cura: cicli di incontri per caregiver" due percorsi di condivisione e supporto per chi assiste persone anziane. Organizzato in collaborazione con Varese Alzheimer e il Consultorio delle Valli.

- **25/08** dalle h17.30 alle h19.00, **"CICLO 1: Comprendere e comunicare: il metodo ABC"**, incontri condotti da una **Psicologa esperta** presso Consultorio Familiare delle Valli – Cadegliano Viconago (VA)
- **5/08 e 25/09** dalle h17.30 alle h19.30, **"CICLO 2: Armonie di benessere: la musicoterapia"**, incontri condotti da una **Musicoterapista** presso Consultorio Familiare delle Valli – Cadegliano Viconago (VA)

Per informazioni e iscrizioni: 0332/1892393 – consultoriofamiliaredellevalli@gmail.com

Sportelli integrativi

- **15/09**, dalle h9.30 alle h12.30, presso la Sala civica, via Roma 22, **Cunardo**
- **8/09**, dalle h9.30 alle h12.30, presso gli uffici del comune, in piazza libertà 28, a **Lavena Ponte Tresa**

Per informazioni: 0332/1892393 consultoriofamiliaredellevalli@gmail.com

Gruppi di mutuo aiuto

Incontri mensili per genitori “GPS – tappe per non perdere la bussola nel viaggio dell’essere genitori, dalle h18.30 alle h20.00, presso la sede del Consultorio Familiare delle Valli di Cadegliano Viconago in via Tremolada, 2

- **22/09 “Genitori imperfetti** (abbattere il mito della perfezione. Un incontro per parlare di ansia da prestazione genitoriale e dell’importanza di prendersi cura di sé per curare gli altri)

Per informazioni e iscrizioni: 0332/1892393 consultoriofamiliaredellevalli@gmail.com

Gruppo di ascolto “Sintonia di voci” per caregiver di persone con fragilità, condotto dallo psicologo, dottor Graziano Strano

- **3/09 – 17/09**, dalle h20.00 alle h21.30, presso sede di Fondazione Xenìa, in via Marinoni 5 a Orino.

Per informazioni e iscrizioni: 347/2701084 segreteria@fondazionexenia.it