

TI PRENDI CURA DI QUALCUNO... MA CHI SI PRENDE CURA DI TE?

**Ti senti spesso stanco/a,
anche quando fai del tuo
meglio?**

**Hai la sensazione che le tue
giornate ruotino tutte intorno
alla cura dell'altro?**

**Ti chiedi se esista un modo più
leggero, sostenibile, per
affrontare ciò che vivi ogni
giorno?**

**Se queste domande ti
risuonano, questo spazio è per
TE!**

PARTECIPAZIONE GRATUITA

Per informazioni e adesioni:

 cappellini.cora@gmail.com
 380 7557777

Gli incontri di gruppo saranno condotti da Cora Cappellini, pedagogista, coordinatrice genitoriale e facilitatrice del metodo Emospace.

UN GRUPPO PENSATO PER CHI SI PRENDE CURA

Che tu stia accompagnando un anziano fragile, un bambino con disabilità o un adulto con bisogni speciali qui **troverai**:

- **accoglienza, ascolto e un ambiente protetto**
- **altri caregiver** che condividono esperienze simili
- piccoli **strumenti** per alleggerire la quotidianità
- la guida di **una pedagogista** specializzata nella cura e nel sostegno alle famiglie

EDIZIONE 2026

Dove

Centro Famiglia Fast Family
via G. Marconi 3, Mariano C.se

Quando

il martedì sera dalle 20.30 alle 22.00
nelle seguenti date:

- 3 e 17 marzo
- 7 e 21 aprile
- 5 e 19 maggio
- 9 e 23 giugno
- Sabato 27 giugno – pranzo
condiviso con le famiglie
- 8 e 22 settembre

Progetto finanziato con il

Fondo per le politiche della famiglia 2024
della Presidenza del Consiglio dei Ministri