

Progetto ITINERARI

La presente **iniziativa** è rivolta a giovani con **Disturbi Emotivi Comuni**, ovvero stati di **ansia** o depressivi lievi o moderati, **attacchi di panico**, **disturbi del sonno**, ossessioni, **fobie**, disturbi somatoformi e forme subsindromiche di disagio emotivo.



Se sei un giovane fra i 16 ed i 19 anni e stai sperimentando un periodo di disagio psicologico partecipando a questa iniziativa **potrai ricevere gratuitamente una consulenza psicologica** per inquadrare la tue difficoltà e **un percorso di gruppo per migliorare le tue capacità di gestire momenti di difficoltà emotiva.**

Il percorso di gruppo prevede **20 incontri della durata di 1 ora e mezza a cadenza settimanale** ed è finalizzato a ridurre la sintomatologia clinica e fornire **strumenti utili a rinforzare le strategie di coping per gestire momenti di difficoltà emotiva**, e quindi evitare la cronicizzazione di aspetti disfunzionali.

PER INFORMAZIONI E ADESIONI CONTATTARE:

Roberta Rossi, Responsabile del progetto

IRCCS Centro S. Giovanni di Dio Fatebenefratelli, Via Pilastroni 4 Brescia

Telefono: 030 3501719 - Email: progettoitinerari@fatebenefratelli.eu