Comune di Sennori

RESTIAMO IN CONTATTO

Comune di Sennori

IL TEMPO DEL CORONAVIRUS

Il periodo che stiamo vivendo è nuovo per tutti, la **precarietà** con cui affrontiamo queste giornate mette a dura prova la nostra capacità di gestire le **emozioni** e le nostre **sicurezze** sulla possibilità di fronteggiare gli **eventi**.

Attraversiamo e sperimentiamo diversi stati d'animo: **incredulità**, **sgomento, disorientamento, paura**.

La paura in particolare può essere percepita su più fronti: **paura del contagio, paura della crisi finanziaria, paura della morte, nostra o dei nostri cari.**

Comune di Sennori

La paura è un’emozione primaria e va legittimata.
La paura è funzionale alla sopravvivenza perché ci aiuta a fronteggiare il pericolo, ci predispone alla fuga o ci mette in uno stato di ascolto e allerta rispetto a qualcosa che percepiamo come una minaccia.
La paura va riconosciuta, ascoltata e fronteggiata

Comune di Sennori

IL PROGETTO

L'idea è di offrire uno spazio di **ascolto** gestito da professionisti, a tutte quelle persone che, per i motivi sopra elencati, hanno necessità di **parlare**, **chiedere consigli**, **sfogarsi**, dare voce alle loro **emozioni**.

Un aiuto, una **risposta psicologica** valida che permette il **mantenimento del benessere** per la persona e la mette in atto ma anche per chi le sta vicino, **promuovendo resilienza nella famiglia e nella comunità.**

Comune di Sennori

BUONI PROPOSITI

Promuovere e rafforzare il legame di comunità come fosse un vero e proprio abbraccio, cogliendone i bisogni, supportando il cittadino emotivamente.

Capire insieme che il senso di comunità è piu forte e insieme si può fronteggiare e gestire la criticità del momento alleviandone il disagio, **trasmettere speranza** e rinforzare aspettative realistiche di soluzione positiva.

Comune di Sennori

RESTIAMO IN CONTATTO

CONTATTA IL SERVIZIO SPORTELLO

AL NUMERO *3773185908*

TRAMITE WHATSAPP O

TELEFONICAMENTE

Comune di Sennori

ESPERTI

Manolo Cattari psicologo dello sport e psicoterapeuta con formazione EMDR (sull'elaborazione del trauma)

Caterina Branca sociologa, psicologa e maestra di scuola primaria

Comune di Sennori

L’ amministrazione comunale ha deciso di tendere una mano ai cittadini offrendo un servizio di supporto psicologico. Un servizio affidato a un team di esperti e sostenuto dalle Politiche sociali del Comune che, anche in questa fase di emergenza straordinaria, vuole essere di aiuto alle persone per affrontare le varie fasi della vita, fornire loro ascolto e sostegno, per non lasciarsi sopraffare dagli eventi e reagire, stabilire e mantenere i legami con la società, sentirsi parte di una comunità che non lascia solo nessuno.

Comune di Sennori

Restare in contatto è fondamentale per rimanere uniti anche se apparentemente distanti. Insieme nessuna avversità è impossibile da affrontare.

L'AMMINISTRAZIONE COMUNALE C'È.
È CON OGNUNO DI VOI.
È CON TUTTI VOI.

L'Assessore ai Servizi Sociali
IL SINDACO
Nicola Sassu