

# VICINO A CHI STA VICINO

Prendersi cura di chi... si prende cura

Questo ciclo di incontri mira ad un miglioramento della qualità di vita, e della capacità di sostenere in modo adattivo i vissuti emotivi e lo stress legati all'attività di caregiving, con un focus sulla consapevolezza di sé, dei propri pensieri e delle proprie emozioni, in modo intenzionale e non giudicante.

## Destinatari dell'intervento

Caregiver di pazienti affetti da malattia oncologica, afferenti al Distretto AUSL della città di Bologna.

La partecipazione è gratuita.

## Luogo di svolgimento

Gli incontri si terranno presso la sede di **Fondazione ANT, via Jacopo di Paolo 36, Bologna**. I caregiver potranno scegliere di partecipare in presenza oppure online attraverso l'utilizzo della piattaforma Zoom. Sarà possibile partecipare alla sessione tramite PC o dispositivo mobile (tablet o smartphone). Per quanto riguarda invece i quattro incontri dedicati alla Mindfulness, è prevista la sola modalità in presenza. È necessario avere un indirizzo di posta elettronica.



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche  
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

## PROGRAMMA DEL CORSO - 11 incontri a cadenza settimanale

### Giovedì 21 settembre 2023 | ore 16-17.30

Psicoterapeuta ANT

**Il caregiving, cosa significa prendersi cura di una persona malata**

### Giovedì 28 settembre 2023 | ore 16-17.30

**Piccole strategie per implementare la resilienza del caregiver**

### Lunedì 2 ottobre 2023 | ore 16-17.30

Psicoterapeuta ANT

**Le emozioni del caregiver**

### Lunedì 9 ottobre 2023 | ore 16-17.30

Psicoterapeuta ANT

**Prima sessione di Mindfulness**

### Giovedì 19 ottobre 2023 | ore 16-17.30

Assistente sociale e psicoterapeuta ANT

**Come conciliare caregiving e attività lavorativa**

### Lunedì 23 ottobre 2023 | ore 16-17.30

Psicoterapeuta ANT

**Seconda sessione di Mindfulness**

### Giovedì 2 novembre 2023 | ore 16-17.30

Infermiere e psicoterapeuta ANT

**Le necessità pratiche nella gestione del paziente a domicilio**

### Lunedì 6 novembre 2023 | ore 16-17.30

Psicoterapeuta ANT

**Terza sessione di Mindfulness**

### Lunedì 13 novembre 2023 | ore 16-17.30

Psicoterapeuta ANT

**Il dialogo in famiglia, come parlare della malattia?**

### Lunedì 20 novembre 2023 | ore 16-17.30

Psicoterapeuta ANT

**Quarta sessione di Mindfulness**

### Giovedì 30 novembre 2023 | ore 16-17.30

Psicoterapeuta ANT

**Approfondimento di eventuali argomenti richiesti dai partecipanti, restituzione e chiusura**

Per informazioni: Andrea Giannelli e Alessandra Bonazzi

051 7190132 | 347 5225352 | 348 3102862 | [andrea.giannelli@ant.it](mailto:andrea.giannelli@ant.it) | [formazione@ant.it](mailto:formazione@ant.it)

DESTINACI IL TUO  
**5X1000**  
C.F. 01229650377

FONDAZIONE ANT ITALIA ONLUS  
Dipartimento Formazione  
via Jacopo di Paolo 36 | 40128 Bologna | Italy051  
7190132 | [formazione@ant.it](mailto:formazione@ant.it)  
[ant.it](http://ant.it)



FONDAZIONE  
**45ANT**  
FRANCO PANNUTI