

Date:

19, 20, 21 e 26, 27, 28 febbraio 2018

Ore 20.00 – 22.00

Sede:

Rovereto Oratorio di Borgo Sacco

Via Zotti, 19

Durante gli incontri si alterneranno il sapere teorico di un conduttore con il sapere esperienziale da parte di persone/famiglie che all'interno dei Club di ecologia familiare, dei Club Alcolologici dei Gruppi AMA hanno avviato percorsi di cambiamento di stile di vita e di relazione (alcol, fumo, droghe, depressione, lutto, disagio psichico, conflitti non gestiti ecc.)

Il corso è gratuito.

Verrà rilasciato un attestato di partecipazione

Per informazioni e iscrizioni:

Distretto sanitario tel: 0464.403611
(lun-ven 8.30-10.30)

oppure Acat Vallagarina
cell 392.0213511



Comune di Rovereto

CIRCOSCRIZIONE 3^a Sacco – San Giorgio



Acat Vallagarina e Acat Montalbano

Organizzano

SCUOLA DI ECOLOGIA FAMILIARE



in collaborazione con

Servizio di Alcologia-Centro Antifumo
di Rovereto

Ciclo di sei incontri che hanno lo scopo di informare e sensibilizzare le persone e le famiglie in riferimento ai stili di vita, stili di relazione, fragilità e diversità non accettate presenti nelle nostre famiglie e comunità

“attaccamenti” (*gioco, fumo, droghe, alcol, cibo, psicofarmaci, shopping, internet...*),

“perdite” (*lutto, abbandono, perdita di lavoro, di sicurezza, di ruolo, di senso, di autostima, di speranza e fiducia*),

“ fatica nella convivenza con” (*malattie croniche, disagio psichico, disabilità, solitudine, diversità, disagi esistenziali, depressione, ansia, attacchi di panico, conflitti non gestiti e violenza domestica, disturbi del comportamento alimentare ecc.*)

Verranno presentate e condivise possibili risposte coerenti con l'approccio ecologico sociale e l'auto mutuo aiuto, complementari e non sostitutive del lavoro dei servizi specifici.



1° incontro:

- Concetto di salute e benessere, di stili di vita, di cambiamento
- l'approccio ecologico sociale e la microcomunità
- impatto degli stili di vita su salute, costi sociali e salvaguardia del pianeta

2° incontro:

- convivenza con fragilità ed attaccamenti
- I problemi alcol-fumo-droga correlati
- Il metodo Hudolin e i club Alcolologici Territoriali e i saperi esperienziali

3° incontro:

- Gli stili di vita: alimentazione, attività fisica, psicofarmaci, gioco d'azzardo
- Il sapere esperienziale e le reti dei gruppi di Auto Mutuo Aiuto

4° incontro:

- il disagio psichico, l'elaborazione del lutto, la convivenza con la disabilità
- Il sapere esperienziale nei Club di ecologia familiare e del Fareassieme, gli UFE

5° incontro:

- La gestione dei conflitti, e violenza domestica
- Le life skills a sostegno del benessere
- intelligenza emotiva, relazionale, prosociale

6° incontro:

- attaccamenti a Shopping, internet, la convivenza con le malattie croniche
- La rete nel territorio a sostegno delle persone e famiglie
- Strumenti Quarto Settore Bene Comune
- Questionari di valutazione e diplomi