



AUTO MUTUO AIUTO  
APS BRESCIA

## Comunicato Stampa

L'Associazione A.M.A. auto mutuo aiuto Aps, in collaborazione con il Punto di Comunità San Bartolomeo, organizza a Brescia **Sabato 25 Marzo dalle ore 15 alle ore 18**, presso l'Oratorio di San Bartolomeo via delle Scuole, 42 un incontro dedicato a:

I GRUPPI DI AUTO MUTUO AIUTO:

UN PERCORSO DI CONDIVISIONE, SOSTEGNO E CONOSCENZA

L'obiettivo è quello di diffondere la conoscenza dell'auto mutuo aiuto e i gruppi esistenti sul territorio bresciano attraverso la voce e le testimonianze dei protagonisti, dando la possibilità a chi si trovi in una situazione di fragilità anche temporanea, ma non solo, di essere e di sentirsi parte di una collettività. La constatazione che l'esperienza pandemica, che ha colpito duramente il nostro territorio, ha amplificato gli effetti potenziali delle fragilità, favorendo altresì l'emergenza di nuovi bisogni e difficoltà. Per citare alcuni esempi: *l'elaborazione negata del lutto*, legata alla perdita di persone care in ospedale senza la possibilità di poter rimanere loro accanto durante la sofferenza e per un ultimo saluto; *la diffusione continua* e costante di notizie relative ai decessi ed ai contagi, che ha intrappolato la popolazione in un ciclo continuo di pensieri ed emozioni negativi che sono diventati il focus centrale dell'esistenza; *l'isolamento forzato* con conseguente impoverimento delle relazioni sociali e sensazione di solitudine, ma anche amplificazione degli effetti negativi di dinamiche familiari disfunzionali (violenza di genere), isolamento di cui hanno risentito in modo particolari le fasce più fragili della popolazione (disabili, ammalati cronici, anziani, adolescenti ecc..) . La presenza, quasi trentennale, dell'Associazione A.M.A. nella promozione dell'auto mutuo aiuto insegna che le storie, i dolori e le vicende personali, se raccontati in uno spazio di confronto e condivisione tra pari, diventano un " Balsamo " per tanti affanni della vita.

Anche professionisti del sociale hanno scelto la metodologia dell'auto mutuo aiuto come spazio rigenerativo, che favorisce riflessioni e percorsi di trasformazione.

Durante l'appuntamento di sabato 25 marzo saranno presenti i componenti dei gruppi di Brescia, Rovato e Coccaglio. A settembre si terrà un secondo incontro per presentare i gruppi a.m.a. attivi sul territorio della Bassa Bresciana e del Lago di Garda.

Gli interventi saranno intervallati da letture tratte dal libro: " PAROLE IN DONO", una raccolta di testimonianze scritte durante il lockdown. Per non dimenticare ciò che abbiamo vissuto durante la pandemia.

L'appuntamento è aperto a tutti.

## Programma

### **Prima parte dalle 15 alle 17**

- **La voce dei protagonisti:** TESTIMONIANZE

filo conduttore degli interventi: *“Scegliere di cambiare: dall'isolamento all'apertura alle relazioni”*

- Gruppo San Bartolomeo > elaborazione del lutto – si riunisce presso il Punto di Comunità San Bartolomeo Brescia
- Gruppo D.A. > dipendenza affettiva – si riunisce a Spazio Famiglia - Brescia
- Gruppo TACI > adulti che hanno subito abusi nell'infanzia – si riunisce a Spazio Famiglia - Brescia
- Gruppo ALICE > familiari di persone affette da Alzheimer e/o demenza – si riunisce a Rovato
- Gruppo TUTTI NELLA STESSA BARCA > familiari di persone affette da demenza cognitiva – si riunisce a Coccaglio
- DCA > disturbi del comportamento alimentare: testimonianza di una giovane che ha vissuto il problema
- Gruppo ASSISTENTI SOCIALI > per assistenti sociali della provincia di Brescia -si riunisce a Spazio Famiglia Brescia

### **Seconda parte dalle 17 alle 18**

- Suddivisione in sottogruppi: spazio dedicato a domande e confronto in piccoli gruppi tematici



AUTO MUTUO AIUTO  
APS BRESCIA