



Progetti di sostegno psicologico e benessere psicofisico rivolti ai caregiver

Grazie alla costante collaborazione tra l'Azienda USL di Bologna, i Servizi Sociali Territoriali e le associazioni ed Enti sul territorio, hanno preso avvio progetti a supporto del benessere psicologico e psicofisico dei caregiver familiari, ampliando progressivamente l'offerta di interventi e azioni ad essi rivolta.

Per il territorio di Bologna, le attività di supporto realizzate dalle associazioni sono di due tipologie: Consulenza psicologica di gruppo rivolta a caregiver familiari, finalizzata all'acquisizione della consapevolezza del proprio ruolo di cura e al rafforzamento della propria autonomia e autostima; Attività per il benessere psicofisico di gruppo mediante pratiche corporee, respiratorie e di rilassamento. Per partecipare alle attività è necessario rivolgersi direttamente all'associazione proponente.

Scarica la brochure

https://drive.google.com/file/d/1BX_uYGtffzfs0HVMxwYScGZGNfvky6h5/view?usp=sharing

"Uno spazio per me" e "Un tempo per me": le attività dell'associazione "AIAS" rivolte ai caregiver

"AIAS Bologna Onlus" è un'associazione che opera al fianco delle persone con disabilità e dei loro caregiver tramite la realizzazione di molteplici servizi e attività ad essi dedicati. Tra le attività a sostegno dei caregiver ripartono a settembre i Progetti "Uno spazio per me" e "Un tempo per me".

"Uno spazio per me" offre ai caregiver la possibilità di prendere parte a gruppi di sostegno psicologico ed espressione creativa, al fine di fornire l'opportunità di ricevere ascolto, condividere vissuti e rafforzare le proprie risorse in un contesto di gruppo, che favorisce lo scambio e la costruzione di una rete. Il progetto consiste in cicli di incontri settimanali per piccoli gruppi sotto la supervisione di una psicologa e di un'arteterapeuta. Gli incontri avranno una durata di circa due ore, si svolgeranno in presenza presso la sede AIAS situata in piazza della Pace 4/a. Per maggiori informazioni è possibile telefonare ai numeri 348.2408510/051.454727 o scrivere al seguente indirizzo email gmignardi@aiasbo.it.

"Un tempo per me" offre ai caregiver la possibilità di prendere parte a laboratori di yoga e di espressione corporea con lo scopo di alleggerire il carico del caregiver agendo a livello corporeo ed espressivo e favorendo il benessere psicofisico della persona. Gli incontri avranno una durata di circa un'ora e mezza, si svolgeranno in presenza a "La.Bo" in via Panzini 1. Per maggiori informazioni è possibile telefonare ai numeri 366.7530758/051.454727 o scrivere al seguente indirizzo email ccampagnoli@aiasbo.it.

Visita il sito dedicato

<https://www.aiasbo.it/>

Scarica la locandina dell'iniziativa "Uno spazio per me"

https://drive.google.com/file/d/11LfxSPwjFy5VBB__6Om-DQQVHSf5EiR/view?usp=sharing

Scarica la locandina dell'iniziativa "Un tempo per me"

<https://drive.google.com/file/d/1WPhSRnoxTGcNqBVjRB9kyUzbTo1avSDr/view?usp=sharing>

Caregiver! ParliAMOci: le attività dell'associazione "Didi Ad Astra" rivolte ai caregiver

"Didi Ad Astra" è un'associazione che opera al fianco delle persone con disabilità e dei loro caregiver tramite la realizzazione di progetti mirati e finalizzati al fornire supporto e creare una rete di servizi idonea. Nell'ambito delle attività rivolte ai caregiver di minori e/o giovani adulti con disabilità, malattie croniche e autismo viene proposto un percorso di sostegno psicologico di gruppo. Gli incontri si svolgono ogni mercoledì in modalità online tramite piattaforma meet. Per maggiori informazioni è possibile scrivere al seguente indirizzo email info@didiadastra.org.

Visita il sito dedicato

<https://www.didiadastra.org/>

Scarica la locandina

https://drive.google.com/file/d/1e9n1A2112X_7D9RxoFpS5bBolBUWsd6/view?usp=sharing

Yoga a Casa – Aprire spazi di cura di sé: le attività del Centro "Le Vie" rivolte ai caregiver

Il Centro "Le Vie" propone il progetto "Yoga a casa: aprire spazi di cura di sé" dedicato ai caregiver di persone con fragilità e disabilità. Lo scopo è offrire uno spazio di sostegno e sollievo dalla fatica psicofisica legata all'impegno di cura. Le sessioni di yoga saranno in modalità online, avranno la durata di 45 minuti e si svolgeranno in orario serale dalle 20:30 alle 21:15, due volte a settimana e in piccoli gruppi di massimo 10 persone, guidati da insegnanti esperti. I partecipanti devono possedere un indirizzo email a cui inviare il link di Zoom, un computer o uno smartphone che renda possibile il collegamento. Saranno proposti esercizi di respirazione, movimenti "dolci" per il riequilibrio del corpo, spazi di silenzio e meditazione. Per maggiori informazioni e iscrizioni è possibile scrivere al seguente indirizzo email yogacaregiver.bo@gmail.com.

Visita il sito dedicato

<https://yogalevie.it/>

Scarica la locandina

<https://drive.google.com/file/d/1mjrlXgiVXeGU0TOnsokZN6V1pN-6h6nY/view?usp=sharing>

Gli Sportelli sociali del Comune di Bologna

Dislocati nei sei quartieri cittadini, gli Sportelli sociali sono la porta d'accesso ai servizi sociali e socio-sanitari nel Comune di Bologna. Ma sono anche un punto di riferimento per richiedere informazioni e orientamento ai servizi e alle risorse presenti nel territorio

bolognese, promosse dal pubblico e dal terzo settore, che possono essere utili per affrontare le esigenze personali e familiari nelle diverse fasi della vita.

Leggi la notizia per informazioni e per consultare i contatti dei sei Sportelli sociali

<https://www.comune.bologna.it/servizi-informazioni/sportelli-sociali-comune-bologna>

Guarda il video "Sportelli sociali: Persone, Comune e Comunità"

<https://www.youtube.com/watch?v=vkzdkF4vl0o>

Scarica la cartolina degli Sportelli sociali

https://www.comune.bologna.it/myportal/C_A944/api/content/download?id=655f1024e8dbf0009a16de4a

Il progetto "Prevenzione delle ondate di calore"

Nel periodo estivo possono verificarsi le ondate di calore, quali condizioni climatiche che spesso comportano effetti negativi sulla salute dei bambini e delle persone anziane, soprattutto se affetti da patologie cardiocircolatorie e/o respiratorie, ipertensione, diabete. Per ridurre il più possibile tale condizione di rischio, l'Amministrazione Comunale con il progetto "Prevenzione delle ondate di calore" ha creato una rete di protezione per gli anziani fragili e con problemi di salute, in collaborazione con la Conferenza Territoriale Sociale e Sanitaria di Bologna, l'Azienda USL, l'ARPAE (Agenzia Regionale Prevenzione, Ambiente ed Energia), Lepida S.c.p.A. e con il contributo delle Associazioni di Volontariato e delle Farmacie del territorio di Bologna.

Su tutto il territorio dell'Azienda USL di Bologna, dal lunedì al venerdì dalle ore 8.30 alle ore 17.00 e il sabato dalle ore 8.30 alle ore 13.00, è a disposizione IL NUMERO VERDE GRATUITO 800562110 al quale è possibile chiedere informazioni e suggerimenti sulle misure da adottare per far fronte alle ondate di calore e sulle forme di sostegno organizzate dalle strutture pubbliche e dal volontariato.

Consulta il link per consigli utili e informazioni

<https://www.comune.bologna.it/servizi-informazioni/cosa-fare-ondate-calore>

Screening oncologici: un indirizzo di posta elettronica dedicato per i caregiver

Riproponiamo la notizia sull'esistenza di uno strumento di supporto per l'accesso agli Screening del tumore del collo dell'utero, della mammella e del colon-retto riservato ai caregiver, con l'obiettivo di facilitare l'esecuzione degli esami. Per avere informazioni sui programmi di Screening, prenotare, disdire o cambiare appuntamento e conoscere la propria posizione all'interno dei tre Percorsi, ci si può rivolgere all'indirizzo infoscreening@ausl.bologna.it, a cui risponderà un operatore del Centro Screening. Nel testo del messaggio è necessario indicare nome, cognome, data di nascita e recapito telefonico.

Leggi la notizia per informazioni

<https://www.ausl.bologna.it/cit/scr/pi-cs/un-indirizzo-di-posta-elettronica-dedicato-per-i-caregiver>

Al via i 2 CAU ospedalieri della città di Bologna

I CAU sono Centri di Assistenza e Urgenza, dove possono essere presi in carico e curati i cittadini e le cittadine con problemi urgenti, ma meno gravi. L'obiettivo è garantire la cura migliore e un percorso di assistenza personalizzato, in tempi rapidi e senza lunghe attese evitando di intasare i Pronto Soccorso dei grandi ospedali, dove far confluire solo i casi più gravi. A Bologna, dopo [l'inaugurazione nel mese di dicembre 2023 del primo CAU nella Casa della Comunità Navile](#), aprono i battenti due CAU ospedalieri: il primo presso l'area ambulatoriale al padiglione 2 dell'IRCCS Policlinico di Sant'Orsola e il secondo al Maggiore presso l'edificio L. I due CAU ospedalieri della città di Bologna sono strutture sanitarie in cui lavorano medici di Assistenza primaria e infermieri, adeguatamente formati,

pronti ad accogliere e assistere pazienti con problemi urgenti a bassa complessità, 7 giorni su 7 h24, in accesso diretto.

Leggi la notizia sul sito Iperbole del Comune di Bologna

<https://www.comune.bologna.it/notizie/aperti-cau-centro-assistenza-urgenza-santorsola-maggiore>

Leggi la notizia sul sito dell'Ausl di Bologna

<https://www.ausl.bologna.it/news/current/al-via-il-13-maggio-i-2-cau-centri-di-assistenza-e-urgenza-ospedalieri-della-citta-di-bologna>