

## Oltre il guado del Covid 19



### PREMESSA:

L'esperienza del Covid19 ha attraversato la società e il tessuto vitale di ognuno con la forza e la pervasività dell'avvento di una stagione: chi più chi meno, chi con evidenze drammatiche, chi con attraversamenti impegnativi d'esperienza, chi semplicemente con lo stillicidio del giorno per giorno in quarantena, tutti portiamo i segni della pandemia che ancora non è superata.

Segni che vanno dalla stanchezza, all'essere privi di chiare prospettive (per il lavoro, per le vacanze, per gli anni a venire), al ripensare all'attraversamento e al superamento delle paure e della malattia, propria o delle persone care, alla depressione correlata al lutto o al logoramento dell'incertezza dilagante e delle privazioni di tante abitudini di cui siamo fatti.

Noi crediamo sia utile ritrovarsi a parlare di tutto questo per divenire capaci di rendere narrabile la grande mole di costi emotivi che ognuno ha pagato, giacchè, da che mondo è mondo, la sofferenza necessita di essere raccontata e condivisa per essere contenuta e superata.

### II PROGETTO:

Ciclo di cinque incontri gratuiti di gruppo **online** dedicati ai cittadini che desiderano condividere l'esperienza del covid19. I gruppi di discussione che proponiamo verranno condotti da esperti di gruppo appartenenti ad Alboran. I gruppi potranno essere composti da un numero massimo di 10 persone.

### OBIETTIVI:

Narrare, condividere ed elaborare l'esperienza traumatica dell'attraversamento del Covid19.

### TIPOLOGIA DI UTENTI:

Il gruppo si rivolge ad adulti che abbiano avuto personalmente o nella cerchia familiare e/o amicale persone affette da Covid 19.

### SETTING:

Interventi gratuiti articolati come segue:

- 1 incontro individuale conoscitivo svolto da una terapeuta.
- Gruppo con cadenza quindicinale, della durata di 1 ora e mezzo, online per tutto il percorso, su piattaforma da definire.

### TEMPI DI ATTUAZIONE:

A partire da settembre.

### PER ISCRIZIONI:

Dott.ssa Elisabetta Mussio Si prega di inviare una mail all'indirizzo: [elimus73@gmail.com](mailto:elimus73@gmail.com) oppure un messaggio whatsapp al numero di cellulare 347 8223074.