

Gruppi AMA 25/26

Per chi cerca uno spazio accogliente dove condividere, confrontarsi e crescere insieme.

ALFA anche per l'anno 2025/26 ripropone i Gruppi di Auto Mutuo Aiuto (AMA) dedicati alle famiglie che stanno affrontando il sostegno leggero o l'affido.

Perchè partecipare?

In un clima di assoluta parità e riservatezza, i partecipanti condividono:

- sfide quotidiane,
- successi e soddisfazioni,
- emozioni e strategie utili.

L'Auto Mutuo Aiuto, riconosciuto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, aiuta le persone a recuperare il benessere psico-fisico attraverso l'incontro e il confronto tra chi vive esperienze simili.

Come funziona il gruppo AMA?

Un gruppo AMA offre:

- uno spazio di ascolto e condivisione,
- scambio di informazioni,
- sostegno reciproco,
- crescita personale e familiare.

Prossimi incontri

- I partecipanti AMA 2024/25 invitano chi vuole ad unirsi al gruppo in un incontro aperto **martedì 16 dicembre**.
- Da **gennaio a giugno 2026**: incontri mensili, indicativamente il **secondo martedì** del mese.



Sede degli incontri: ALFA,
Piazza Antonio Dell'Oro 9a,
Lecco

Contatti per informazioni

- Antonella — 371 5267186
- Barbara — 348 2288250
- Margherita — dott.margherita.pozza@gmail.com