

Gruppi di consulenza psicologica per **caregiver**

È un progetto del **Consorzio Aldebaran** promosso dal **Distretto Città di Bologna dell'Azienda USL di Bologna** nell'ambito della programmazione a sostegno dei caregiver (Fondo Regionale Caregiver, DGR 2058/2025), con lo scopo di fornire sostegno psicologico e benessere psicofisico ai caregiver che si prendono cura dei loro cari.

Incontri con le psicologhe

Gli incontri si svolgono online.

Primo Ciclo

Settembre 2026

1. Il ruolo delle emozioni nell'interazione: tecniche di autoregolazione emotiva per il caregiver

- 3 settembre 2026 | ore 17.30 - 19.00: conduce d.ssa Francesca Saija

2. Prevenire e gestire le situazioni di disagio ed i comportamenti reattivi

- 8 settembre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Martina Adaras

3. Adattare lo stile di comunicazione per migliorare l'interazione con la persona

- 16 settembre 2026 | ore 17.30 - 19.00: conduce d.ssa Francesca Saija

4. Riconoscere i segnali di stress e burnout nel prendersi cura di altre persone

- 22 settembre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Martina Adaras

5. Promuovere l'autonomia e l'autodeterminazione della persona non-autosufficiente

- 28 settembre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Fabiana Fattore

Ottobre 2026

6. Riconoscere le proprie capacità: il ruolo dell'auto-efficacia nella relazione di cura

- 1 ottobre 2026 | ore 17.30 - 19.00: conduce d.ssa Francesca Saija

7. Riconoscere e rispondere ai bisogni psicosociali della persona con comportamenti reattivi

- 7 ottobre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Martina Adaras

8. Affettività e sessualità nella persona non autosufficiente

- 16 ottobre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Fabiana Fattore

9. Invecchiamento sano ed invecchiamento patologico: riconoscere i segnali di deterioramento cognitivo nella persona anziana e nella persona anziana con disabilità intellettiva

- 22 ottobre 2026 | ore 17.30 - 19.00: conduce d.ssa Francesca Saija

10. Come prendersi cura della propria salute fisica e mentale, il proprio benessere emotivo e spirituale

- 23 ottobre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Giulia Galfano



Incontri con le psicologhe

Gli incontri si svolgono online.

Secondo Ciclo

Ottobre 2026

1. **Prevenire e gestire le situazioni di disagio ed i comportamenti reattivi**
 - 6 ottobre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Martina Adaras
2. **Riconoscere e rispondere ai bisogni psicosociali della persona con comportamenti reattivi**
 - 27 ottobre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Martina Adaras

Novembre 2026

3. **Promuovere l'autonomia e l'autodeterminazione della persona non-autosufficiente**
 - 3 novembre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Giulia Galfano
4. **Il ruolo delle emozioni nell'interazione: tecniche di autoregolazione emotiva per il caregiver**
 - 6 novembre 2026 | ore 17.30 - 19.00: conduce d.ssa Francesca Saija
5. **Adattare lo stile di comunicazione per migliorare l'interazione con la persona**
 - 10 novembre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Martina Adaras
6. **Riconoscere i segnali di stress e burnout nel prendersi cura di altre persone**
 - 17 novembre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Martina Adaras
7. **Riconoscere le proprie capacità: il ruolo dell'auto-efficacia nella relazione di cura**
 - 25 novembre 2026 | ore 17.30 - 19.00: conduce d.ssa Francesca Saija

Dicembre 2026

8. **Invecchiamento sano ed invecchiamento patologico: riconoscere i segnali di deterioramento cognitivo nella persona anziana e nella persona anziana con disabilità intellettiva**
 - 3 dicembre 2026 | ore 16.30 - 18.00: conduce Francesca Saija
9. **Affettività e sessualità nella persona non autosufficiente**
 - 10 dicembre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Giulia Galfano
10. **Come prendersi cura della propria salute fisica e mentale, il proprio benessere emotivo e spirituale**
 - 15 dicembre 2026 | ore 17.00 - 18.30: conduce d.ssa Martina Adaras



I gruppi di consulenza psicologica, si rivolgono a coloro che sentono il bisogno di uno spazio di condivisione e confronto per poter superare difficoltà emotive e attivare risorse e strategie per la risoluzione di queste difficoltà.



Partecipazione gratuita. Iscrizione obbligatoria.

CONSORZIO ALDEBARAN

Guido Casamichiela

sostegnocaregiver-aldebaran@cadi.ai.it

346 13 16 773