



SENTIERO FACILE
Associazione di Promozione Sociale

RADIOTAB

www.radiotab.it

www.sentierofacile.org
sentierofacile@gmail.com
unoraperme.sentierofacile@gmail.com

www.radiotab.it
radiotab@libero.it

Si è costituita nel 2016 con un gruppo di utenti del Servizio di Salute Mentale impegnati nel **SUPPORTO FRA PARI**, nella **ACCOGLIENZA**, nella **LOTTA ALLO STIGMA**, nell'informazione, consapevoli della possibilità di trasformare il proprio percorso di ripresa in una opportunità di aiuto per gli altri. Siamo aperti al contributo di **FAMILIARI, CITTADINI, ASSOCIAZIONI** e **ISTITUZIONI** sensibili ai temi della salute mentale e della partecipazione attiva.

In un *sentiero facile* si incrociano i percorsi degli altri, si riscopre il proprio valore personale attraverso le relazioni e si entra in una prospettiva di guarigione.

UN'ORA PER ME

Ci troviamo tutti i

MARTEDÌ POMERIGGIO

presso **LA POLVERIERA** ingresso 18/O

Orario estivo dalle **16.00 alle 19.00**

Orario invernale dalle **15.00 alle 18.00**

Ascolto telefonico cell. 388 8776246

MARTEDÌ dalle 16.00 alle 19.00

GIOVEDÌ dalle 17.00 alle 19.00

Uno spazio di **ASCOLTO, SCAMBIO** di esperienze di vita, **SOSTEGNO** da parte di esperti per esperienza, aperto ai cittadini e in particolare a persone in difficoltà e a familiari.

Il **PUNTO DI ASCOLTO** offre momenti in cui ciascuno può sentirsi libero di esprimersi e capito; bastano piccole attenzioni a fare la differenza, non sentirsi soli aiuta a recuperare fiducia e a dare una svolta. Percorrere il sentiero insieme è importante perchè dà il coraggio di credere nel cambiamento.

- **FACILITATORI SOCIALI**
- **ESPERTI PER ESPERIENZA**