

# VIVERE SOLI NELL'ANZIANITA'

Gruppo di auto-aiuto

Il nostro gruppo “Vivere soli nell’anzianità” intende offrire un luogo di scambio dei propri vissuti in un momento della vita che molte persone, superata la sessantina, si ritrovano a vivere da sole.

La condivisione delle esperienze che avviene all’interno di un gruppo di auto-aiuto è di sostegno nel ritrovare le proprie risorse personali e un senso positivo e costruttivo in questa fase della vita.

È rivolto a persone che stanno concludendo o hanno concluso la vita attiva familiare o professionale e desiderano ritrovare un nuovo equilibrio nella propria esistenza.

Sono previsti incontri mensili il venerdì:  
dalle ore 14.00 alle 16.00

Luogo: Generezione Più - sezione di Lugano  
Via Lambertenghi 1  
6901 Lugano

**Per informazioni e iscrizioni:**

Centro Auto Aiuto Ticino

Tel. 091 970 20 11

[info@autoaiuto.ch](mailto:info@autoaiuto.ch) - [www.autoaiuto.ch](http://www.autoaiuto.ch)