

## VIVERE DA SOLI NELL'ANZIANITÀ

GRUPPO DI AUTO-AIUTO



Il nostro gruppo 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. E' 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 14.00 alle 16.00

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

Per informazioni e iscrizioni telefonare al Centro Auto Aiuto Ticino  
**0919702011**  
[info@autoaiuto.ch](mailto:info@autoaiuto.ch)  
[www.autoaiuto.ch](http://www.autoaiuto.ch)

## VIVERE DA SOLI NELL'ANZIANITÀ

GRUPPO DI AUTO-AIUTO



Il nostro gruppo 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. E' 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 14.00 alle 16.00

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

Per informazioni e iscrizioni telefonare al Centro Auto Aiuto Ticino  
**0919702011**  
[info@autoaiuto.ch](mailto:info@autoaiuto.ch)  
[www.autoaiuto.ch](http://www.autoaiuto.ch)