

# Non sei solo

## **Gruppo di auto-aiuto per genitori di figli e figlie con DSA e ADHD**

Uno spazio di incontro pensato per offrire ascolto, accoglienza e sostegno.  
Attraverso il confronto e la condivisione delle esperienze, i partecipanti potranno sentirsi compresi, valorizzare le proprie risorse e affrontare il percorso genitoriale con maggiore serenità.

### **Dove**

A Ponte Capriasca  
in via Roncaccio 1 al 2° piano

### **Quando**

1° Incontro Domenica 8 marzo  
dalle 18:30 alle 20:00

### **Costo**

Fr. 5.- a incontro

### **Iscrizioni e informazioni:**

Donatella 079 530 21 52      Natalina 078 406 36 62  
[ilpercorso.donatella@bluewin.ch](mailto:ilpercorso.donatella@bluewin.ch)   [ilpercorso.natalina@bluewin.ch](mailto:ilpercorso.natalina@bluewin.ch)