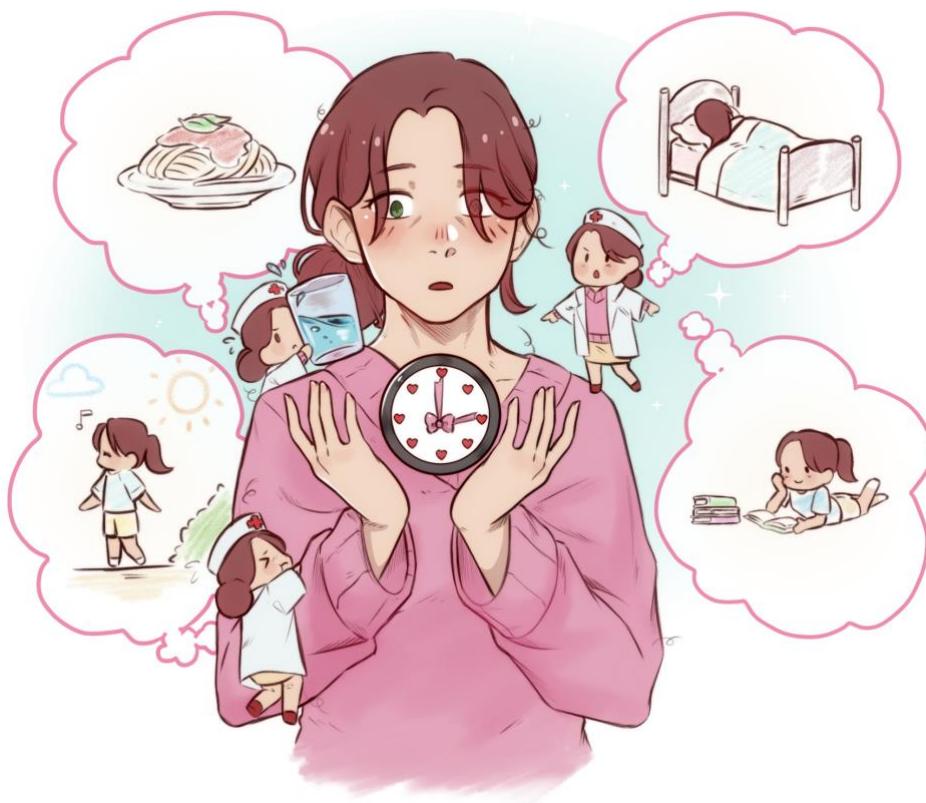


## Progetto E-care 2021

# DONA DEL TEMPO ANCHE A TE!

*Percorsi di sostegno ai CAREGIVERS e ai VOLONTARI (ANZIANI ATTIVI)*



con la collaborazione di:



## Percorso per **Caregivers** e **Volontari anziani attivi** a cura di **Onconauti**

I webinar hanno lo scopo di mettere in campo interventi di sostegno e formazione ai Caregivers e Volontari che si occupano di anziani fragili, per prevenire e contrastare l' insorgenza dei sintomi da stress. Con le **pratiche mente - corpo** si allevia lo stress del compito assistenziale e si aiuta il caregiver a scaricare le tensioni accumulate, migliorando l'umore e la capacità di riposo. Inoltre l'obiettivo è favorire il riequilibrio energetico della persona, contribuendo al rilassamento ed alla sensazione di benessere generale.

17 Giugno 2021 ore 17,00	1° incontro webinar Pratiche mente - corpo per prevenire o contrastare l' insorgenza dei sintomi da stress
15 Luglio 2021 ore 17,00	2° incontro webinar Pratiche mente - corpo per prevenire o contrastare l' insorgenza dei sintomi da stress
29 Agosto 2021 ore 17,00	Festa incontro all'aperto Gruppo <b>Caregivers</b> e <b>Volontari anziani attivi</b> Curato da tutte le Associazioni partners
16 Settembre 2021 ore 17,00	3° incontro webinar Pratiche mente - corpo per prevenire o contrastare l' insorgenza dei sintomi da stress
21 Ottobre 2021 ore 17,00	4° incontro webinar Pratiche mente – corpo per prevenire o contrastare l' insorgenza dei sintomi da stress
18 Novembre 2021 ore 17,00	5° incontro webinar Pratiche mente – corpo per prevenire o contrastare l' insorgenza dei sintomi da stress
16 Dicembre 2021 ore 17,00	6° incontro webinar Pratiche mente - corpo per prevenire o contrastare l' insorgenza dei sintomi da stress
Dicembre 2021 (Data da destinarsi)	Festa incontro Gruppo <b>Caregivers</b> e <b>Volontari anziani attivi</b> curato da tutte le Associazioni partners

### SEGRETERIA ORGANIZZATIVA ONCONAUTI

Per iscrizioni Corsi on-line tel. 051.387717 oppure 348.4053658 – E-mail: [info@onconauti.it](mailto:info@onconauti.it)

## Il percorso proseguirà anche nel 2022!