

LABORATORIO DI ARTERAPIA PER CAREGIVER



PRENDERSI CURA DI CHI SI PRENDE CURA

Si è concluso l'11 dicembre 2018 presso il **Centro Diurno Alzheimer di Madonna Alta**, l'ultimo emozionante incontro del *percorso sperimentale dedicato al caregiver*, promosso dalla Responsabile del centro, **dott.ssa Rita Antonini**. Il progetto si è sviluppato in 4 incontri di due ore ciascuno, con la partecipazione di 12 familiari degli ospiti del centro, evidenziando l'importanza di un percorso di sostegno finalizzato al prendersi cura di se stessi oltre che del proprio caro.

Il **Laboratorio di Arteterapia** per Caregiver, "prendersi cura di chi si prende cura", *nasce per dare o creare "forma" e "colore" alle proprie emozioni*, ed è stato condotto dalla nostra esperta **arteterapeuta Silvia Macchioni** con il sostegno della **psicologa Sonia Zeno**. Grazie all'Arteterapia i partecipanti hanno avuto l'opportunità di entrare in contatto con le proprie emozioni e di vivere una dimensione in cui sentirsi liberi di esprimere pensieri, emozioni, sofferenze, paure, difficoltà.

Attraverso la scelta delle tematiche affrontate, quali il concetto di cura, la relazione con l'altro e la gentilezza verso se stessi, il progetto ha attivato spunti di riflessione a sostegno delle proprie risorse interne ed esterne. La dimensione gruppal e la grande capacità dei partecipanti di "guardarsi dentro" e "donare la propria esperienza all'altro" hanno creato "uno sguardo oltre la malattia".