



Tinnito e acufeni: Gruppo di auto-aiuto



Il Tinnito comporta spesso dei rumori fastidiosi, a volte intensi, che si possono percepire localizzati in uno o entrambi le orecchie, oppure genericamente all'interno della testa.

Numerose ricerche hanno dimostrato che un adulto su cinque è affetto da tinnito e uno su venti ne è gravemente disturbato.

Il gruppo di auto-aiuto diventa un mezzo importante per non sentirsi soli con il proprio tinnito.

Obiettivi del gruppo:

- Condividere le proprie esperienze personali sapendo di poter essere compresi dagli altri in quanto coinvolti in prima persona
- Favorire il processo individuale di confronto con il tinnito attraverso la condivisione nel gruppo
- Creare momenti di informazione e sensibilizzazione mirati per proporre strategie di convivenza concrete attraverso esercizi, tecniche e sostegni pratici
- Sostenere e informare i famigliari per un approccio globale alla problematica

✂.....

Sono interessato ad avere informazioni sul gruppo di auto-aiuto per il tinnito

Nome e Cognome:

Indirizzo postale:

Numero di telefono e e-mail:.....

inviando una mail a info@atidu.ch o tramite il tagliando scrivendo a ATiDU, Salita Mariotti 2, 6500 Bellinzona.