

# Parliamo di emozioni: un appuntamento mensile

Manifestazione della Società svizzera sclerosi multipla



per conviverci meglio

**SM**

Società svizzera  
sclerosi  
multipla

# Impariamo a condividere e riconoscere le emozioni

La diagnosi di una malattia cronica può scatenare reazioni come rabbia, dolore, paura, disperazione per i limiti in campo lavorativo o i cambiamenti di ruolo nella famiglia e nella coppia. Si tratta di reazioni naturali a una situazione di vita complessa.

Per molte persone con SM è importante poter parlare con altri di pensieri e sentimenti. «Essere ascoltati», «poter condividere» o «sentirsi compresi» può ridurre notevolmente la pressione.

La Società SM propone un appuntamento mensile, che vuol essere un momento di scambio e arricchimento reciproco, guidato da Vincenzo Santoro, psicologo e psicoterapeuta.

Durante gli incontri verrà dato spazio alla condivisione e discussione, ma anche all'apprendimento di metodi, con l'intento di migliorare la comunicazione delle emozioni. Ogni serata verrà poi accompagnata da un'apericena informale.

Durante l'anno vi potranno essere delle serate aperte anche ai famigliari.

A chi si rivolge:	Persone con SM
Relatore:	Vincenzo Santoro, psicologo e psicoterapeuta
Quando:	Giovedì 22 febbraio 2024 Mercoledì 27 marzo 2024 Giovedì 18 aprile 2024 Giovedì 16 maggio 2024 Giovedì 6 giugno 2024
Dove:	Splash and Spa, Rivera (parcheggi in loco)
Programma	18.00 Accoglienza 18.15: inizio 19.45 ca. termine, segue rinfresco
Costo:	Soci 75 CHF / Non soci 100 CHF (compreso apericena, parcheggio, entrata Spa) Verrà inviata fattura al momento dell'iscrizione
Iscrizione:	Dal sito o a <a href="mailto:manifestazioni@sclerosi-multipla.ch">manifestazioni@sclerosi-multipla.ch</a>



**Società svizzera sclerosi multipla**

Via S. Gottardo 50 / 6900 Lugano - Massagno

091 922 61 10, CCP 65-131956-9

[info@sclerosi-multipla.ch](mailto:info@sclerosi-multipla.ch), [www.sclerosi-multipla.ch](http://www.sclerosi-multipla.ch)