

La persona non sempre si prende cura della propria salute psicologica tanto quanto fa con la sua salute fisica.

Andare dallo psicologo significa aver a cuore la propria salute mentale, che è interconnessa alla salute fisica e di benessere generale.



Migliorando e  
ristabilendo  
l'equilibrio  
psicologico si crea  
un cambiamento  
benefico nella

qualità di vita nei suoi diversi aspetti.

Incontrare lo psicologo non significa solo avere un problema psicologico, si può, infatti, usufruire della sua preparazione ed esperienza anche quando si cerca un parere esperto della psiche umana, quando si desiderano informazioni e chiarimenti su tematiche di natura psicologica, quando si desidera guardarsi e capirsi interiormente o comprendere strategie per affrontare momenti di difficoltà.

Per informazioni:

---

**Hospice S. Maria delle Grazie**

Via Montecassino, 8 – Monza

Telefono centralino: 039/235991

e-mail: [info.monza@dongnocchi.it](mailto:info.monza@dongnocchi.it)



CENTRO

SANTA MARIA DELLE GRAZIE

MONZA

## Chi può usufruire del servizio?

Le persone che assistiamo e i caregiver durante il difficile percorso della malattia hanno la possibilità di attivare il servizio di supporto affinché vi sia una presa in carico globale dell'individuo.

Per la persona sarà lo psicologo stesso a recarsi a domicilio mentre per la rete si potranno concordare incontri in struttura o via telematica.



## Ma chi è il caregiver?

Il caregiver è colui che presta assistenza e si occupa dell'accudimento di chi non può più provvedere autonomamente a se stesso.

Possono esserci più figure di riferimento che si alternano, ma questo non esclude stanchezza, emozioni complesse e momenti di difficoltà.

Riducendo i livelli di stress e migliorando la qualità della propria vita si potrà altresì migliorare anche la qualità assistenziale del proprio caro.

*“Prendersi cura di sé  
È uno dei migliori regali  
che possiamo fare agli altri...”*

## Lo Sportello Telefonico

### Perché?

Lo sportello telefonico dà la possibilità di attivare brevi consulenze con professionisti esperti quando vi è impossibilità di raggiungere la struttura.

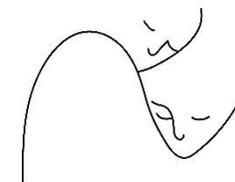
### Come fare?

Chiamando il numero **039/235991** risponderà un operatore deputato all'accoglienza della struttura che vi metterà in contatto con un operatore formato per poter fornire supporto e comprendere i bisogni emergenti.



## Supporto al Lutto

La vita di ciascuno è caratterizzata da separazioni e chiusure emotive e fisiche. Supportare la famiglia implica dare sfogo alle emozioni anche dopo aver camminato insieme a noi nel periodo della malattia.



La struttura offre 4 incontri di orientamento emotivo per poter affrontare con le proprie risorse la perdita della persona cara.

Usufruire di un di supporto durante il percorso di elaborazione consente di poter avere un confronto professionale e privo di giudizio in un momento provante della propria vita.

Non vi è una ricetta per affrontare ed elaborare il proprio dolore ma accompagnati si divide il peso.

### Come fare?

Chiamando il numero **039/235991**. Risponderà un operatore deputato all'accoglienza che vi metterà in contatto con lo psicoterapeuta specializzato.