



ATiDU Ticino e Moesano

ASSOCIAZIONE
PER PERSONE
CON PROBLEMI
D'UDITO

Quando la mente non stacca mai “Se non lo faccio io, non lo fa nessuno!”



Il lavoro, la famiglia, le relazioni.

Cercare di far funzionare tutto può causare stress, eccesso di responsabilità e senso di colpa.

Talvolta, il carico diventa insostenibile, fino a trasformarsi in malattia.

La risposta non è fare di più, bensì fermarsi e provare a capirsi, aprendosi a nuove visioni di sé.

Durante questa serata, **Carmela Fiorini**, Esperta di comunicazione e Mental coach, proporrà risorse per uscire dal bisogno di controllo e dal senso di colpa. Carmela risponderà inoltre a dubbi, domande e curiosità che sorgeranno, mettendo a disposizione le sue competenze.

Data: mercoledì 11 novembre 2026 alle ore 20:00

Luogo: Sala 2, Ristorante Casa del Popolo, Viale Stazione 31, Bellinzona

Costo: Gratuito per i soci, Fr. 20.- per i non soci

Iscrizioni: inviando una mail a info@atidu.ch o chiamando 091/857.15.32
(eventualmente lasciare un messaggio in segreteria)