

CON IL SOSTEGNO DI



## *A chi è rivolto*

Il progetto "Prendersi Cura" è dedicato a chi si prende cura di un familiare non autosufficiente: genitori anziani, figli con disabilità, partner malati o persone fragili.

## *Cosa offre*

Orientamento personalizzato  
Supporto psicologico individuale e di gruppo  
Attività di socializzazione e condivisione  
Momenti di sollievo dal carico di cura  
Percorsi formativi dedicati  
Accesso facilitato ai servizi territoriali

## *Progetto promosso da*

Il progetto è promosso da:  
Sol.Co. Nuoro – Consorzio Sociale di Solidarietà arl con il sostegno di Fondazione CON IL SUD

In collaborazione con:

- Anziani e Non Solo Società Cooperativa Sociale
- Cooperativa Sociale Progetto Uomo
- Scenari Verdi Cooperativa Sociale ONLUS
- Fradi – Impresa Sociale S.r.l.
- Patronato ACLI
- ACLI della Sardegna
- ACLI di Nuoro
- ASL Nuoro

## **INFO E CONTATTI:**

### **Patronato Acli**

✉ [prendersicura.patronatoaccli@gmail.com](mailto:prendersicura.patronatoaccli@gmail.com)

☎ 377 302 5124 - 0784 34312

### **Progetto Uomo**

✉ [progettouomo.francesca@virgilio.it](mailto:progettouomo.francesca@virgilio.it)

✉ [progettouomo.mara@virgilio.it](mailto:progettouomo.mara@virgilio.it)

☎ 0784 30343

## *Prendersi cura*

Molte persone si prendono ogni giorno cura di un familiare anziano, disabile o malato. Spesso non sanno di essere caregiver, né che possono ricevere aiuto.

Il progetto "Prendersi Cura" è pensato per loro per fornire supporto e migliorare la qualità della vita di chi si prende cura, riconoscendo il valore del suo ruolo

*“Prendersi cura degli altri  
non deve significare  
dimenticare sé stessi.”*



## *Gli Obiettivi principali*

- Migliorare la qualità della vita dei caregiver
- Favorire benessere emotivo, informazione e accesso a servizi mirati.
- Costruire una comunità più consapevole
- Sensibilizzare operatori, enti e cittadini sul ruolo spesso invisibile dei caregiver familiari.
- Creare un modello sostenibile di welfare comunitario
- Costituire una rete stabile di supporto, replicabile in futuro.

## *Come accedere al progetto*

Il primo contatto avviene attraverso:

- gli sportelli del Patronato ACLI
- gli operatori delle cooperative partner

## *Un percorso fatto insieme*

