



Ternate



Varano Borghi



Comabbio



Mercallo

ticombatto.covid19@comune.varano-borghi.va.it

#TICOMBATTO.COVID

SERVIZIO DI CONSULENZA PSICOLOGICA GRATUITA

Si tratta di uno spazio d'ascolto dedicato ai cittadini (maggioirenni) dei Comuni di Mercallo, Ternate, Comabbio e Varano Borghi.

La situazione che stiamo vivendo sta mettendo a dura prova il nostro benessere psicologico; in particolare in questo momento potremmo avere maggiore difficoltà a gestire i nostri pensieri e emozioni. Il servizio **#TICOMBATTO.COVID** si propone di aiutare le persone in questa emergenza, per evitare che le paure divengano panico ed aumentino lo stress, per aiutarle a proteggersi con pensieri ed emozioni adeguati e comportamenti corretti.

Per accedere al servizio è necessario innanzitutto inviare una mail all'indirizzo ticombatto.covid19@comune.varano-borghi.va.it fornendo Nome e Cognome, Comune di residenza, il proprio recapito telefonico e una breve spiegazione della motivazione per cui si richiede la consulenza.

In alternativa contattare i numeri:

- dott.ssa Maria Pia Conti
0332. 942918 (Ternate)– 0332 960119 int 8 (Varano Borghi)– 0331 968572 (Comabbio)
- dott.ssa Anna De Palma
0331.968104 (Mercallo)

Nelle 48 ore successive all'invio della mail (dal lunedì al venerdì) verrete ricontattati per un colloquio telefonico.

Il Servizio è condotto dalla dott.ssa Nadia Zeni (Psicologa e Psicoterapeuta, Terapeuta EMDR, Volontaria della Protezione Civile di Ternate)