



Centro Consulenza Familiare

On.l.u.s.

U.c.i.p.e.m.

Ansia e Attacchi di panico

*“L’ansia non ci sottrae il dolore di domani,
ma ci priva della felicità di oggi”.*

Leo Buscaglia

*Centro Consulenza
Familiare*

Aperto
lunedì e giovedì
dalle 15 alle 19
martedì, mercoledì
e venerdì dalle 9 alle 12

Tel. 0375 781436

*Via Garibaldi, 52
Viadana (MN)*

*Email: info@ccfviadana.org
www.ccfviadana.org*

Che cosa si sente dire la persona ansiosa da chi non ha questo disturbo?

“Tu ti preoccupi per tutto”

“Sei solo ansioso, non hai nulla”

Che cosa vorrebbe sentirsi dire la persona che soffre di attacchi di panico?

“Non sei la sola a vivere questi sintomi, molte persone conoscono questo disturbo”

“I disturbi che avverti a livello fisico sono reali, non sono immaginati, il cervello funziona bene”

“Dati ISTAT sulla salute mentale confermano che i disturbi dell’ansia in Italia nel 2017 hanno colpito 2,5 milioni di persone”

Che cosa è bene che faccia per la propria salute?

Parlare con chi è disponibile ad ascoltare i sintomi e le paure che si portano dentro

Prendere farmaci adeguati all’occorrenza

Avere il coraggio di farsi aiutare

Chi si occupa dell’intervento

Psicologi, Psicoterapeuti, Psichiatra, Consulente Familiare

Gli operatori del Centro Consulenza Familiare propongono colloqui che si caratterizzano come momento di accoglimento, contenimento e rielaborazione del disagio ansioso.