



A.M.A. Associazione Auto Mutuo Aiuto
Milano, Monza Brianza - Onlus

I Gruppi AMA

offrono uno spazio in cui ogni partecipante sia libero di esprimere la storia del proprio dolore, dei propri sentimenti, emozioni e difficoltà.

favoriscono l'ascolto delle altre persone perché da questo nascono la solidarietà, il sostegno reciproco, la forza.

individuano modalità costruttive per gestire momenti di sofferenza e di solitudine

Valori dell'Auto Mutuo Aiuto

Il rispetto: la differenza è la risorsa principale.

La fiducia: ogni partecipante può esprimere liberamente sentimenti ed emozioni senza essere giudicato.

Il legame: all'interno del gruppo i partecipanti sono coinvolti in una relazione profonda.

S-Lègàmi

gruppo
Single a tutti i costi?

Associazione A.M.A. 02 39.52.64.66
autoaiuto@virgilio.it



A.M.A. Associazione Auto Mutuo Aiuto
Milano, Monza Brianza - Onlus

Gruppo
Auto Mutuo Aiuto

S-Lègàmi

Single a tutti i costi?



per informazioni:

Associazione A.M.A.
tel. 3391073732
0239526466
autoaiuto@virgilio.it

S-Lègàmi

Single a tutti i costi?

Single per forza?

Single per difesa?

Single per protezione?

Single per fuga?

Single per scelta?

Single per libertà?

Single per autonomia?

Single per indipendenza?

Single per paura?

S-Lègàmi é un gruppo di auto mutuo aiuto per single non convinti di essere "incalliti".

Dove single comporta piú difficoltà che possibilità.

Un momento di incontro per confrontarsi e trovare qualche idea-azione utile per comprendere e migliorare la propria vita.

Quando single ci va stretto, quando single 'anche no',
quando decidiamo di prenderci cura di noi.

Nella modernità liquida, tra indipendenza e legami, delusioni affettive, scottati da legami passati,
cerchiamo il nostro equilibrio.

Quando libertà, autonomia e indipendenza non sono nemici delle relazioni,
quando i vincoli diventano opportunità e non ossessioni.

Come ricercare e costruire una sana relazione?