



ASSOCIAZIONE “LA CURA DI SÉ ETS”

Piazza dell’Assunta 1/a

20141 Milano

CF: 97614660153

Iscrizione RUNTS: 163015

mail: segreteria@lacuradise.it

PEC: lacuradise@pec.it

Chi siamo

LA CURA DI SÉ è un’associazione non profit attiva a Milano dal 2012, **oggi diventata ETS**, che opera nel campo del benessere emotivo e relazionale attraverso strumenti innovativi di cura della persona, con particolare focus sulla scrittura terapeutica.

MISSION

Sviluppare il concetto di scrittura terapeutica come conoscenza e cura di sé, portandolo in tutti gli ambiti sociali e sanitari e contribuendo a costruire benessere

VISION

Essere un punto di riferimento ed un luogo di riflessione per tutti coloro che, partendo dalla sofferenza, dal disagio e/o dalla malattia, hanno necessità di ricostruire la propria vita

VALUE

Pensa, scrivi, vivi. LA CURA DI SÉ ETS crede nel valore della scrittura terapeutica nell’ottica della cultura dello star bene.

Oggi LA CURA DI SÉ ETS:

Promuove

attività sociali e culturali per il benessere interiore, favorendo una relazione sana ed equilibrata tra la cura e l’individuo, integrando la scrittura come terapia attiva che accompagna l’individuo senza mai lasciarlo solo.

Crea

attraverso lo strumento della scrittura, l'opportunità di conoscere meglio se stessi all'interno di gruppi formativi e fornisce supporto emotivo per la gestione delle emozioni legate sia all'esperienza di vita che a quella di malattia.

Organizza

attraverso il coinvolgimento attivo dei propri soci ed in collaborazione con strutture pubbliche e private corsi rivolti a pazienti oncologici e no, caregiver, studenti di scuola media inferiore e superiore, ospiti di comunità, detenuti.

Svolge

attività di formazione rivolta a diverse figure professionali in ambito sanitario, scolastico e lavorativo in genere.

Obiettivi futuri

Per rispondere in modo più efficace a questi bisogni, LA CURA DI SÉ ETS si propone di:

Rafforzare la propria struttura

- ampliare il team
- consolidare i processi
- sviluppare progettualità continuative

Espandere l'impatto territoriale

- operare in modo più capillare a livello regionale
- aumentare la presenza nelle scuole
- creare reti con istituzioni e partner educativi

Ampliare i programmi per i giovani

- creare percorsi strutturati di educazione emotiva
- aiutare i giovani a sviluppare maggiore consapevolezza e direzione

Il bisogno: perché intervenire sui giovani oggi

Nel lavoro quotidiano con studenti e giovani adulti emerge con forza un dato: molti giovani oggi **non dispongono di strumenti adeguati a comprendere e gestire le proprie emozioni**, né di spazi in cui esprimere fragilità, dubbi e paure.

Questa mancanza si traduce spesso in:

- disorientamento rispetto al futuro
- difficoltà relazionali

- fragilità emotiva non riconosciuta
- senso di isolamento

I laboratori svolti nelle scuole dimostrano quanto sia urgente offrire strumenti di ascolto, espressione e orientamento interiore. Dimostrano una risposta fortissima da parte degli studenti come numerose testimonianze l'attestino, facendo emergere un bisogno profondo nelle nuove generazioni di individuare adulti che possano aiutarli e guidarli, spesso attraverso un metodo comprovato in termini di risultati.

Perché sostenere LA CURA DI SÉ

Sostenere LA CURA DI SÉ ETS significa:

- investire nel benessere delle nuove generazioni
- contribuire a colmare un vuoto educativo ed emotivo
- supportare un metodo concreto e già sperimentato
- partecipare a un progetto ad alto impatto sociale

Sostenere LA CURA DI SÉ ETS significa scegliere di investire in un cambiamento reale e misurabile, contribuendo a generare valore sociale duraturo e a costruire una nuova cultura del benessere emotivo.

Come è possibile contribuire

Si può sostenere l'associazione attraverso:

- destinazione 5 x mille inserendo il C.F. 97614660153 nello spazio riservato agli ETS
- donazioni economiche liberali
- finanziamento diretto di progetti specifici
- supporto/facilitazione nella raccolta fondi
- partnership territoriali / promozione attività

Ringraziamo fin da ora tutti coloro che vorranno contribuire a sostenere le nostre attività, partecipando attivamente alla costruzione di un futuro più consapevole, inclusivo e attento al benessere delle nuove generazioni.

Contatti e Info

Per effettuare una donazione o ricevere maggiori informazioni:

Associazione LA CURA DI SE' ETS

IBAN: IT 12 L 06230 01634 000015052407

E-mail: segreteria@lacuradise.it

Sito web: www.lacuradise.it

Facebook: <https://www.facebook.com/scritturaterapeutica/>

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/scritturaterapeutica/>