



Carissimi,

Non stiamo attraversando un momento facile, anzi, inevitabilmente questo periodo segna ognuno di noi nel profondo. In tutto questo però, forse mai come prima, è emersa una grande forza, quella della **coesione** e della **lealtà**. Tutti nel nostro piccolo stiamo contribuendo alla sconfitta di un grande nemico, anche semplicemente nel restare a casa o nel rispettare le norme di sicurezza.

Noi, come Studio "CSR Mente eCorpo", ci sentiamo in dovere, però, di aiutare anche chi ogni giorno scende sul campo di battaglia e affronta il nemico faccia a faccia. Lo sforzo immenso degli Operatori Sanitari e dei Medici non può passare inosservato, dobbiamo pensare anche a loro e dobbiamo contribuire e salvaguardare il loro benessere psicofisico. Sentiamo viva e insistente questa responsabilità!

Ma non solo, siamo vicini anche a tutti coloro che stanno iniziando a risentire significativamente di questo stato di "quarantena" imposto, a chi si sente particolarmente in ansia, a chi particolarmente giù di morale, a chi ha difficoltà di progettare e pensare positivamente il futuro.. a tutte quelle famiglie che toccano con mano questa realtà perché hanno un parente risultato positivo, in rianimazione o deceduto, o a chi in prima persona sta vivendo tutto questo.

Proponiamo dunque a tutte le categorie più colpite da situazioni di stress, ansia, depressione, ecc., la possibilità di un confronto e di un colloquio che potrà avvenire via Skype e via mail. CSR Mente eCorpo offre:

- **4 colloqui gratuiti in modalità on line con uno specialista**
- **Incontri di gruppo gratuiti, per tutti, (chiaramente in modalità on line)**, in cui si discuterà con un moderatore/specialista di vari temi, che possono essere proposti anche dai partecipanti stessi. Gli incontri di gruppo prevedono anche una parte di rilassamento attraverso tecniche varie.

#### ORARI E DISPOSIZIONI

<i>mercoledì e giovedì</i> 9.00 -12.30 e 14.30 - 17.00
<i>martedì e venerdì</i> 10.30 - 13.30 e 17.00 - 19.00

*Il servizio rimane attivo fino a fine emergenza.*

*Per chiedere informazioni o un colloquio, specificandone il motivo indicativo, potete contattarci al nostro indirizzo mail: [info@csrmentecorpo.eu](mailto:info@csrmentecorpo.eu)*

**Noi siamo con voi e mettiamo a disposizione la nostra professionalità, il nostro sapere.  
Giochiamo insieme questa partita per vincere.**

*CSR Mente eCorpo  
Presidente Dott. Mauro Bussola  
Vicepresidente Dott. Elisa Paravati*