



# Parlane

## Consulenza per l'accompagnatore

Se hai molte cose in testa, parlarne può aiutarti.

I nostri consulenti professionali comprendono le varie sfide a cui possono far fronte gli accompagnatori.

I consulenti sono rispettosi, ascoltano attentamente e si concentreranno su ciò che è più importante per te nel tuo ruolo di assistenza.

*"La consulenza mi ha aiutato a sentirmi più forte e in grado di farcela. Il consulente mi ha capito e abbiamo trovato insieme dei modi per andare avanti. Ho acquisito una più ampia prospettiva e ho capito il valore di prendermi cura di me stesso".*

Il nostro servizio di consulenza può offrirti sessioni individuali, familiari o di gruppo.

La consulenza è disponibile nella maggior parte delle lingue.

Per maggiori informazioni chiama Carer Advisory Line al 1800 514 845.

UN' AUSTRALIA CHE DÀ VALORE E SUPPORTA TUTTI GLI ACCOMPAGNATORI

[www.carersvictoria.org.au](http://www.carersvictoria.org.au)

Anche se l'assistenza può essere gratificante e positiva, ci sono momenti in cui puoi sentirti disorientato come accompagnatore. Puoi per esempio sentirti sopraffatto, stanco, stressato, colpevole, triste e incerto.

Affrontare queste emozioni non è sempre facile. Parlarne può aiutarti.

## **Consulenza individuale e familiare**

I nostri consulenti forniscono consulenza personale e familiare confidenziale e a breve termine.

La consulenza può essere di persona, per telefono o tramite video. Le sessioni hanno luogo presso le stanze di consulenza di Carers Victoria a Footscray o in luoghi più vicini alla tua zona per mezzo dei nostri consulenti esterni.

## **Consulenza di gruppo**

La consulenza di gruppo fornisce un'opportunità per gli accompagnatori di esprimersi, esplorare e discutere una serie di problemi con altri accompagnatori che condividono esperienze simili.

La consulenza di gruppo prevede un piccolo gruppo di accompagnatori (5-10 partecipanti). Ogni sessione è tenuta da un consulente esperto.

## **Per maggiori informazioni:**

Telefono: 1800 514 845

Email: [reception@carersvictoria.org.au](mailto:reception@carersvictoria.org.au)

 /Carers Victoria

 @CarersVictoria