

Fragilità psicologica da lockdown, stasera un incontro online per parlarne

Pubblicato: Venerdì 19 Febbraio 2021



Fragili. Confusi. Impauriti. Stanchi di una situazione che sta impattando sulla vita di tutti.

L'emergenza Covid ha messo a dura prova l'equilibrio di tutti noi, provati dall'isolamento e dalle restrizioni che hanno modificato le nostre giornate.

Per riflettere su questa condizione e poter avere qualche consiglio su come affrontare al meglio questo momento particolare, questa sera **il comune di Cairate offre ai suoi cittadini un servizio importante**.

Sulla [pagina Facebook del comune](#), infatti, a partire dalle 20.30 sarà possibile assistere ad **una diretta con la dottoressa Angela Gambirasio, psicologa** ed esperta di counseling e self empowerment dell'Università Statale di Milano.

La dottoressa Gambirasio approfondirà il tema delle strategie di sopravvivenza psicologica per affrontare la pandemia, aprendosi alle **domande del pubblico** e cercando di arricchirlo con **consigli e riflessioni**.

“Cosa è cambiato con il lockdown? Come possiamo continuare a vivere una socialità così diversa e meno fisica? Cosa possiamo fare per sconfiggere la paura di ammalarci o di non trovare un lavoro?": questi alcuni degli interrogativi che verranno approfonditi.

L'Amministrazione comunale cairatese – che da inizio pandemia ha sempre puntato i riflettori sulla **necessità di parlare apertamente della fragilità mentale da lockdown** – grazie a questa serata cercherà di fornire risposte concrete ai cittadini, aiutandoli grazie alla consulenza di un esperto.

Santina Buscemi
santina.buscemi@gmail.com