



# TRA LAVORO E FAMIGLIA

Gruppo di condivisione per affrontare le fatiche emotive e lavorative e ritrovare equilibrio nella vita quotidiana.



Ti senti sovraccarico/a a fine giornata e fai fatica a lasciare "fuori" pensieri e fatiche del lavoro? Avverti stanchezza, calo di motivazione o distanza da ciò che prima ti appassionava? Questo gruppo offre uno spazio di confronto, ascolto e condivisione per alleggerire le fatiche emotive e ritrovare equilibrio. Perché prendersi cura di sé è parte del prendersi cura degli altri.

Con Dott.ssa Roberta Castelnuovo –  
psicologa e psicoterapeuta  
Dott.ssa Giulia Salzano – pedagoga

📍 Saronno – Viale Amendola

Sala polifunzionale edificio X2

📅 • 08 giugno 2026 • 15 giugno 2026  
• 22 giugno 2026 • 13 luglio 2026  
• 20 luglio 2026

Dalle 18.15 alle 19.45

Iscrizioni obbligatoria ai contatti

☎️ 333 8030572

✉️ [centrofamiglia@comune.saronno.va.it](mailto:centrofamiglia@comune.saronno.va.it)

**Incontri gratuiti – posti limitati**

*Incontriamoci!*

Vieni a trovarci allo sportello  
oppure prenota  
il tuo appuntamento



*Dove* via San Giacomo 6/8, Saronno

*Contatti* • [centrofamiglia@comune.saronno.va.it](mailto:centrofamiglia@comune.saronno.va.it)  
• telefono e WhatsApp 333 8030572

*Quando* • martedì dalle 15:00 alle 18:00  
• venerdì dalle 9:00 alle 12:00

Il progetto vede come capofila l'Ambito Territoriale Sociale del Saronnese, in collaborazione con



Progetto finanziato con  
il Fondo per le politiche  
della famiglia 2024  
della Presidenza del  
Consiglio dei ministri