



Ministero del lavoro e delle politiche sociali
Direzione Generale del terzo settore e della
responsabilità sociale delle imprese



Regione Umbria

**STOP MOBBING.
CONOSCERLO,
PER TUTELARSI.**



SI.CURA.MENTE
SELF EMPOWERMENT
E DISAGIO LAVORATIVO

SI.CURA.MENTE

SELF EMPOWERMENT E DISAGIO LAVORATIVO

Si.Cura.Mente è il progetto regionale volto ad intervenire sui fattori causa del disagio lavorativo.

È finalizzato all'informazione, all'orientamento e alla riduzione delle condizioni di fragilità che spesso ne derivano.

Si rivolge a tutti i residenti nel territorio regionale che si trovano nella condizione di subire o aver subito forme di disagio lavorativo; a coloro che vivono accanto a chi sperimenta forme di disagio lavorativo o, più semplicemente, a chi vuole conoscere e informarsi sul tema.

IL PROGETTO PREVEDE DIVERSE AZIONI:



Sul fronte della prevenzione primaria, per anticipare la nascita del disagio.



Sul fronte della prevenzione secondaria, per arginare l'avanzare dei fenomeni di esclusione socio-lavorativa e lavorare sul reinserimento sociale.

Si.Cura.Mente è caratterizzato da azioni volte ad operare sulla responsabilizzazione individuale, sulla riacquisizione della capacità attiva di problem solving indicando a ciascuno le modalità per individuare o ripristinare il proprio potenziale.

SI.CURA.MENTE PREVEDE L'ATTIVAZIONE DI:

Punto di ascolto itinerante

e gratuito, gestito da un team di esperti e dedicato all' ascolto delle persone interessate dal disagio lavorativo.

Consulenza gratuita di un

Assistente sociale per avviare un confronto professionale finalizzato a costruire una progettualità personale e a migliorare le proprie dimensioni sociali.

Consulenza gratuita

di un Counselor per conoscere e ripristinare le proprie risorse personali, ripensare alle relazioni sociali, familiari, lavorative e per affrontare eventuali conseguenze socio-familiari (doppio mobbing).

Supporto di mediatori per ricevere informazioni sulle forme alternative di risoluzione delle controversie (adr).

Percorso formativo per prevenire, riconoscere e stroncare sul nascere il fenomeno del mobbing.

I NOSTRI SERVIZI GRATUITI

Disponibili da Maggio a Dicembre 2023

Punto di Ascolto itinerante e/o consulenza di un Assistente sociale

✉ sicuramente@cittadinanzattivaumbria.it

☎ 389.5570961

> telefonare o inviare un messaggio whatsapp

Percorso di Counseling

*Possibilità di richiedere il proprio bilancio delle competenze

A cura di **BEHUMAN**

Aperto tutti i giovedì dalle 15 alle 18

✉ behuman.aps@gmail.com

☎ 335.1384109

A cura di **SO.STARE APS**

Aperto il I e III martedì di ogni mese dalle 16 alle 18

✉ so.stareaps@gmail.com

☎ 391.7591940

Sportello di Mediazione sociale

A cura di **SO.STARE APS**

Aperto il I e III martedì di ogni mese dalle 16 alle 18

✉ so.stareaps@gmail.com

☎ 391.7591940

Si.Cura.Mente è un progetto realizzato con il contributo del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali e della Regione Umbria. È promosso da Cittadinanzattiva Umbria, in collaborazione con le associazioni di promozione sociale So.Stare, BeHuman e Il Colibrì.

PER INFORMAZIONI
www.cittadinanzattivaumbria.it

PROMOTORE



PARTNER DI PROGETTO



...per prendere le decisioni

