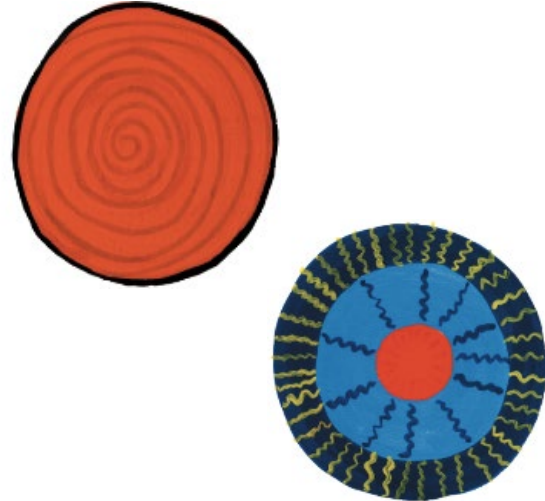


# SUPPORTO PSICOLOGICO PER LE PERSONE DELLA VALLEMAGGIA

Organizzazione sociopsichiatrica cantonale (OSC)  
Servizio di psicologia clinica e psicoterapia



## SIAMO QUI PER AIUTARVI. NON SIETE SOLI.

### Chi siamo e a chi ci rivolgiamo

L'Organizzazione sociopsichiatrica cantonale, presso i suoi ambulatori per adulti (SPS) e per minorenni (SMP), mette a disposizione un team di specialisti formati in ambito psicotraumatologico.

### I nostri obiettivi

- Offrire consulenze preventive per il riconoscimento di eventuali sintomi post-traumatici
- Aiutare a ritrovare un equilibrio psicologico
- Consulenze o prese a carico individuali sulla base dei bisogni emergenti e aiuto nella riduzione dei sintomi a livello individuale, familiare, questioni relate alla genitorialità e interventi di gruppo

### Chi può usufruire del servizio

Accesso aperto e garantito a tutti, su base volontaria, annunciarsi ai numeri indicati in fondo al flyer.

### Sintomi di allarme

È importante richiedere una consulenza se si manifestano sintomi che non si sono normalizzati, quali:

- Flashback: rivivere l'evento traumatico come se stesse accadendo di nuovo
- Problemi persistenti di sonno, incubi, sogni ricorrenti e angoscianti
- Paura costante e sensazione di pericolo
- Pensieri intrusivi: pensieri disturbanti e ripetitivi sull'evento traumatico
- Alterazioni negative di pensieri e umore
- Alterazioni nella reattività come maggiore irritabilità, vigilanza eccessiva, insonnia o sonno disturbato, comportamenti a rischio quali autolesionismo, uso anomalo di alcol o farmaci, ecc.

Questi sintomi possono variare in intensità e durata e interferire significativamente nella vita quotidiana.

### Perché rivolgersi a noi

Un intervento tempestivo può aiutare a prevenire l'aggravarsi dei sintomi e a trovare un nuovo equilibrio.

Se vi riconoscete in questi sintomi vi invitiamo a parlarne con il medico curante oppure non esitate a contattarci per una consulenza specializzata e iniziare un percorso di recupero e benessere.

## MAGGIORI INFORMAZIONI

Accesso tramite appuntamento chiamando:

SPS (Servizi psico-sociali) tramite il Centro di contatto OSC – ☎ 0848 062 062 (tutti i giorni, 24 ore su 24)

SMP (Servizio medico-psicologico) di Locarno, Via G.A. Orelli 19 – ☎ 091 816 26 11 (orari d'ufficio)