

# 30 GIUGNO 2012

## Giornata Nazionale per la sensibilizzazione sul disturbo da Attacchi di Panico



**L'Associazione Insieme Onlus ha per scopo aiutare e sostenere le persone che soffrono di Attacchi di panico, e soprattutto dare visibilità a questo disagio. Lo scopo della manifestazione è quello di contribuire alla campagna di informazione e sensibilizzazione sui disturbi legati agli Attacchi di Panico.**

**I nostri volontari saranno presenti nelle seguenti regioni:**

**Marche:**

-Grottammare (AP) Piazza Pericle Fazzini dalle 15 alle 18 divulgazione materiale informativo

**Piemonte**

-Torino Piazza Innocenzo Vigliardi Paravia 7 c/o sede Associazioni Nuovi Orizzonti dalle 15 alle 18 divulgazione materiale informativo

**Toscana:**

-Pistoia: via degli Orafi dalle 15 alle 18 divulgazione materiale informativo

**Lombardia:**

-Rezzato (Bs) Piazza Vantini c/o Sala comunale dalle 10 alle 18 divulgazione materiale informativo

-Varese Piazza Montegrappa orario 10-13 / 15-18 divulgazione materiale informativo

**Liguria:**

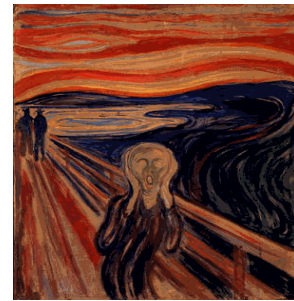
-Genova: in collaborazione con l'Associazione La Rinascita presso la Festa degli amici a 4 zampe Giardini di Quinto dalle 16 alle 19 bancarella con diffusione informazioni e materiale informativo

**Veneto:**

- Verona, dalle 10 alle 18, in collaborazione con l'associazione C.S.IN. divulgazione materiale informativo, Piazzale A.Scuro 10 (Ospedale Borgo Roma)

**Associazione INSIEME ONLUS Ansia- Attacchi di Panico-Agorafobia**  
**Sede Via Convento 8 Grottammare (AP) C.F. 91036940442 Recapito Segreteria: 366/3623811**  
**[info@insiemedap.it](mailto:info@insiemedap.it) – [www.insiemedap.it](http://www.insiemedap.it)**

## Attacchi di Panico D.A.P.



È sempre più elevato il numero di persone che in Italia soffre di attacchi di panico. Ad oggi si stimano, infatti, più di 600.000 persone che, quando devono affrontare situazioni particolari, come l'auto, l'aereo, luoghi affollati (es. il supermercato), luoghi isolati (es. l'ascensore)... ecc., vanno letteralmente in tilt, scoprendosi spaventati, senza un motivo oggettivo, se non la paura della crisi.

La prima cosa che deve fare chi si trova alle prese con disturbi d'ansia o attacchi di panico è consultare uno specialista, che darà la cura migliore per affrontare il picco.

Contemporaneamente, però, occorre intraprendere la strada del lavoro individuale, tramite colloqui o psicoterapia, per individuare a fondo le cause del malessere.

A fianco del lavoro individuale, è importante inserirsi in un gruppo di auto-mutuo-aiuto, che, riconosciuto anche dall'O.M.S. (Organizzazione Mondiale della Salute), è da ritenersi uno dei più validi percorsi per uscire dal disagio del panico, proprio per sentirsi supportati e sentirsi parte di una famiglia. E' più facile affrontare il cammino se si hanno vicino persone che ci supportano e ci comprendono!

***Siamo tanti a soffrire di questo disturbo, ma molti si vergognano!  
Vogliamo arrivare a tutti e dire loro che  
NON SIAMO SOLI, INSIEME ... TUTTO E' POSSIBILE! ♥***

L'associazione Insieme Onlus ha per scopo di favorire iniziative, progetti, studi, ricerca e formazione dare visibilità dal Disturbo da Attacchi di Panico (D.A.P.), Ansia, Agorafobia e dare sostegno a tutte le persone che ne sono affette.

I nostri scopi sono:

- L'informazione tramite convegni, seminari, conferenze stampe volta a sensibilizzare l'opinione pubblica, la classe medica, le istituzioni, sul Disturbo di Panico.
- L'aiuto alle persone affette da D.A.P. e ai loro famigliari, attraverso un help-desk telefonico e gruppi di auto-mutuo-aiuto;
- La diffusione della cultura dell'auto-mutuo-aiuto anche tramite corsi di formazione rivolti sia alle persone affette da D.A.P. che all'opinione pubblica;
- Lo studio della ricerca scientifica sul D.A.P.;
- Collaborare con le altre associazioni di volontariato, ospedali, università, centri specializzati, istituzioni, mondo del lavoro, al fine di ricercare sostegno per le persone affette da D.A.P. e aumentare la consapevolezza verso tale disturbo;

**I nostri gruppi di auto-mutuo-aiuto già operativi sono:**

- Provincia di Brescia presso il comune di Rezzato Piazza Vantini
- Provincia di Ascoli Piceno con il patrocinio del comune di Grottammare presso sala comunale
- Torino Piazza Innocenzo Vigliardi Paravia 7
- Verona Zona San Michele Extra via Aldo Fedeli 12

Prossime aperture: Roma, Genova, La Spezia, Napoli.

Per fare parte di un gruppo già esistente o crearne uno nuovo scrivi a [info@insiemedap.it](mailto:info@insiemedap.it)

**Non è assolutamente facile condividere e parlare di questi disagi.**

**Il nostro vuole essere un punto di ascolto con volontari che conoscono e condividono la tua stessa esperienza.**

**Ascoltare, Rassicurare, Aiutare, Sostenere...**

**L'auto-mutuo-aiuto parte soprattutto da qui!**

**Associazione INSIEME ONLUS Ansia- Attacchi di Panico-Agorafobia  
Sede Via Convento 8 Grottammare (AP) C.F. 91036940442 Recapito Segreteria: 366/3623811  
[info@insiemedap.it](mailto:info@insiemedap.it) – [www.insiemedap.it](http://www.insiemedap.it)**