



Romper il silenzio e l'isolamento

Cosa Facciamo

Con l'aiuto di tutti desideriamo COMunicare, Informare e Prevenire: affrontare insieme un disagio che può diventare dannoso se rimane nascosto.

- **ADVOCACY:** a livello nazionale e internazionale ed in ambito istituzionale diamo voce alle istanze e ai bisogni dei giovani caregiver figli di genitori con un disturbo psichico
- **AUTO MUTUO AIUTO:** gestiamo un gruppo di supporto online riservato ai figli (adolescenti, giovani adulti e adulti)
- **SENSIBILIZZAZIONE:** promuoviamo la nascita di reti di supporto territoriali
- **FORMAZIONE:** convegni, seminari e workshop rivolti a figli e famiglie, professionisti, enti, associazioni

Chi siamo

CHILDREN OF MENTALLY ILL PARENTS – Associazione di Promozione Sociale è la prima associazione italiana creata da e per i figli di genitori che soffrono di un disturbo psichico. Nata il 20 novembre 2017, nella giornata internazionale dei diritti dell'infanzia e dell'adolescenza, intende adoperarsi per creare una rete di supporto per minori, giovani adulti e adulti caregiver che hanno una mamma o un papà affetti da una malattia mentale (depressione, disturbo bipolare, schizofrenia, et al.).

SOSTIENICI!

IBAN: IT64G0521614501000000080011

E-mail: info@comip-italia.org

Web: www.comip-italia.org



[comip.italia](https://www.facebook.com/comip.italia)



[comip_italia](https://twitter.com/comip_italia)

Brochure distribuita con Licenza Creative Commons BY-NC-ND 4.0

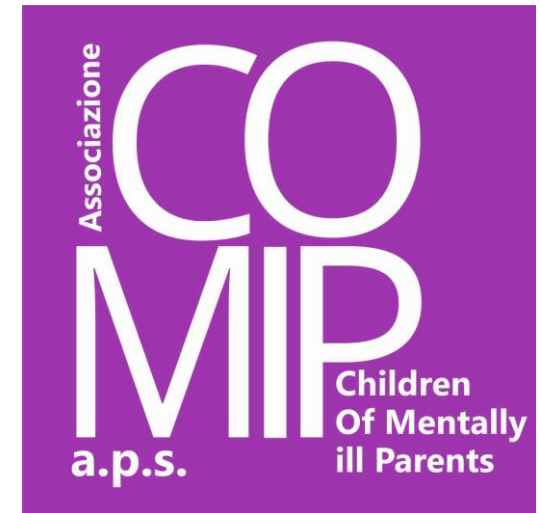


**CHILDREN OF
MENTALLY ILL PARENTS
– ASSOCIAZIONE DI
PROMOZIONE SOCIALE**

Via Montefiorino 12/C

05100 Terni

C.F. 91074220558



**CHILDREN OF
MENTALLY ILL
PARENTS –
ASSOCIAZIONE DI
PROMOZIONE
SOCIALE**

*Supporto e Prevenzione per i
Figli di Genitori Con Disturbo
Mentale*



Capire cosa succede

Cosa può voler dire essere figlio/a di un genitore con un disturbo psichico?

Sentimenti difficili da gestire

Rabbia, paura, senso di colpa, senso di impotenza, solitudine, tristezza sono alcune delle emozioni che potresti provare se tua mamma o tuo papà soffrono di disturbi come la depressione, il disturbo bipolare o la schizofrenia.

Perché il mio genitore si comporta così?

Potrebbe capitare che passi le sue giornate a letto per lunghi periodi, che veda o senta cose che non esistono, o che abbia repentini cambi d'umore. Tutto questo è causato da una malattia che colpisce la mente. Esistono diversi tipi di malattie mentali. Conoscerle aiuta a capire meglio cosa accade, ma ricorda che non è compito tuo guarire il tuo genitore! E che non è colpa tua se il tuo genitore sta male.

“...credere nella possibilità che i ragazzi e le ragazze hanno di aiutarsi a far fronte alla sofferenza psichica dei propri genitori, di tirar fuori la forza della loro resilienza. Se adeguatamente sostenuti, ascoltati, informati e formati.”

Vincenzo Spadafora

Esistono delle cure?

Sì! Ecco perché crediamo nell'importanza della prevenzione e dell'informazione e desideriamo contrastare lo stigma e la vergogna.



Avere qualcuno con cui parlarne

E se il mio genitore non vuole/non riesce a essere curato?

Purtroppo per alcuni disturbi come la schizofrenia e il disturbo bipolare non è semplice arrivare ad una diagnosi e spesso chi ne soffre può – a causa della malattia stessa – non avere consapevolezza di essere malato/a e rifiutare le cure. In quel caso può esserti d'aiuto poterti confrontare con altri figli che vivono la tua stessa situazione per capire come tutelare il tuo benessere e la tua salute.

Non sei solo/a!

E' normale che sia per te difficile parlare di tutto questo con qualcuno: lo stigma e la vergogna che circondano i disturbi psichici sono purtroppo ancora molto forti. Ma ricorda che ci sono moltissimi altri figli che hanno vissuto o vivono esperienze simili alla tua e che con loro puoi parlarne. Contattaci e scopri come fare! E prenditi cura di te. Anche tu sei importante.