

## SOS PSICHE

**QUESTI SERVIZI DI ASCOLTO SONO GRATIS**

Paura, crisi d'ansia, sbalzi d'umore, conflitti in famiglia. In questo difficile periodo siamo tutti emotivamente più sensibili. Se c'è bisogno d'aiuto, ci si può rivolgere a un servizio gratuito di ascolto e consulenza psicologica. Come quello dell'Ordine degli psicologi della Lombardia, attivo tutti i giorni dalle 9 alle 18 (tel.0282396234). Ma non è l'unico. Sono scesi in campo anche la Società psicoanalitica italiana, che mette a disposizione gli esperti dei suoi 11 centri (su [www.spi.it](http://www.spi.it) trovi i referenti a cui scrivere) e il Centro italiano di psicologia analitica: per info e appuntamenti basta chiamare il 3892941862 dal lunedì al venerdì, dalle 10 alle 12, o scrivere a [cipaaiuta@gmail.com](mailto:cipaaiuta@gmail.com). Poi c'è Pronto psy, della Società italiana di psicologia dell'emergenza, a cui si può inviare una mail a [sipemsoslombardia@gmail.com](mailto:sipemsoslombardia@gmail.com) o un messaggio al 3791898986. È stata pensata per aiutare gli anziani soli, invece, l'iniziativa di **Senior Italia FederAnziani**: il numero verde 800991414, raggiungibile da telefono fisso, funziona tutti i giorni dalle ore 14 alle ore 19. Mentre i medici dell'Istituto di Ortofonia offrono sostegno telefonico (tel. 3450391519) o via email ([riabilitazioneminori@ortofonia.it](mailto:riabilitazioneminori@ortofonia.it)) ai genitori di bambini con disagi psicologici o problemi dello sviluppo. Non manca un servizio dedicato a medici e operatori sanitari. Per loro la Società Italiana di Psichiatria mette a disposizione (lun-sab, 15-19), il numero verde 800042999.

di **Annaleni Pozzoli**

97

