

## 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 [cipaiuto@gmail.com](mailto:cipaaiuto@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

