



Dipartimento della sanità
e della socialità

Infofamiglie

Newsletter



17.12.2020

Gentili Signore,
Egredi Signori,

vi trasmettiamo l'ultima newsletter dell'anno 2020, ricordando in particolare agli enti e alle associazioni presenti su [Infofamiglie](#) di comunicarci eventuali aggiornamenti delle informazioni inerenti alla loro attività.

Cogliamo inoltre l'occasione per augurarvi Buone Feste, invitandovi a vivere queste festività con prudenza e nel rispetto delle regole di comportamento e igiene e delle disposizioni in vigore.

Un caro saluto,
Il team di Infofamiglie

Invito a verificare le informazioni sul sito Infofamiglie

Si invitano enti e associazioni presenti sul sito [Infofamiglie](#) a verificare che le informazioni riportate sulle schede inerenti alla loro attività siano corrette e aggiornate. Eventuali modifiche possono essere segnalate all'indirizzo e-mail infofamiglie@ti.ch

Coronavirus

- **Regole di comportamento e igiene raccomandate dall'Ufficio federale della sanità pubblica:** [lista delle regole](#)
- **Provvedimenti minimi vigenti in tutta la Svizzera:** [lista dei provvedimenti e delle ordinanze](#)
- **Disposizioni cantonali:** www.ti.ch/coronavirus
- [Schema isolamento e quarantena](#)
- [Volantino "Come si porta la mascherina"](#)
- [Video "Come si porta la mascherina"](#)
- Come affrontare questo particolare periodo? Alcuni suggerimenti nell'opuscolo ["Prendersi cura di sé... anche in tempi difficili"](#)

Distanti ma vicini: un Natale diverso

Con l'arrivo del Natale entriamo in un periodo di incontri frequenti. Questo ci deve portare a vivere delle **festività diverse, all'insegna della prudenza e dell'intimità familiare**. Non dobbiamo necessariamente rinunciare a trascorrere il Natale in famiglia o con amici ma dobbiamo impegnarci a ridurre al minimo il rischio di contagio. Prepariamoci a trascorrere i prossimi mesi rimanendo **distanti fisicamente, ma vicini negli affetti**.

Scegliamo chi vedere: limitiamo i contatti ad una ristretta cerchia di persone e riduciamo la frequenza dei nostri incontri. Questo riduce la possibilità di contagio, anche da parte di eventuali persone asintomatiche.

Concentriamoci sull'essenziale: celebrare le feste di fine anno nell'intimità del proprio nucleo familiare è un modo per proteggere anche chi è più vulnerabile. In questi giorni non può esserci festa se non c'è sicurezza.

Immaginiamo nuovi modi di festeggiare: immaginiamo nuove forme di incontro, come un brindisi all'aperto o un aperitivo natalizio virtuale, per non esporre i nostri familiari, gli anziani e le persone vulnerabili, ad un possibile contagio.

Affinché il piacere delle feste resti intatto: pianifichiamo attività e acquisti in anticipo per evitare i luoghi e le situazioni affollate, dove è maggiore la possibilità di un contagio. Non roviniamoci le feste in arrivo.

[Volantino Distanti ma vicini: un Natale diverso](#)

Incontri online SOS Genitori - Educare con empatia

Sei genitore, nonna/o, zia/o, ... di bambini da 0 a 10 anni?

Tuo figlio fa i capricci e vuoi trovare soluzioni?

Il tuo partner ha uno stile educativo diverso dal tuo e ciò crea tensioni in famiglia?

L'Associazione EMPA-TI organizza diversi incontri online (su Zoom) gratuiti durante i quali i partecipanti sono accompagnati da una formatrice certificata in comunicazione empatica.

Le iscrizioni vanno effettuate al link www.empa-ti.org/partecipa con almeno un'ora di preavviso. Il progetto è supportato dall'Ufficio del sostegno a enti e attività per le famiglie e i giovani (UFaG).

Prossimi incontri:

21 dicembre 2020, 13:30-15:00

4 gennaio 2021, 9.30-11.00

18 gennaio 2021, 13:30-15:00

[Volantino informativo con tutte le date degli incontri](#)

Distanti ma vicini: un Natale diverso



www.ti.ch/coronavirus

Servizio di promozione e valutazione sanitaria: [Facebook](#) [Instagram](#)

**Divisione dell'azione sociale
e delle famiglie**

Viale Officina 6
6501 Bellinzona

infofamiglie@ti.ch
www.ti.ch/infofamiglie



Se non desidera più ricevere questa newsletter clicchi [qui](#).