



# Guida Informativa

## Supporto psicologico a Milano e online

Le informazioni contenute in  
questa guida sono aggiornate al:

08/05/2023



Università  
Bocconi

BLEST  
Bocconi Lab for  
European Studies



## Supporto psicologico

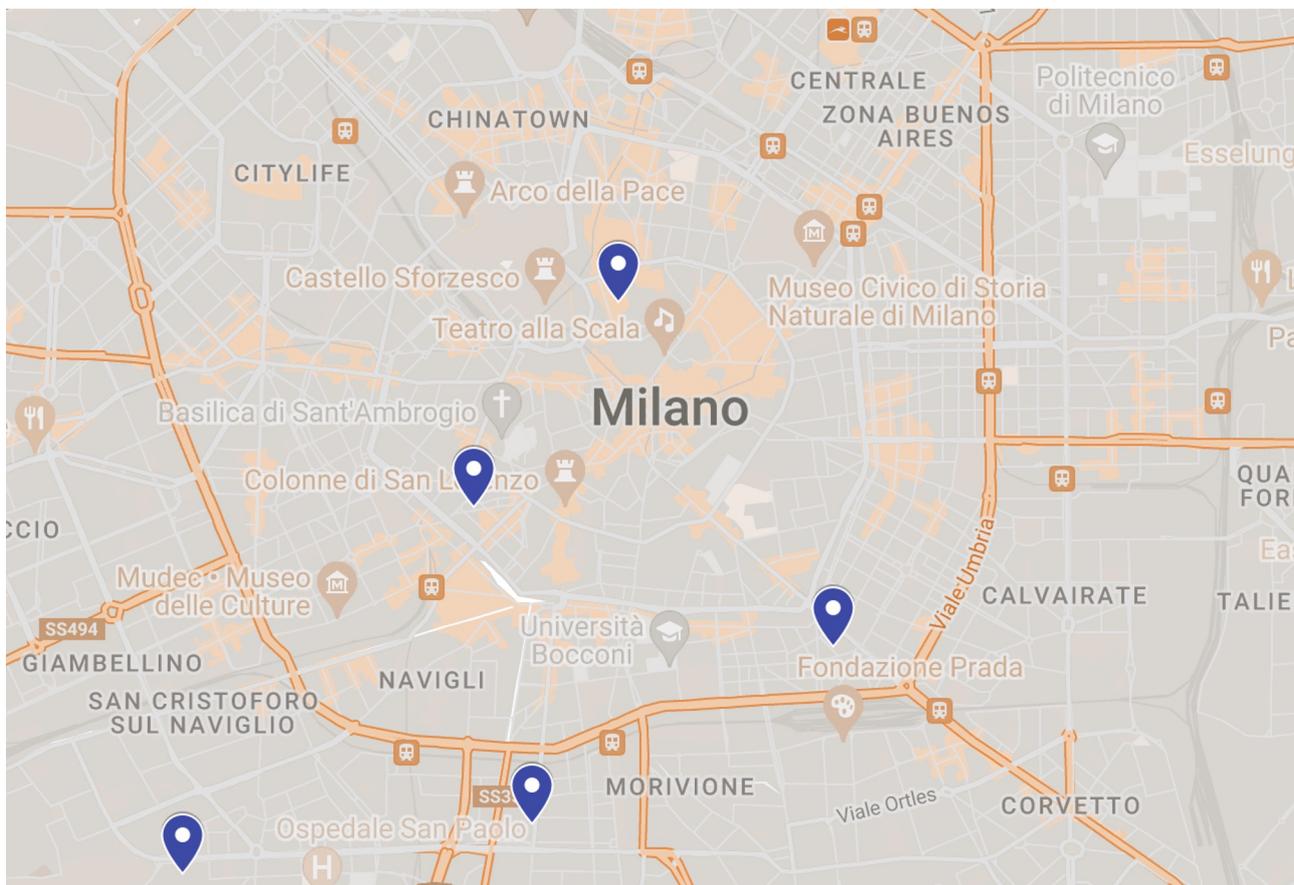


### I servizi disponibili

All'interno di questa guida puoi trovare - divisi tra in presenza e online - alcuni servizi gratuiti di ascolto e sostegno psicologico. I servizi sono rivolti alle persone, coppie e famiglie che vivono uno stato di disagio emotivo legato al trauma della guerra e della vita lontano da casa; ma anche a chi, trovandosi in un momento di sconforto o difficoltà, ha voglia o bisogno di parlare con un professionista. Alcuni servizi si focalizzano sui traumi emotivi causati dalla guerra, altri sulla violenza sulle donne ed altri ancora hanno focus generale. Se si tratta di un'emergenza puoi contattare il servizio **Urgenza psicologica**.



## Servizi in presenza - Mappatura



- 1: Associazione EMDR e Croce Verde** - Via San Vincenzo 25, Municipio 1
- 2: WASI - sportello psicologico per donne migranti** - Piazza del Carmine 2, Municipio 1
- 3: INSIEME-PA3OM, ascolto e sostegno** - Via Giuseppe Meda 50, Municipio 5
- 4: Cerchi d'acqua - Centro antiviolenza** - Via Verona 9, Municipio 5
- 5: V DOMI - Centro Milano Donna** - Viale Faenza 29, Municipio 6



Università  
Bocconi

BLEST  
Bocconi Lab for  
European Studies

## PRESENZA



### Associazione EMDR Italia e Croce Verde

L'Associazione offre 6 sedute gratuite specifiche sui traumi della guerra per tutti.

Il servizio è disponibile sia in russo che in ucraino.

Per accedere è necessario chiamare il numero + 39 3715709588, tutti i giorni dalle 9:00 alle 13:00 e dalle 15:00 alle 19:00.

Il centralino parla sia russo che ucraino e non è necessario registrarsi.

Le sedute avverranno principalmente presso la Croce Verde APM di Milano in Via San Vincenzo 25.

Maggiori informazioni [qui](#)



### WASI - sportello psicologico per donne migranti

Il progetto WASI offre un servizio gratuito per donne migranti, si svolge in presenza e online con psicologhe madrelingua.

Il servizio è disponibile in russo, ucraino e inglese.

- o Per accedere e registrarsi:
  - +39 351 687 4011 o 02 45476033 (lun - ven: 10.00 - 12.30, 14.00 - 17.00)
  - [info@ascs.it](mailto:info@ascs.it)

Il servizio ha sede in Piazza del Carmine 2 (Chiesa del Carmine).

Maggiori informazioni [qui](#)



Università  
Bocconi

BLEST  
Bocconi Lab for  
European Studies

## PRESENZA



### **INSIEME-PA3OM, ascolto e sostegno**

Il servizio offre incontri gratuiti di supporto psicologico per rifugiati ucraini, bambini, ragazzi, adulti e donne.

Gli incontri sono tenuti da psicologi e mediatori culturali di lingua madre ucraina dell'associazione Mondo-Svit, presso la chiesa dei Santi Giacomo e Giovanni, Via Giuseppe Meda 50

Il servizio è attivo:

- il giovedì dalle 16:00 alle 19:30
- il sabato dalle 10:00 alle 17:30

Per accedere è sufficiente:

- o chiamare il numero verde 800.68.50.25 di lunedì, mercoledì, venerdì dalle 9:00 alle 20:00
- o registrarsi tramite l'apposito form online: [qui](#)



### **Cerchi d'acqua - centro antiviolenza**

L'associazione offre servizio in lingua italiana alle donne vittime di violenza: colloqui di accoglienza, consulenza informativa legale e sostegno psicologico individuale.

Centro attivo dal lunedì al venerdì, orario 10-18 al numero: 0258430117, email: [info@cerchidacqua.org](mailto:info@cerchidacqua.org).

Il servizio ha sede in Via Verona 9, Milano 20135.



Università  
Bocconi

BLEST  
Bocconi Lab for  
European Studies

## PRESENZA



### V DOMI: Centro Milano Donna - Municipio 6

Servizio psicologico gratuito per donne, minori e per le loro famiglie; con la possibilità di usufruire di sedute individuali o di gruppo.

Il servizio è offerto direttamente in lingua italiana, russa o ucraina.

Per accedere è sufficiente:

- o chiamare il numero 0225137998 in orario lavorativo
- o scrivere a [centromilanodonna6@telefonodonna.it](mailto:centromilanodonna6@telefonodonna.it)

Non è necessaria nessuna registrazione.

Le sedute saranno effettuate principalmente il giovedì dalle 10:00 alle 15:00, presso Viale Faenza 29 (Gli orari potranno variare).

Maggiori informazioni [qui](#)



### Sportello Psicologico - Municipio 6

Sportello gratuito di ascolto psicologico al servizio del cittadino, attivo fino a giugno 2023, solo in italiano.

Nasce per dare un supporto ai cittadini adulti residenti nel Municipio 6, ma qualora vi sia la possibilità, a tale servizio possono rivolgersi anche utenti residenti in altri Municipi del Comune di Milano.

Per accedere è necessario chiamare il numero 0288458642 per fissare un appuntamento.

Il servizio è disponibile ogni martedì dalle 15.00 alle 17.00 (singola consulenza max di 30 minuti ad utente)

Maggiori informazioni [qui](#)



Università  
Bocconi

BLEST  
Bocconi Lab for  
European Studies

## PRESENZA



### Fondazione Somaschi ONLUS

La fondazione offre varie aree di intervento, tra queste: area migranti, che dispone un percorso di accoglienza ed inclusione sociale con obiettivo la riconquista dell'autonomia patrimoniale dei richiedenti protezione, ed area donne vittime di violenza, che offre supporto morale e psicologico.

Per accedere al servizio: tel.: + 39 0262911975, email: [comunicazione@fondazionesomaschi.it](mailto:comunicazione@fondazionesomaschi.it).



Università  
Bocconi

BLEST  
Bocconi Lab for  
European Studies

## ONLINE



### Urgenza psicologica

Servizio gratuito di supporto psicologico professionale disponibile in lingua italiana.

A seguito della chiamata è possibile incontrare lo psicologo in sede o in un luogo concordato.

L'obiettivo del servizio è il contenimento del bisogno urgente. Il servizio è dunque dedicato ai momenti di crisi, di sconforto o di difficoltà.

Se in bisogno di assistenza **urgente**, si può chiamare il numero 02-36559550.

Il servizio è attivo nelle giornate di sabato e domenica dalle 09.00 alle 21.00.

Maggiori informazioni [qui](#)



### Comune di Milano

Il Comune di Milano fornisce ascolto e orientamento per la popolazione ucraina arrivata in città mediante il Contact Center disponibile al numero 020205.

Il servizio è gestito da operatori madrelingua.

Servizio disponibile dal lunedì al venerdì, dalle ore 9.00 alle 18.00

I colloqui si svolgono prevalentemente online, è possibile vedersi in presenza su appuntamento rivolgendosi al 020205.

Maggiori informazioni [qui](#)



Università  
Bocconi

BLEST  
Bocconi Lab for  
European Studies

## ONLINE



### Yealthy-Vodafone

Yealthy-Vodafone offre un servizio di supporto psicologico gratuito per l'elaborazione delle reazioni emotive legate al conflitto in Ucraina.

Per accedere al servizio, è necessario iscriversi alla piattaforma Yealthy, da cui potranno essere effettuate anche le prenotazioni degli incontri con gli psicologi.

I colloqui durano 45 minuti e potranno essere svolti online tramite video-conferenza e previo appuntamento, dal lunedì al venerdì, dalle 8 alle 20:15.

Le sedute potranno essere tenute in lingua italiana ed inglese.

Maggiori informazioni [qui](#)



Università  
Bocconi

BLEST  
Bocconi Lab for  
European Studies



Questa guida informativa è stata realizzata da studenti e studentesse, ricercatori e ricercatrici BLEST (Bocconi Lab for European Studies) nell'ambito dell'iniziativa UASI (Ucraina Supporto e Informazione).

Le informazioni contenute in questa guida sono aggiornate al:  
**08/05/2023**

'Цей інформаційний посібник створено студентами і науковцями BLEST (Лабораторія європейських досліджень Бокконі) в рамках ініціативи UASI (Україна, Підтримка та Інформація - Ukraine, Support and Information).

Інформація, що міститься в цьому посібнику, актуальна на:  
**08/05/2023**

Этот информационный ресурс создан студентами и учёными BLEST (Лаборатория европейских исследований Боккони) в рамках инициативы UASI (Украина, Поддержка и Информация - Ukraine, Support and Information).

Інформація, що міститься в цьому посібнику, актуальна на:  
**08/05/2023**