

**A.M.A.** un invito ed una sigla: Auto Mutuo Aiuto. La sigla di un'associazione che si rivolge a chi pensa di trovarsi in difficoltà e cerca compagni di strada per affrontare e risolvere in gruppo di auto mutuo aiuto i propri problemi.

**AMA** è un'associazione che intende fornire una risorsa a tutti quelli che sono in difficoltà e che cercano altre persone con cui condividere ed affrontare i propri problemi in gruppo.

### COSA SONO I GRUPPI AMA?

I GRUPPI di Auto Mutuo Aiuto sono formati da persone e/o famiglie alla pari che si trovano assieme per raggiungere determinati scopi attraverso il reciproco sostegno emotivo.

Le PERSONE sono unite da un disagio comune. Si impegnano per il proprio e l'altrui cambiamento promuovendo le reciproche potenzialità positive mediante il coinvolgimento personale e con la condivisione delle esperienze vissute.

La PARTECIPAZIONE è regolata dalla disponibilità di ciascuno a portare le proprie storie di vita, la propria soggettività, in un clima di ascolto e comunicazione che punta alla responsabilità personale dei singoli.