

# SaronnoNews

## Pillole di psicologia per resistere alla quarantena: la coppia che scoppia

Orlando Mastrillo · Wednesday, April 15th, 2020

Viviamo da oltre un mese in una situazione di costrizione che porta con sé tutta una serie di problematiche che stanno sconvolgendo anche la nostra mente. **Stare a casa** è diventato un imperativo categorico per superare questa pandemia causata dal coronavirus Covid 19 e **non sempre la casa è il luogo della sicurezza e della serenità**.

Insieme alla psicologa e psicoterapeuta varesina **Miriam Nipote**, che da qualche tempo ha avviato una rubrica sui social ([Facebook](#) e Youtube) in cui affronta diversi aspetti di questa quarantena, abbiamo deciso di aprire uno spazio sul nostro quotidiano per dare un supporto alle coppie, ai genitori, ai figli, alle persone che vivono da sole e su come affrontare il lungo periodo di ritorno verso una nuova normalità.

**Le varie puntate che ci accompagneranno alla fatidica data del 3 maggio** affrontando la convivenza di coppia, la convivenza genitori-figli, il tema dei single, la malattia di una persona cara, la vita sociale e la domanda se la stiamo perdendo del tutto, post quarantena, ovvero come riprenderà la nostra vita.

**La prima puntata è dedicata alla convivenza di coppia** nei suoi vari aspetti, la routine, le attività che si possono svolgere, gli spazi da rispettare e, purtroppo, anche la violenza che spesso si annida proprio tra le mura domestiche. A tal proposito **ricordiamo due tra i centri antiviolenza attivi** in provincia anche durante il lockdown:

### Centro Eos

Sede Via C. Robbioni, 14 Varese

Continua la sua attività da remoto tramite i contatti telefonici

Contatti: 0332231271, 3494074758, 3703264428, eosvarese4@gmail.com

### CAV Dico Donna

Sede presso il Pad. 13 dell'Ospedale di Circolo di Varese

Continua la sua attività da remoto dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 12

Contatti: 324 8423264, info@amicofragileonlus.com

This entry was posted on Wednesday, April 15th, 2020 at 11:11 am and is filed under [Salute](#), [Varesotto](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a

---

response, or [trackback](#) from your own site.