PROGETTO GIOVANI VALDAGNO

SERVIZI PSICOLOGICI GRATUITI E ALTRE RISORSE

Hai bisogno di aiuto, ma non sai a chi chiedere?
Prova a dare un'occhiata qui!

ALL'INTERNO TROVI:

- Servizi psicologici gratuiti sul territorio
- Servizi psicologici gratuiti per studenti universitari
- Consigli sui Podcast da ascoltare
- Suggerimenti di Lettura

Città di Valdagno
Assessorato alle Politiche Giovanili

© Marzo 2023

Co-finanziato da Regione Veneto nell'ambito dei "Piani di intervento in materia di politiche giovanili" con DGR “Reti Territoriali per i Giovani Veneti – RE.TE. GIO-VE” n. 1549 dell' 11 novembre 2021 e n. 840 del 12 luglio 2022.

STUDIO PROGETTO
COOPERATIVA SOCIALE

SERVIZI PSICOLOGICI GRATUITI SUL TERRITORIO

Psicologi e psicoterapeuti offrono ascolto e sostegno a coloro che stanno vivendo un momento di difficoltà

LISTEN. SPORTELLO ASCOLTO GIOVANI - PROGETTO GIOVANI VALDAGNO

Uno spazio di ascolto, sostegno psicopedagogico per giovani. É uno spazio sicuro e riservato, dove ragazze e ragazzi possono parlare liberamente delle proprie difficoltà, emozioni e domande.

Lo sportello sarà attivo 2 volte al mese.
É rivolto a:

- Studenti dai 13 ai 18 anni
- Giovani adulti dai 18 ai 30 anni

Valdagno, Via Petrarca 10 - Ex Casetta del Preside

Per prenotare un colloquio individuale, compilare il modulo inquadrando il QR code o nel sito:
https://www.progettogiovanivaldagno.it

CONSULTORIO FAMILIARE

Offre molti servizi tra cui “Spazio giovani”, un servizio gratuito, in cui i ragazzi di 14-21 anni possono rivolgersi liberamente e senza appuntamento agli operatori.
Per appuntamenti, telefonare dal lunedì al venerdì dalle 10.30 alle 12.30.

Valdagno - Via Galileo Galilei 3
Tel. 0445 423138
Email: consultorio.ostetriche@aulss8.veneto.it

PROGETTO GIOVANI VALDAGNO

Città di Valdagno
Assessorato alle Politiche Giovanili

CONSULTORIO "LA FAMIGLIA"

Servizio di consulenza, sostegno, formazione e informazione di carattere psicologico e pedagogico.

Valdagno - Via Bellini 6
Tel. 0445 402540
Cell. 348 0900751
Email: consultoriolafamiglia85@gmail.com

Un operatore è presente in ufficio nei seguenti orari:
Lunedì 9.00-10.00
Martedì 15.30-17.30
venerdì 10.00-11.00

SPORTELLO DONNA

Servizio di ascolto e sostegno, è un centro di informazione e sostegno rivolto alle donne.
Accoglie le persone senza giudizio, accompagnandole nell'esprimere liberamente le proprie necessità e i loro bisogni.

Recoaro Terme, Piazza Vittorio Veneto 13
Venerdì dalle 15.00 alle 18.00
Email: sportellodonna@comune.recoaroterme.vi.it

Valdagno, p/o Ufficio Servizi Sociali Via San Lorenzo 2/b
Mercoledì dalle 9.00 alle 12.00
Email: sportellodonna@comune.valdagno.vi.it
Tel. 327 0391995

Accesso previo appuntamento

SPORTELLO DI SOSTEGNO PSICOLOGICO

Aperto a tutti i cittadini. Si offrono incontri di gruppo per supporto psicologico.

Mercoledì alle 20.30, c/o la Cittadella Sociale, V.le Regina Margherita 42, Valdagno.
Tel. 347 2399986

CONSULTORIO REZZARA

Servizio di prevenzione e promozione del benessere, ma anche di sostegno e assistenza.
È gratuito per i primi 3 incontri, poi è richiesto un contributo.
La sede centrale si trova a Vicenza, ma ci sono altre sedi a Camisano Vicentino, Chiampo e Sandrigo.

Sede centrale a Vicenza - Via delle Grazie 12
Tel. 0444 234582
Cell. 350 5170615
Email: info@consultoriorezzara.it

SOSTEGNO PSICOLOGICO CARITAS

Psicologi e psicoterapeuti volontari offrono un servizio di ascolto a famiglie, coppie e persone bisognose. È attivo il mercoledì dalle 15 alle 21 su appuntamento.

Vicenza - Contrà Torretti 38
Cell. 345 3685234,
Email: sostegnopsicologico@caritas.vicenza.it

Per appuntamenti, chiamare dal lunedì al venerdì dalle 14.00 alle 20.00
Orari incontri: mercoledì dalle 18.00 alle 21.00

SALUTE MENTALE CARITAS

Spazio di ascolto e di incontro per chi sta vivendo un disagio psichico o una difficoltà relazionale.

Sede di Malo - Via Muzzana 20
Tel. 0445 607569, Cell. 345 7979788
Email: davide.golia.malo@caritas.vicenza.it
Altre sedi a: Bassano del Grappa, Piazzola sul Brenta

SALUTE MENTALE CARITAS

Spazio di ascolto e di incontro per chi sta vivendo un disagio psichico o una difficoltà relazionale.

Sede di Malo - Via Muzzana 20
Tel. 0445 607569, Cell. 345 7979788
Email: davide.golia.malo@caritas.vicenza.it
Altre sedi a: Bassano del Grappa, Piazzola sul Brenta

LUTTO, SOLITUDINE ED ESPERIENZA DEL LIMITE CARITAS

Rete di gruppi di Auto Mutuo Aiuto presenti nel territorio diocesano per offrire vicinanza a chi è toccato dall'esperienza della morte e contribuire a sensibilizzare la cittadinanza sui temi della morte, del lutto e della vita. Il servizio per le persone in lutto è sempre attivo, tutti i giorni e tutto il giorno, anche durante le feste natalizie.

Per ricevere ascolto immediato, chiamare: 348 7666528
Per prenotare un appuntamento, chiamare: 328 4350660
Email: lutto@caritas.vicenza.it

Il servizio è sempre attivo, tutti i giorni e tutto il giorno.

SERVIZIO PSICOLOGICO "INOLTRE"

E' un punto di ascolto psicologico per affiancare e accompagnare le persone in crisi e in situazioni di difficoltà
E' gratuito e operativo su tutto il territorio della Regione Veneto, 24 ore al giorno e 7 giorni su 7, chiamando il Numero Verde: 800 334343.

Tel. 800 334343
Email: info@servizioinoltre.it

SPORTELLO PSICOLOGICO "TI ASCOLTO" - CHIAMPO

Servizio di supporto psicologico gratuito individuale e in piccoli gruppi per ragazzi e ragazze dai 14 ai 30 anni.

Biblioteca di Chiampo - Piazza Giacomo Zanella 28
Cell. 340 4237510
Email: sportello.tiascolto@studioprogetto.org
oppure compila il modulo per essere ricontattato:
https://bit.ly/tiAscolto_Chiampo

LA GINESTRA APS - MONTECCHIO MAGGIORE

Nasce per promuovere cittadinanza attiva, inclusione e solidarietà.
L'obiettivo è di sostenere persone e famiglie in difficoltà e valorizzare il volontariato come strumento di crescita collettiva attraverso varie attività.
Propone spazi di ascolto per i i giovani e le famiglie, sostegno pedagogico per genitori ed educatori, corsi di alfabetizzazione per persone immigrate.

Via Mascagni, 5/C - Montecchio Maggiore
Cell. 375 988 0552
Email: laginestraaps2025@gmail.com
FB: La Ginestra APS

PSICHE 2000

Servizio di promozione del benessere e di sostegno alla persona e alla famiglia.

Tel. 0445 891440
Sedi attive nei dintorni di Valdagno:
Schio, Thiene e Bassano del Grappa

SERVIZI PSICOLOGICI GRATUITI PER STUDENTI UNIVERSITARI

Attraverso incontri di gruppo o colloqui individuali, gli studenti possono accedere ad uno spazio d'ascolto e di aiuto

UNIVERSITÀ DI PADOVA

Centro Ateneo dei Servizi Clinici Universitari Psicologici (SCUP)

Padova - Via Tommaseo 47/A
Cell. +39 049 8278450
Email: scup@unipd.it

UNIVERSITÀ DI VERONA

Servizio di Supporto Psicologico

Erogato in modalità SKYPE previo appuntamento
Email: consulenza.psicologica@esu.vr.it

UNIVERSITÀ DI VENEZIA

- ESU Cuori - Centro di orientamento e Consulenza psicologica

  Venezia - Palazzo Badoer (1° piano), sestiere S. Polo n. 2479/a
  Tel. 041 2727140141
  Email: scop@esuvenezia.it

- SAP- sportello di ascolto psicologico IUAV

  Venezia - Campo della Lana n. 601
  Email: sap@iuav.it

- Spazio Ascolto - Servizio di counseling gratuito per gli studenti cafoscarini Venezia

UNIVERSITÀ DI TRENTO

Servizio di consulenza psicologica per studenti e dottorandi

UNIVERSITÀ DI BOLOGNA

Servizio di Aiuto Psicologico a Giovani Adulti (SAP)

Bologna - Viale Carlo Berti Pichat 5 (2° piano)
Tel. 051 2091832 oppure 051 2091348
Tel 051 2091910 per eventuali ritardi e/o disdette
Email: sap@unibo.it

PROGETTO GIOVANI VALDAGNO

Città di Valdagno
Assessorato alle Politiche Giovanili

PODCAST

Utili per affrontare i momenti di difficoltà
e raggiungere il benessere!

PSINEL di Gennaro Romagnoli

Di cosa parla: psicologia e crescita personale.

Link PSINEL

Link Spotify

Link Apple Podcast

PSICOLOGIA CON LUCA MAZZUCCHELLI di Luca Mazzucchelli

Di cosa parla: vari argomenti di psicologia.

Link Spotify

Link Apple Podcast

PSICOLOGIA E BENESSERE di GuidaPsicologi.it

Di cosa parla: vari argomenti di psicologia.

Link Spotify

Link Apple Podcast

LIBERAMENTE di Matteo Neroni

Di cosa parla: spiega come vivere una vita piena, priva di ansie e paure, prendendo le giuste decisioni e affrontando le sfide della quotidianità.

Link Spotify

Link Apple Podcast

PSICOLOGIA QUOTIDIANA di Eleonora Rinaldi

Di cosa parla: vari argomenti di psicologia, con focus su adolescenza, perinatalità e psicologia clinica.

Link Spotify

Link Apple Podcast

PSICO PODCAST di Francesca Castro

Di cosa parla: vari argomenti di psicologia, anche legati al periodo di lockdown.

Link Spotify

Link Apple Podcast

IL RIMUGINIO di Gabriele Caselli

Di cosa parla: ansia e preoccupazione eccessiva.

Link Spotify

Link YouTube

PSICOLOGIA PRATICA dei Centri di Psicologia InTerapia

Di cosa parla: disturbi mentali più diffusi. Propone delle vere e proprie meditazioni guidate dalla voce della dott.ssa Giada Sera.

Link Spotify

Link Apple Podcast

PSICOLOGIA A LAVORO! di Valentina Patacca

Di cosa parla: fornisce risorse, consigli e strategie utili per avere una vita professionale e lavorativa più produttiva, serena e soddisfacente.

Link Spotify

Link Apple Podcast

Link canale Telegram

LETTURE

Consigliate per chi desidera approfondire e imparare qualcosa di nuovo!

FACCI CASO

di Gennaro Romagnoli, Mondadori, 2020
Consigliato a: chi desidera avvicinarsi alla mindfulness.

FATTORE 1%: PICCOLE ABITUDINI PER GRANDI RISULTATI

di Luca Mazzucchelli, Giunti Editore, 2019
Consigliato a: chi desidera migliorare la propria vita

L'ERA DEL CUORE

di Luca Mazzucchelli, Giunti Editore, 2020
Consigliato a: chi desidera conoscere se stessi e le proprie emozioni più profonde.

LA PROMESSA DI CIÒ CHE PUOI ESSERE. CONOSCI, POSSIEDI E TRASFORMA TE STESSO

di Bhushan M. Moretti, Magi Edizioni, 2010
Consigliato a: chi vuole approfondire il tema della psicosintesi e crescere interiormente, imparando a gestire le proprie emozioni e i propri pensieri.

CRESCERE. TEORIA E PRATICA DELLA PSICOSINTESI

di Piero Ferrucci, Astrolabio Ubaldini, 1981
Consigliato a: chi vuole approfondire il tema della psicosintesi e conoscere tecniche di crescita interiore.

SCRIVERE PER CRESCERE. UNA GUIDA PER I MONDI INTERIORI

di Deena Metzger, Astrolabio Ubaldini, 1994
Consigliato a: chi desidera promuovere il proprio benessere attraverso esercizi di scrittura.

ABC DEL RELAX

di Virginia Cioni
Consigliato a: chi desidera conoscere varie strategie di rilassamento. Il libro è gratuito e scaricabile direttamente dal suo blog donneincontatto.

PERCHÉ QUESTO CATALOGO

Racconto chi sono e com'è nata l'idea di questo catalogo!

Mi chiamo Alessia e sono una studentessa universitaria di psicologia.

La mia esperienza all'interno di Progetto Giovani Valdagno è iniziata lo scorso febbraio per lo svolgimento del tirocinio pre-lauream, durante il quale ho avuto modo di osservare e affiancare una psicologa e di partecipare ad un gruppo d'ascolto libero. Durante questa esperienza formativa è emersa la necessità di effettuare una mappatura dei principali servizi psicologici gratuiti presenti nel territorio vicentino, in modo da poter indirizzare le ragazze e i ragazzi che accedono al nostro servizio verso adeguate strutture di supporto psicologico.

Al termine del tirocinio ho deciso di continuare la mia esperienza presso Progetto Giovani Valdagno operando in qualità di volontaria e ponendomi come primo obiettivo la realizzazione di questo catalogo (realizzato nel 2023): si tratta di uno strumento che può essere utile a tutti coloro che lavorano per e con i giovani, ma che non sono professionisti dell'ambito psicologico. L'obiettivo è rendere i ragazzi consapevoli dell'esistenza di certe strutture di aiuto, dando loro la possibilità di poter intraprendere un percorso di sostegno psicologico che non sia necessariamente a pagamento.

All'interno del catalogo ho scelto di inserire anche delle risorse alternative di facile accesso che potrebbero fornire un supporto ulteriore in momenti di difficoltà.

Idealmente vorrei che tutti avessero la possibilità di prendersi cura di sé e di lavorare sul proprio benessere per imparare a stare bene. Spero che questo catalogo possa aiutare gli operatori e i ragazzi a trovare una soluzione adatta alle proprie necessità.

Il presente catalogo è stato aggiornato ad ottobre 2025 da Giulia Cabiola, servizio civilista presso Progetto Giovani Valdagno da maggio 2025 a maggio 2026.



Via Petrarca 10 - 36078 Valdagno (Vi)
tel: 0445 405308 - 327 6590330
email: info@progettogiovanivaldagno.it

Instagram: pg_valdagno
Facebook: Progetto Giovani Valdagno