

---

## **Libano: i caschi blu italiani organizzano un corso di supporto psicologico contro il rischio di stress da coronavirus**

I militari italiani impiegati nella missione Unifil delle Nazioni Unite schierata nel Libano meridionale, dopo la prima esperienza positiva a Tiro, hanno organizzato un nuovo corso di Stress management ad Al Bazuriyah, nella sede di "Amel", un'associazione senza scopo di lucro che dal 1979 opera sul territorio con 24 centri e 6 unità mobili per offrire servizi medici e psico-sociali alle fasce più vulnerabili della società libanese. Sono stati 25 i partecipanti, tra medici, infermieri e personale amministrativo libanese che, come si legge sul sito dell'Esercito italiano, hanno preso parte al corso. Un'iniziativa che, grazie all'apporto dello psicologo inquadrato nell'unità Italbatt su base 3° Reggimento Bersaglieri dell'Esercito italiano, ha permesso di fornire nozioni in materia di gestione dello stress a livello individuale e di gruppo. Strumenti utili a conoscere le cause e i possibili rimedi per prevenire e proteggersi dagli effetti negativi dello stress sul benessere fisico, psicologico e sociale, dovuti anche alle restrizioni del lockdown imposto dal governo libanese per limitare il diffondersi della pandemia di coronavirus Covid-19.

Marco Calvarese