



il Centro
per le Famiglie
di Mantova



Con il sostegno di
**FONDAZIONE
Cariverona**

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ATS Val Padana



1921

APRILE - GIUGNO 2022

ATTIVITÀ FASCIA 0-36 mesi

Martedì 12 aprile ore 18.15 - 19.15

FAI IL BRAVO!

Rivolto a bamb* 12- 36 mesi e alla loro mamma, papà, nonni o persona che si occupa di loro.

Chi di noi non si è sentito ripetere questa frase da piccol* o non l'ha pronunciata a propria volta? Ma che cosa vuol dire per un* bambin* "essere brav*"? Un bravo bambino è quello che non disturba l'adulto o quello che non si sporca? Una brava bambina è quella che gioca con le bambole e ama colorare o quella che si arrampica sugli alberi? I bravi bambin* sono quelli che costruiscono torri con i mattoncini o li usano come telefoni? Rifletteremo su questo osservando i bimbi e le bambine vivere un'esperienza adatta a loro.

Vi accoglieranno Cinzia Leoni, Psicologa e Anna Bonfà, Educatrice UCIPEM Mantova e Cooperativa Il Giardino dei Bimbi

Martedì 10 maggio ore 18.15 - 19.15

TI HO DETTO DI GUARDARMI!

Rivolto a bamb* 12- 36 mesi e alla loro mamma, papà, nonni o persona che si occupa di loro.

Nella relazione con i piccoli attrarre la loro attenzione diviene sempre più difficile con l'età; eppure, ogni tanto, sono proprio le piccole persone a richiedere la nostra attenzione sul "lavoro" che stanno svolgendo. Rifletteremo sulle strategie per favorire una buona modalità comunicativa osservandoli mentre si dedicano ad esperienze divertenti adeguate alla loro età.

Vi accoglieranno Cinzia Leoni, Psicologa e Anna Bonfà, Educatrice UCIPEM Mantova e Cooperativa Il Giardino dei Bimbi

Martedì 31 maggio ore 18.15 - 19.15

VORREI CHE DIVENTASSI ... UNA PERSONA!

Rivolto a bamb* 12- 36 mesi e alla loro mamma, papà, nonni o persona che si occupa di loro.

Quando ci occupiamo di piccole persone fantastichiamo su come saranno in futuro, su come vorremmo che crescessero, su quali strade vorremmo che seguissero. Rifletteremo su questo e sulle inclinazioni e i gusti che mostrano le piccole persone che aiutiamo a crescere. Le vedremo in azione in un'esperienza proposta da un'educatrice e nell'interazione con l'ambiente.

Vi accoglieranno Cinzia Leoni, Psicologa e Anna Bonfà, Educatrice UCIPEM Mantova e Cooperativa Il Giardino dei Bimbi

Mercoledì 6 e 20 aprile; 4 e 18 maggio;

8 e 22 giugno ore 11.00 - 12.30

STIAMO BENE INSIEME

Rivolto a bamb* dagli 0 ai 9 mesi insieme alla loro mamma, papà, nonni o persona che si occupa di loro.

Sperimenteremo il piacere di stare insieme, conversando e confrontandoci sul contatto e sul rapporto con i vostri piccoli in questi primi mesi di vita. Si richiede la presenza di un solo adulto accompagnatore, abbigliamento comodo, un tappetino e un asciugamano ad uso personale.

CAV - Centro Aiuto alla Vita con Donatella Simoncelli, Ostetrica

Mercoledì 27 aprile; 25 maggio ore 11.00 - 12.30

L'ALBERO DELLA VITA

Laboratorio espressivo rivolto a neogenitori e futuri genitori per realizzare un creativo albero della propria storia di famiglia da donare al/alla nuovo/nuova nato/a.

Vi accoglieranno Donatella Simoncelli, Ostetrica e Cinzia Leoni, Psicologa CAV - Centro Aiuto alla Vita e UCIPEM Mantova

Mercoledì 13 e 27 aprile; 11 e 25 maggio;

15 e 29 giugno ore 9.30 - 11.00

TESORI DAL NIDO

Rivolto a bamb* dai 5 ai 12 mesi e alla loro mamma, papà, nonni o persona che si occupa di loro.

Un'occasione speciale, per chi non frequenta l'asilo nido, di essere accolti da un'educatrice alla scoperta del "cestino dei tesori": un'esperienza di gioco, relazione, socializzazione. Si richiede la presenza di un solo adulto accompagnatore.

Vi accoglieranno Francesca Stancari, Educatrice e Cinzia Leoni, Psicologa Cooperativa Il Giardino dei Bimbi e UCIPEM Mantova



Via Ariosto 61, 46100 Mantova (Valletta Valsecchi)
Iscrizione obbligatoria arealudica@centrofamiglieinsieme.it
328 1367354 (anche Whatsapp)
www.centrofamiglieinsieme.it

GREEN PASS OBBLIGATORIO SOPRA I 12 ANNI (per attività al chiuso fino scadenza di legge) **Proposte gratuite rivolte ai residenti del Comune di Mantova** che, salvo nuove disposizioni di contenimento dell'emergenza COVID-19, si svolgeranno in presenza nel rispetto di tutte le vigenti norme di sicurezza.



il Centro
per le Famiglie
di Mantova



Con il sostegno di
**FONDAZIONE
Cariverona**

Sistema Socio-Familiario
**Regione
Lombardia
ATS Val Padana**



1921

APRILE - GIUGNO 2022

ATTIVITÀ FASCIA 3 ANNI IN SU

**Lunedì 4, 11 aprile; 2, 9, 16, 23, 30 maggio;
6 giugno ore 16.30 - 18.00**

PERCORSI DI OUTDOOR EDUCATION

(fascia 6 - 11 anni)

Scoperta, esplorazione, giochi di movimento e fantasia tra natura e territorio urbano; alcuni appuntamenti si svolgeranno con la collaborazione di Parcobaleno.

Cooperativa Fior di Loto in collaborazione con Parcobaleno



**Martedì 5, 12, 19*, 26 aprile; 3, 10, 17*, 24, 31
maggio; 7* giugno ore 16.30 - 18.00**

TRA ARTE E TERRITORIO

(fascia 3 - 6 anni)

Non si è mai troppo piccoli per apprezzare e conoscere l'arte. Mantova è un prezioso gioiello di arte e cultura... quanta bellezza è racchiusa nel nostro territorio! Nell'osservazione di un'opera d'arte scopriremo stati d'animo ed emozioni attraverso i 5 sensi e giocheremo con l'arte per dare spazio alla creatività attraverso la sperimentazione di diverse tecniche grafico-pittoriche.

* nelle date contrassegnate con l'asterisco il laboratorio sarà in Edizione Speciale, realizzato in collaborazione con Associazione DoveSeiTu e aperto a tutti (adulti + bamb*) per scoprire l'arte dello stare insieme attraverso l'osservazione di alcune opere.

Cooperativa Il Giardino dei Bimbi e Associazione DoveSeiTu

Giovedì 28 aprile; 5, 12, 19 maggio;

9, 16, 23 giugno ore 15.00 - 18.00

**YOUTUBER? SCRIVI, REGISTRA, PUBBLICA -
Impara con Radioazione**

(dai 13 anni)

Corso per aspiranti youtuber/twitcher/divulgatori digitali. Obiettivo finale? Produrre una puntata di COVERLAND, programma che tratta temi di attualità e proposta di talenti musicali emergenti. Alcuni incontri prevederanno trasferte all'interno del Comune di Mantova.

Cooperativa Alce Nero e Strongvillia all'interno del progetto Non Uno Di Meno - la scuola senza cattedra



**Venerdì 1, 8, 22, 29 aprile; 6, 13, 20, 27 maggio;
3, 10 giugno ore 16.30 - 18.00**

GIOCHIAMO ALL'ARIA APERTA!

(fascia 3 - 5 anni)

Giochi di movimento in natura per divertirci insieme.

Cooperativa Fior di Loto

**Sabato 2, 9, 23, 30 aprile; 7, 14, 21, 28 maggio; 4
e 11 giugno ore 10.00 - 13.00**

**DIARIO DI SCUOLA: FARE I COMPITI INSIEME È
PIÙ BELLO!**

(fascia 6 - 13 anni)

Cooperativa Alce Nero



Via Ariosto 61, 46100 Mantova (Valletta Valsecchi)
Iscrizione obbligatoria arealudica@centrofamiglieinsieme.it
328 1367354 (anche Whatsapp)
www.centrofamiglieinsieme.it



GREEN PASS OBBLIGATORIO SOPRA I 12 ANNI (per attività al chiuso fino scadenza di legge) **Proposte gratuite rivolte ai residenti del Comune di Mantova** che, salvo nuove disposizioni di contenimento dell'emergenza COVID-19, si svolgeranno in presenza nel rispetto di tutte le vigenti norme di sicurezza.



MANTOVA CITTÀ D'ARTE E DI CULTURA

**PIANO
MANTOVA**



il Centro
per le Famiglie
di Mantova



Con il sostegno di
**FONDAZIONE
Cariverona**

Sistema Socio Sanitario
Regione
Lombardia
ATS Val Padana



APRILE - GIUGNO 2022 INCONTRI PER ADULTI

Lunedì 4 aprile ore 18.00 - 19.30
LA GUERRA "SPIEGATA" A BAMBINI E RAGAZZI
Incontro rivolto a genitori, insegnanti, operatori
DoveSeiTu

Lunedì 2, 16, 30 maggio; 13 giugno
ore 18.00 - 19.30
PARLAMI D'AMORE

Rivolto a genitori di ragazzi/e preadolescenti
(fascia 9 - 13 anni)
Incontri per confrontarsi su come affrontare le prime
domande di ragazzi e ragazze sui temi dell'affettività e della
sessualità; restare in ascolto e costruire dialoghi di fronte a
nuove piccole esperienze di amore. Scopriamo insieme
come accompagnarli in questa scoperta di sé stessi di fronte
ai tanti cambiamenti fisici, emotivi e psicologici per aiutarli
a vivere questa dimensione della loro vita in modo consape-
vole e sano.
DoveSeiTu con Chiara Muliari e Damiano Guberti, Psicologi

Lunedì 9, 23 maggio; 6, 20 giugno
ore 18.00 - 19.30
NON VOGLIO ANDARE A SCUOLA!
Genitori protagonisti attivi contro la dispersione scolastica
Gli incontri sono dedicati ai genitori che vivono la solitudine
e l'impotenza di non saper come aiutare i figli o vedono i
primi segnali di disagio, per comprendere meglio e condivi-
dere risorse e strategie.
DoveSeiTu all'interno del progetto Non Uno di meno - la scuola senza
cattedra



Mercoledì 27 aprile; 11 e 25 maggio; 8 giugno
ore 18.00 - 19.30
**QUESTO MOSTRO AMORE. I rapporti d'amore
tossici in adolescenza**

Rivolto a genitori di ragazzi/e adolescenti
(fascia 14 -18 anni)
Educare alla costruzione di relazioni sane e consapevoli
offre una reale possibilità di ridurre future situazioni di
abuso e malessere nelle giovani coppie. Che cos'è una
relazione tossica? Quali sono i segnali? Quale possibile
ruolo dei genitori?
Momenti di riflessione per confrontarci e dialogare su come
rispondere e porsi nei confronti di ragazzi e ragazze su temi
legati alla sfera affettiva e su come accompagnarli nella
costruzione di relazioni di coppia consapevoli e sane.
DoveSeiTu con Chiara Cometa e Silvia Piazza, Psicologhe

Venerdì 1, 8, 22, 29 aprile; 6, 13, 20, 27 maggio;
3, 10 giugno ore 10.00 - 12.00
Siamo mamme, siamo in Italia

Laboratorio di italiano per donne straniere
Incontri per imparare l'italiano di tutti i giorni.
Tra gli argomenti trattati: la casa, la scuola, il lavoro,
la banca o la posta, il corpo umano, le malattie
e naturalmente il cibo e la cucina!
Non mancheranno occasioni di condivisione
delle proprie abitudini e tradizioni.



**LAB
FAMILY
FRIENDLY**

Per facilitare e incentivare la
partecipazione di mamme con
bimb* piccol* che ancora non
frequentano i servizi educativi
territoriali, sarà presente
un'educatrice professionale per
tutta la durata del laboratorio.
Cooperativa Mater Mantova in
collaborazione con Cooperativa Il
Giardino dei Bimbi



Via Ariosto 61, 46100 Mantova (Valletta Valsecchi)
Iscrizione obbligatoria arealudica@centrofamiglieinsieme.it
328 1367354 (anche Whatsapp)
www.centrofamiglieinsieme.it

GREEN PASS OBBLIGATORIO SOPRA I 12 ANNI (per attività al chiuso fino
scadenza di legge) **Proposte gratuite rivolte ai residenti del Comune di Mantova**
che, salvo nuove disposizioni di contenimento dell'emergenza COVID-19, si
svolgeranno in presenza nel rispetto di tutte le vigenti norme di sicurezza.



il Centro
per le Famiglie
di Mantova



Con il sostegno di
FONDAZIONE
Cariverona

Sistema Socio Sanitario
Regione
Lombardia
ATS Val Padana

APRILE - GIUGNO 2022
SERVIZI SEMPRE ATTIVI

SPORTELLO DI CONSULENZA E ASCOLTO

a cura di DoveSeiTu
(sia in presenza che online)

Rivolto a coloro che, in situazioni legate a eventi particolari di vita o nelle ordinarie dinamiche relazionali (educazione dei figli, relazione coniugale, genitorialità) sperimentano temporanei momenti di difficoltà, stress, disagio e crisi.

AREE DI INTERVENTO

Sportello Area Infanzia
Sportello Area Adolescenza
Sportello Area Adulti

Per ricevere informazioni e/o fissare un incontro è possibile contattare il numero + 39 371 3490815 (attivo anche su WhatsApp)

SPORTELLO DI ASCOLTO E CONSULENZA "MAMME PER MANO"

A cura di Cav - Centro Aiuto alla Vita
Un'ostetrica curerà l'accoglienza e i colloqui informativi e di accompagnamento per future mamme e neomamme.

Ogni mercoledì mattina dalle 10.00 alle 12.00 (o su appuntamento)
Prenotazione sempre consigliata al numero +39 379 1279723 (anche WhatsApp)

Spazio L.I.A. nasce come luogo (fisico e di senso) dedicato ad un target specifico di utenza: quello femminile e prevede la presenza di un'assistente sociale specialista come figura di riferimento del servizio. "L.I.A." (nome proprio ma anche acronimo di Lavoro, Informazione e Ascolto) vuole promuovere iniziative, opportunità e servizi territoriali a favore di donne e giovani donne residenti nel Comune di Mantova, facendosi, al tempo stesso, carico di intercettare idee, proposte e bisogni che potranno nascere dalle utenti stesse.

Lia

Ogni martedì mattina dalle ore 9.00 alle ore 12.00 o su appuntamento dal lunedì al venerdì contattando il +39 328 1367354 (anche WhatsApp) o via mail scrivendo a: info@centrofamiglieinsieme.it

★ **NEW** ★ **GENITORI SMART**

Per favorire la conciliazione vita-lavoro, il Centro mette a disposizione di mamme e papà (su prenotazione) punti d'appoggio per lavorare al pc mentre il proprio bimbo/bimba partecipa alle attività laboratoriali, con possibilità di collegamento libero alla wi-fi di Insieme.

Prenotazioni tramite il +39 328 1367354 (anche WhatsApp) o via mail scrivendo a: info@centrofamiglieinsieme.it



Via Ariosto 61, 46100 Mantova (Valletta Valsecchi)
Iscrizione obbligatoria arealudica@centrofamiglieinsieme.it
328 1367354 (anche Whatsapp)
www.centrofamiglieinsieme.it

GREEN PASS OBBLIGATORIO SOPRA I 12 ANNI (per attività al chiuso fino scadenza di legge) **Proposte gratuite rivolte ai residenti del Comune di Mantova** che, salvo nuove disposizioni di contenimento dell'emergenza COVID-19, si svolgeranno in presenza nel rispetto di tutte le vigenti norme di sicurezza.



il Centro
per le Famiglie
di Mantova



Con il sostegno di
FONDAZIONE
Cariverona

Sistema Socio Sanitario
Regione
Lombardia
ATS Val Padana



APRILE - GIUGNO 2022
CORSI PRE E POST-PARTO

**Martedì 12 e giovedì 21
e 28 aprile;
martedì 3, 10, 17 maggio**

ore 13.00 - 14.30

NASCE UNA MAMMA, NASCE UN BAMBINO.
Percorso di preparazione alla nascita

Rivolto a donne in gravidanza a partire dalla ventesima settimana

Corso di accompagnamento alla nascita pensato per acquisire consapevolezza e serenità per affrontare al meglio i cambiamenti fisici e psichici nel percorso verso la nascita e la genitorialità. Permette inoltre di rilassarsi, condividere emozioni, speranze, gioie e dubbi. Gli incontri saranno caratterizzati da una parte teorica e di confronto e di una parte con esercizi di movimento che avranno come scopo migliorare la percezione di sé, il rilassamento, la preparazione al momento del travaglio/parto. Le tematiche degli incontri potranno subire variazioni in base alle esigenze dei partecipanti. Si richiede di indossare abiti comodi e di portare un tappetino e un asciugamano.

UCIPEM Mantova con Donatella Simoncelli, Ostetrica e Cinzia Leoni, Psicologa

**Martedì 24 e 31 maggio;
giovedì 9 e martedì 14
giugno**

ore 10.30 - 11.30

SONO MAMMA... E POI? Percorso post parto

Rivolto a persone 0-6 mesi e alle loro mamme

Questo percorso si propone di sostenere le donne per affrontare in modo più consapevole e sereno questa nuova fase di vita. Ha l'obiettivo di aiutare le neomamme a riacquistare il proprio equilibrio psicofisico dopo l'esperienza del parto e di rafforzare il legame mamma-bambino. Offre occasioni di confronto su aspetti della vita quotidiana del bambino.

Gli incontri saranno caratterizzati da una prima parte di confronto e libera espressione con approfondimento delle tematiche salienti ed una parte finale di movimento e attività con il/la proprio/a bimbo/a. Si richiede di indossare abiti comodi e di portare con sé un tappetino e un asciugamano.

UCIPEM Mantova con Donatella Simoncelli, Ostetrica e Cinzia Leoni, Psicologa



Via Ariosto 61, 46100 Mantova (Valletta Valsecchi)
Iscrizione obbligatoria arealudica@centrofamiglieinsieme.it
328 1367354 (anche Whatsapp)
www.centrofamiglieinsieme.it

GREEN PASS OBBLIGATORIO SOPRA I 12 ANNI (per attività al chiuso fino scadenza di legge) **Proposte gratuite rivolte ai residenti del Comune di Mantova** che, salvo nuove disposizioni di contenimento dell'emergenza COVID-19, si svolgeranno in presenza nel rispetto di tutte le vigenti norme di sicurezza.