



il **Centro**  
per le **Famiglie**  
di **Mantova**



Con il sostegno di  
**FONDAZIONE**  
*Cariverona*

Sistema Socio Sanitario  
**Regione**  
Lombardia  
**ATS Val Padana**

## CALENDARIO ATTIVITÀ NOVEMBRE 2020

**LABORATORI FASCIA 0-2 ANNI**

A cura di UCIPEM Mantova

**ON  
LINE**

### **Mercoledì 11** ore 17.00 – 18.30 **LEGGIMI SUBITO, LEGGIMI FORTE!**

Rivolto ad adulti che si occupano di piccole persone nella fascia 0 - 36 mesi. Gli studi sulla crescita umana hanno mostrato come la lettura condivisa con un adulto significativo assuma un'importanza fondamentale per lo sviluppo delle piccole persone. Un libro è molte cose: uno strumento di relazione, un amplificatore di emozioni, un caldo oggetto. Impareremo a scegliere i libri più adeguati all'età dei nostri piccoli e come utilizzarli.

Conducono: Dott.ssa Leoni Cinzia Psicologa – Dott.ssa Marianna Mele

**ON  
LINE**

### **Giovedì 12** ore 10.30 – 12.00 **A ME PIACCONO LE COCCOLE!**

Rivolto a cuccioli 0-6 mesi.

Gli studi hanno dimostrato l'importanza per la crescita di piccole persone dell'interazione e del contatto fisico con un adulto significativo. Attraverso il tocco i neonati sperimentano i confini del proprio corpo, un rilascio di sostanze rilassanti e l'intensificarsi di una relazione speciale. Il tocco allevia piccoli disturbi e facilita l'addormentamento. Insieme scopriremo e sperimentaremo come coccolare al meglio i nostri cuccioli.

Si richiede la presenza di un solo adulto che accompagni il bambino.

Si consiglia abbigliamento comodo, un tappeto e un asciugamano ad uso personale.

Conducono: Dott.ssa Leoni Cinzia Psicologa – Dott.ssa Venegoni Alessandra Ostetrica

### **Mercoledì 18** ore 17.00 – 17.45 **LUCI E OMBRE**

Rivolto a bambini 12-24 mesi.

Un libro può essere fedele compagno di magiche esperienze e

sostegno nel buio della notte? Giochi di luci e colori ci accompagneranno in una nuova avventura tutta da scoprire. Si richiede la presenza di un solo adulto che accompagni il bambino. Conducono: Dott.ssa Veronica Molani

### **Mercoledì 25** ore 17.00 – 17.45 **OH, OH: QUESTO LIBRO FA DEI SUONI!**

Rivolto a bambini dai 12 ai 24 mesi.

Musica, suono, ritmo e parola: la musicalità delle poesie, delle filastrocche, ma anche la sperimentazione degli oggetti e del ritmo che possono creare.

Si richiede la presenza di un solo adulto che accompagni il bambino.

Conducono: Dott.ssa Francesca Valerio

**ON  
LINE**

### **Giovedì 26** ore 10.30 – 12.00 **UN ABBRACCIO STRETTO STRETTO!**

Rivolto a cuccioli 0-6 mesi e alla loro mamma, papà, nonni o persona che si occupa di loro.

Negli ultimi anni si è riscoperta una pratica antica e diffusa in molte culture: portare i bambini a contatto del proprio corpo attraverso l'uso di supporti. Questa modalità è fonte di rassicurazione per le piccole persone che ritrovano la sicurezza sperimentata nell'utero materno. Il battito del cuore, l'odore della pelle, il movimento lento, il calore, aiutano i bimbi a rassicurarsi, a calmarsi e ad addormentarsi serenamente. Sperimentaremo insieme i modi di portare i piccini in questo "abbraccio stretto stretto".

Si richiede la presenza di un solo adulto che accompagni il bambino.

Si consiglia abbigliamento comodo e, se si possiede, una fascia o un altro supporto utilizzato.

Conducono: Dott.ssa Leoni Cinzia Psicologa – Dott.ssa Venegoni Alessandra Ostetrica

Tutti i laboratori sono gratuiti e, salvo nuove disposizioni di contenimento dell'emergenza COVID-19, si svolgeranno in presenza nel rispetto di tutte le vigenti norme di sicurezza. **Iscrizione obbligatoria tramite email [consultoriomn@hotmail.it](mailto:consultoriomn@hotmail.it) oppure via telefono allo 0376 323797**

#### **INFO GENERALI**

Insieme – Centro per le Famiglie | Via Ariosto 61, Mantova (Valletta Valsecchi)

#### **SPORTELLO INFORMATIVO**

Punto di accesso unico per l'informazione sulle opportunità che i servizi territoriali mettono a disposizione delle famiglie.

#### **Mattino**

Mercoledì dalle 9.30 alle 14.30 - Sabato dalle 10.00 alle 13.00

#### **Pomeriggio**

Lunedì, Martedì, Giovedì, Venerdì dalle 15.00 alle 19.00

#### **SERVIZIO DI CONSULENZA E ASCOLTO A CURA DI DOVESEITU**

Servizio sempre attivo su appuntamento

Insieme ti propone uno spazio di ascolto e di consulenza gratuito per approfondire, chiarire o migliorare lo stile educativo, la comunicazione in

famiglia e il dialogo quotidiano con i/le figli/e sotto il profilo psico-pedagogico. Chiama il + 39 371 3490815 (è attivo anche il servizio WhatsApp) o scrivi a [doveseitu.psicologi@gmail.com](mailto:doveseitu.psicologi@gmail.com) per fissare il tuo appuntamento; le modalità di consulenza potranno essere concordate direttamente con i professionisti. Il servizio, riservato alle famiglie del Comune di Mantova, è gestito da DoveSeiTu, Associazione di Promozione Sociale che si occupa di diffondere sul territorio percorsi innovativi di promozione della salute nelle sue varie forme (consulenza psicologica, psicoterapia, gruppi).

#### **SPORTELLO DI ASCOLTO E CONSULENZA "MAMME PER MANO" A CURA DI CAV - CENTRO AIUTO ALLA VITA**

L'ostetrica Simoncelli Donatella 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 (è attivo anche il servizio WhatsApp)



MANTOVA CITTÀ D'ARTE E DI CULTURA

PIANO  
MANTOVA



[info@centrofamiglieinsieme.it](mailto:info@centrofamiglieinsieme.it)  
3281367354 (anche WhatsApp)  
[www.centrofamiglieinsieme.it](http://www.centrofamiglieinsieme.it)



il Centro  
per le Famiglie  
di Mantova



Con il sostegno di  
FONDAZIONE  
Cariverona

Sistema Socio Sanitario  
Regione  
Lombardia  
ATS Val Padana

## CALENDARIO ATTIVITÀ NOVEMBRE 2020

LABORATORI FASCIA 3-18 ANNI

A cura delle Cooperative Sociali del Consorzio Sol.Co Mantova e di UCIPEM Mantova

**Martedì 3, 10, 17, 24**

ore 17.00 – 18.30

**MUSICA E MOVIMENTO**

(fascia 3-5 anni)

Attività motoria con l'utilizzo della musica per bambini e bambine dai 3 ai 5 anni. Ritmo, coordinamento, giochi e divertimento.

Cooperativa Il Giardino dei Bimbi

**Giovedì 5, 12, 19, 26**

ore 17.00 – 19.00

**GLI IN-CREDIBILI  
laboratorio di "educazione al teatro"**

(ragazzi/e 14-18 anni)

Promuovere la creatività significa promuovere la libertà: attraverso il teatro liberiamo il linguaggio del corpo e della voce, arricchendo le capacità di comunicazione. Mediante giochi ed esercizi singoli e collettivi affronteremo con il gruppo un lavoro sullo spazio, sulla fiducia, sul coraggio e sulla collaborazione.

I ragazzi e le ragazze potranno prendere contatto con la propria unicità imparando a riconoscerla e condividerla attraverso improvvisazioni, drammatizzazioni e narrazioni di storie.

"Incredibile!" è l'esclamazione di stupore tipica di qualche cosa che va oltre e che è difficile da credersi: vogliamo spingerci in quella direzione offrendo la possibilità di meravigliarsi e di meravigliare. Si consiglia abbigliamento comodo.

Progetto Mantva Farm School per Cooperativa Ippogrifo

**Lunedì 9, 16, 30**

ore 16.15 – 17.45

**Insieme facciamo...SCINTILLE!**

(fascia 6-11)

Attività che accendono la curiosità: scopri, inventa, ascolta, guarda.

Ucitem Mantova con Veronica Molani e Marianna Mele

**Venerdì 6, 13, 20, 27**

ore 16.30 – 18.00

**PASSO DOPO PASSO:  
crescere insieme giocando!**

(fascia 3-5 anni)

Attività dedicata ai bambini della scuola dell'infanzia che attraverso giochi e attività divertenti mira a potenziare le competenze motorie, le capacità di autoregolazione e di attenzione.

Cooperativa Fior di Loto

**Sabato 7, 14, 21, 28**

ore 10.00 – 13.00

**DIARIO DI SCUOLA:  
fare i compiti Insieme è più bello!**

(fascia 6-13 anni)

Cooperativa Alce Nero

Tutti i laboratori sono gratuiti e, salvo nuove disposizioni di contenimento dell'emergenza COVID-19, si svolgeranno in presenza nel rispetto di tutte le vigenti norme di sicurezza. **Iscrizione obbligatoria tramite email [arealudica@centrofamiglieinsieme.it](mailto:arealudica@centrofamiglieinsieme.it) oppure via telefono/WhatsApp al + 39 328 1367354**

### INFO GENERALI

Insieme – Centro per le Famiglie | Via Ariosto 61, Mantova (Valletta Valsecchi)

### SPORTELLO INFORMATIVO

Punto di accesso unico per l'informazione sulle opportunità che i servizi territoriali mettono a disposizione delle famiglie.

#### Mattino

Mercoledì dalle 9.30 alle 14.30 - Sabato dalle 10.00 alle 13.00

#### Pomeriggio

Lunedì, Martedì, Giovedì, Venerdì dalle 15.00 alle 19.00

### SERVIZIO DI CONSULENZA E ASCOLTO A CURA DI DOVESEITU

Servizio sempre attivo su appuntamento

Insieme ti propone uno spazio di ascolto e di consulenza gratuito per approfondire, chiarire o migliorare lo stile educativo, la comunicazione in

famiglia e il dialogo quotidiano con i/le figli/e sotto il profilo psico-pedagogico. Chiama il + 39 371 3490815 (è attivo anche il servizio WhatsApp) o scrivi a [doveseitu.psicologi@gmail.com](mailto:doveseitu.psicologi@gmail.com) per fissare il tuo appuntamento; le modalità di consulenza potranno essere concordate direttamente con i professionisti. Il servizio, riservato alle famiglie del Comune di Mantova, è gestito da DoveSeiTu, Associazione di Promozione Sociale che si occupa di diffondere sul territorio percorsi innovativi di promozione della salute nelle sue varie forme (consulenza psicologica, psicoterapia, gruppi).

### SPORTELLO DI ASCOLTO E CONSULENZA "MAMME PER MANO" A CURA DI CAV - CENTRO AIUTO ALLA VITA

L'ostetrica Simoncelli Donatella 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 (è attivo anche il servizio WhatsApp)



MANTOVA CITTÀ D'ARTE E DI CULTURA

PIANO  
MANTOVA



[info@centrofamiglieinsieme.it](mailto:info@centrofamiglieinsieme.it)  
3281367354 (anche WhatsApp)  
[www.centrofamiglieinsieme.it](http://www.centrofamiglieinsieme.it)



il Centro  
per le Famiglie  
di Mantova



Con il sostegno di  
**FONDAZIONE  
Cariverona**

Sistema Socio Sanitario  
**Regione  
Lombardia  
ATS Val Padana**

## CALENDARIO ATTIVITÀ NOVEMBRE 2020

**LABORATORI NONNI/NIPOTI E INCONTRI PER ADULTI**

A CURA DI DOVESEITU

### RASSEGNA VIVA I NONNI!

Conducono: Dott.ssa Silvia Piazza e Dott.ssa Paola Zanini

#### Lunedì 2

ore 18.00 – 19.30

#### A che pensi?

Laboratorio che prevede la presenza di nonni e nipoti dai 4 ai 10 anni insieme.

I nonni e i nipoti saranno coinvolti nella lettura e nel disegno dei loro pensieri a partire dal libro "A che pensi?" di Laurent Moreau, oltre all'opportunità di stare insieme e condividere un momento divertente.

#### Lunedì 9

ore 10.00 – 11.30

#### Nonni e nipoti: un legame speciale

(solo adulti)

L'incontro sarà l'occasione per approfondire le testimonianze dei nonni legate alla gioia di questo incontro parlando di affetti, ruoli, aspettative, richieste e tutto ciò che si trova in questo rapporto vissuto con tanta intensità.

#### Lunedì 16

ore 18.00 – 19.30

#### Fammi una domanda!

Laboratorio che prevede la presenza di nonni e nipoti dagli 11 ai 16 anni insieme.

I nonni e i nipoti saranno coinvolti in una serie di attività legate al libro "Fammi una domanda!" di Antye Damm, per instaurare un momento nuovo di gioco e per uno scambio insolito di pensieri e di affetti.

### RASSEGNA GENITORI IN RETE

Conducono: Dott. Damiano Guberti e Dott.ssa Chiara Muliari

#### Lunedì 9

ore 18.00 – 19.30

#### BAMBINI CONNESSI:

#### come sopravvivere da genitori al tempo di internet

Videogiochi, YouTube, internet: un laboratorio dedicato ai genitori i cui figli iniziano a navigare online o usano la rete per giocare. Qual è il momento giusto? Come gestire le regole?

ON  
LINE

#### Lunedì 23

ore 18.00 – 19.30

#### IL MONDO IN UNO SMARTPHONE: come si crea e si rafforza un'identità digitale

Social network e nativi digitali: un laboratorio dedicato ai genitori che vogliono approfondire i meccanismi della relazione nel mondo dei propri figli. Cosa fare in pre-adolescenza?

ON  
LINE

#### Lunedì 30

ore 18.00 – 19.30

#### DIPENDENZA DA SCHERMO: come evitare i pericoli della rete

Cyberbullismo, sexting e isolamento sociale: un laboratorio dedicato ai genitori che vogliono riconoscere precocemente i segnali di disagio. Come prevenire e quanto controllare?

ON  
LINE

Tutti i laboratori sono gratuiti e, salvo nuove disposizioni di contenimento dell'emergenza COVID-19, si svolgeranno in presenza nel rispetto di tutte le vigenti norme di sicurezza. **Iscrizione obbligatoria tramite email [doveseitu.psicologi@gmail.com](mailto:doveseitu.psicologi@gmail.com) oppure via telefono/WhatsApp al + 39 371 3490815**

#### INFO GENERALI

Insieme – Centro per le Famiglie | Via Ariosto 61, Mantova (Valletta Valsecchi)

#### SPORTELLO INFORMATIVO

Punto di accesso unico per l'informazione sulle opportunità che i servizi territoriali mettono a disposizione delle famiglie.

#### Mattino

Mercoledì dalle 9.30 alle 14.30 - Sabato dalle 10.00 alle 13.00

#### Pomeriggio

Lunedì, Martedì, Giovedì, Venerdì dalle 15.00 alle 19.00

#### SERVIZIO DI CONSULENZA E ASCOLTO A CURA DI DOVESEITU

Servizio sempre attivo su appuntamento

Insieme ti propone uno spazio di ascolto e di consulenza gratuito per approfondire, chiarire o migliorare lo stile educativo, la comunicazione in

famiglia e il dialogo quotidiano con i/le figli/e sotto il profilo psico-pedagogico. Chiama il + 39 371 3490815 (è attivo anche il servizio WhatsApp) o scrivi a [doveseitu.psicologi@gmail.com](mailto:doveseitu.psicologi@gmail.com) per fissare il tuo appuntamento; le modalità di consulenza potranno essere concordate direttamente con i professionisti. Il servizio, riservato alle famiglie del Comune di Mantova, è gestito da DoveSeiTu, Associazione di Promozione Sociale che si occupa di diffondere sul territorio percorsi innovativi di promozione della salute nelle sue varie forme (consulenza psicologica, psicoterapia, gruppi).

#### SPORTELLO DI ASCOLTO E CONSULENZA "MAMME PER MANO" A CURA DI CAV - CENTRO AIUTO ALLA VITA

L'ostetrica Simoncelli Donatella 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 (è attivo anche il servizio WhatsApp)



MANTOVA CITTÀ D'ARTE E DI CULTURA

PIANO  
MANTOVA



[info@centrofamiglieinsieme.it](mailto:info@centrofamiglieinsieme.it)  
3281367354 (anche WhatsApp)  
[www.centrofamiglieinsieme.it](http://www.centrofamiglieinsieme.it)