

DOVE

Il gruppo si incontra presso il
Centro per le famiglie
Isola del tesoro, P.zza XXIV Maggio,1
Ferrara.

Gli incontri sono gratuiti e aperti a tutte le
mamme di bambini fino a 6 anni.

Per la partecipazione è prevista l'iscrizione presso la
segreteria del

Centro per la famiglia
Tel. 0532-207894 / 241365,
tutti i giorni dalle 9.00 alle 13.00

Per le mamme che ne faranno richiesta al momento
della prenotazione telefonica, può essere messo a
disposizione:

- spazio per i bambini che, se accompagnati da
un familiare che rimane con loro, potranno
giocare, disegnare o sfogliare i libri della bi-
blioteca;
- eventuale servizio di baby-sitter.

"Ogni film che si rispetti
scrive a se stesso
su di noi
trasformandoci
in qualcosa di diverso
da ciò che eravamo
prima di entrare
in una sala "

(Mario Sesti)

Centro per le famiglie
Comune di Ferrara

Dipartimento Salute Mentale
Centro di Salute Mentale


SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Ferrara
Dipartimento Salute Mentale

CENTRO PER LE
FAMIGLIE

COMUNE DI FERRARA



Piano per la Promozione della Salute



Comune di Ferrara

Parla con noi

Posso fare qualcosa per migliorare la
qualità della mia vita?

**3 film dedicati
a mamme con
bambini
piccoli**

Ferrara
Settembre - Ottobre 2009

DI COSA SI TRATTA

Vedere un film con altre mamme e avere la possibilità di discuterne assieme in un luogo accogliente ci è sembrato un buon modo per iniziare un percorso verso il prendersi cura di sé e dei propri bisogni; per uscire dall'isolamento e dal sentimento di solitudine e di stress in cui spesso il sovraccarico di molteplici ruoli (moglie, madre, lavoratrice, etc.) induce.

La dimensione grupale favorisce la costruzione di una rete sociale di relazioni attraverso il confronto con altre madri con figli piccoli, agevola la circolarità delle idee sviluppando sentimenti di fiducia, di solidarietà e di cooperazione.

IN CHE MODO E' STRUTTURATO

Ogni proiezione è seguita dalla discussione in gruppo, dove l'accento è posto sul gusto di raccontarsi, conoscersi, confrontarsi con le emozioni che si rivivono attraverso il film.

A CHI PUO' ESSERE UTILE

Alle mamme di bambini piccoli, per ridurre lo stress causato da sovraccarico di cure familiari.

La discussione in gruppo sarà orientata a:

- centrare l'attenzione sui propri bisogni fisici e psicologici, sulla propria salute e riposo;
- sviluppare uno stile di vita che prevede progetti personali con propri spazi e interessi;
- imparare a filtrare le richieste degli altri;
- conoscere realisticamente i propri limiti e le proprie risorse.

OPERATRICI

La discussione sarà facilitata da:

Monica Bolognesi

Educatrice AUSL Ferrara

Sonia Nespolo

Educatrice Centro per le famiglie

CALENDARIO

Le proiezioni e la successiva discussione in gruppo si svolgeranno con inizio alle ore 15.00 fino alle ore 17.30 (circa), nelle seguenti date:

29 settembre 2009

DIARIO DI UNA TATA

Regia di Berman e Pullini

"Mamme, facciamoci aiutare!"



6 ottobre 2009

OGNI COSA E' ILLUMINATA

Regia di L. Schreiber

"Genitori e nonni:
quali i confini?"



27 ottobre 2009

MATRIMONI

Regia di C. Comencini

"Sono una mamma perfetta?"

