

Parla con noi

4 film per mamme sull'orlo di una crisi di nervi

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

Piano per la Promozione della Salute

CENTRO PER LE
FAMIGLIE
COMUNE DI FERRARA

Comune di Ferrara

Parla con noi

4 film per 20 mamme sull'orlo di una crisi di nervi

APRILE - MAGGIO 2009 (h 15:00 - 18:00)

Centro per le Famiglie - Isola del Tesoro,
Piazza XXIV maggio 1, Ferrara



7 aprile 2009
LE RICAMATRICI
Regia di E. Faucher
"Il legame con i figli"



5 Maggio 2009
LA FINESTRA DI FRONTE
Regia di F. Ozpetek
"La ricerca di sé"



21 Aprile 2009
TRE UOMINI E UNA CULLA
Regia di C. Serreau
"Il ruolo del padre nella famiglia"



12 Maggio 2009
ERIN BROCKOVICH
Di S. Soderbergh
"Lavoro e carichi familiari"

In seguito al successo dell'anno scorso, l'azienda USL e il Comune di Ferrara ripetono il ciclo di incontri per mamme con bambini di età inferiore a sei anni **Parla con noi**.

Il ciclo -gratuito- prevede la proiezione di quattro film, e la discussione guidata.

Vedere un film con altre mamme e avere la possibilità di discuterne assieme in un luogo accogliente, è un buon modo per iniziare un percorso verso il prendersi cura di sé e dei propri bisogni, per uscire dall'isolamento, dalla solitudine e dallo stress che spesso accompagnano la vita familiare delle donne quando si hanno bambini piccoli. La esperienza del gruppo favorisce gli scambi e le relazioni attraverso il confronto con altre donne che vivono momenti simili, agevola la circolarità delle idee, sviluppando fiducia, solidarietà e cooperazione.

In che modo è strutturato il percorso

Ogni proiezione è seguita dalla discussione in gruppo, momento in cui l'accento è posto sul gusto di raccontarsi, conoscersi, confrontarsi con le emozioni che si rivivono attraverso il film e per ridurre lo stress causato da sovraccarico di cure familiari.

La discussione in gruppo, inoltre, permette di:

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

La prossima proiezione: **5 maggio alle ore 15**, con *La finestra di fronte* di F. Ozpetek.

Per la partecipazione è prevista l'iscrizione presso la segreteria del Centro per le famiglie (tel. 0532 207894 /241365, ore 9-13).

Le mamme che ne faranno richiesta potranno usufruire di:

- spazio bimbi per giocare, sfogliare libri e colorare, se accompagnati da un adulto;
- servizio baby-sitter.

NOTE ORGANIZZATIVE:

Le proiezioni iniziano alle ore 15:00 e la successiva discussione in gruppo termina entro le ore 18:00.

La partecipazione agli incontri è gratuita e riservata a mamme con bambini 0-6 anni. (Su richiesta è possibile utilizzare per i propri bambini uno spazio gioco e un servizio babysitting.)

Ogni proiezione è seguita da un momento di confronto tra le partecipanti condotto da Monica Bolognesi (Educatrice Az. USL di Ferrara) e Sonia Nespole (Educatrice Centro per le Famiglie), dove l'accento è posto sul gusto di raccontarsi, conoscersi e condividere le emozioni suscitate dalla visione del film.

Per informazioni e iscrizioni telefonare alla Segreteria del Centro per le Famiglie: tel. 0532/207894 - 241365, tutti i giorni dalle 9:00 alle 13:00.