

# CALENDARIO ATTIVITÀ MARZO 2021

## LABORATORI FASCIA 0-2 ANNI

**Giovedì 4, 18** ore 17.00 - 18.00

### PICCOLI ESPLORATORI

Rivolto a bambini/e dai 12 ai 36 mesi e alla loro mamma, papà, nonni o persona che si occupa di loro.

Un'avventura per esplorare la realtà che ci circonda con occhi nuovi! Si richiede la presenza di un solo adulto che accompagni il bambino/a.

Ucitem Mantova con Veronica Molani e Marianna Mele

**Mercoledì 10, 24** ore 9.30 - 11.00

### TESORI DAL NIDO

Rivolto a bambini/e 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 che accompagni il bambino/a.

Cooperativa Il Giardino dei Bimbi

**Giovedì 11** ore 10.30 - 12.00

### A ME PIACCONO LE COCCOLE!

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

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 esploreremo come coccolare al meglio i nostri cuccioli. Si richiede la presenza di un solo adulto che accompagni il bambino/a. Abbigliamento comodo, un tappeto e un asciugamano ad uso personale.

Ucitem Mantova con Leoni Cinzia Psicologa e Venegoni Alessandra Ostetrica

**Giovedì 25** ore 10.30 - 11.30

### 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.

Sperimentiamo insieme i modi di portare i piccini in questo "abbraccio stretto stretto". Si richiede la presenza di un solo adulto che accompagni il bambino/a. Abbigliamento comodo e, se si possiede, una fascia o un altro supporto utilizzato.

Ucitem Mantova con Leoni Cinzia Psicologa e Venegoni Alessandra Ostetrica

#### Laboratori a cura di UCITEM Mantova

Iscrizione obbligatoria tramite email [consultoriomn@hotmail.it](mailto:consultoriomn@hotmail.it) oppure via telefono allo 0376 323797

#### Laboratorio a cura di Il Giardino dei Bimbi

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)

#### SPORTELLINO 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, Mercoledì, Giovedì, Venerdì dalle 15.00 alle 19.00

Oppure su appuntamento contattando il + 39 328 1367354 (anche Whatsapp)

o via mail scrivendo a: [info@centrofamiglieinsieme.it](mailto:info@centrofamiglieinsieme.it)

**Tutti i laboratori, rivolti ai residenti del Comune di Mantova, 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.



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

in.  
s  
ie  
me

il Centro  
per le Famiglie  
di Mantova



Con il sostegno di  
**FONDAZIONE  
Cariverona**

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

## CALENDARIO ATTIVITÀ MARZO 2021

### LABORATORI FASCIA 3-18 ANNI

**Lunedì 15, 29** ore 16.30 - 18.00

#### **COSÌ MI SENTO** (fascia 6 - 12 anni)

Conosciamo e diamo voce e forma alle emozioni attraverso il colore, il corpo e la musica in maniera creativa e divertente. Rendiamo visibile ciò che è invisibile! Ucipem con Ilaria Brunelli psicologa e psicoterapeuta

**Lunedì 8, 22** ore 16.15 - 17.45

#### **INSIEME FACCIAMO SCINTILLE!**

(fascia 6 - 12 anni)

Scopri, inventa, ascolta, guarda: attività che accendono la curiosità! Ucipem Mantova con Veronica Molani e Marianna Mele

**Lunedì 8, 22** ore 18.00 - 19.30

#### **CALMO E ATTENTO... COME UNA**

#### **RANOCCHIA** (fascia 5 - 12 anni)

Laboratorio genitori e figli per allenarsi a essere presenti e consapevoli attraverso il gioco, il rilassamento, l'uso dei sensi e la creatività. Uno spazio speciale per coltivare insieme la calma e l'attenzione.

DoveSeiTU con gli psicologi Chiara Muliari e Damiano Guberti

**Martedì 2, 9, 16, 23, 30** ore 16.30 - 18.00

#### **IN GIARDINO CON "IL GIARDINO"**

(fascia 3 - 6 anni)

Partendo dalla curiosità e dagli interessi dei bambini, si proporranno esperienze in outdoor per esplorare, cercare e osservare suoni, materiali, profumi e tanto altro offerto da tutto quello che "sta fuori"; perché stare all'aperto non solo fa bene alla salute, ma anche all'apprendimento.

Cooperativa Il Giardino dei Bimbi

**Mercoledì 3, 10, 17, 24** ore 16.15 - 17.45

#### **RIPRESA DI SPAZI:**

#### **LABORATORIO DI ILLUSTRAZIONE**

(fascia 13 - 18 anni)

Il laboratorio non vuole essere un corso di tecnica di disegno ma valorizzare la scoperta del sé e del mondo che ci circonda attraverso il fare, il mettersi in gioco e il farlo insieme ad altri, condividendo e creando momenti di socialità mediati dall'arte; osservare lo spazio, noi e gli altri coi nostri occhi, con le tracce che le nostre mani possono lasciare. Durante i vari incontri, verranno proposte diverse tecniche di disegno che possano sostenere la libera esplorazione nell'osservare e nell'esprimersi graficamente con proprio stile. Per partecipare al laboratorio non è richiesta alcuna abilità particolare di disegno.

Cooperativa Ippogrifo con Marta Lonardi illustratrice e artista

**Venerdì 5, 12, 19, 26** ore 16.30 - 18.30

#### **A SPASSO CON LE EMOZIONI**

(fascia 3 - 6 anni)

Attività ludico-sensoriale per conoscersi divertendosi. Cooperativa Fior di Loto

**Sabato 6, 13, 20, 27** ore 10.00 - 13.00

#### **DIARIO DI SCUOLA: FARE I COMPITI**

#### **INSIEME È PIÙ BELLO!** (fascia 6 - 13 anni)

Cooperativa Alce Nero

A cura delle Cooperative Sociali del Consorzio Sol.Co Mantova,  
UCIPEM Mantova, DoveSeiTu

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, Mercoledì, Giovedì, Venerdì dalle 15.00 alle 19.00

Oppure su appuntamento contattando il + 39 328 1367354 (anche Whatsapp) o via mail scrivendo a: [info@centrofamiglieinsieme.it](mailto:info@centrofamiglieinsieme.it)

**Tutti i laboratori, rivolti ai residenti del Comune di Mantova, 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.



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



MANTOVA CITTÀ D'ARTE E DI CULTURA

PIANO  
MANTOVA

in.  
sieme

il Centro  
per le Famiglie  
di Mantova



Con il sostegno di  
FONDAZIONE  
Cariverona

Sistema Socio Sanitario  
Regione  
Lombardia  
ATS Val Padana

## CALENDARIO ATTIVITÀ MARZO 2021 INCONTRI PER GENITORI

**Mercoledì 17, 31** ore 18.00 - 19.30

### GENITORI INSIEME: TU COME FAI?

(Gruppo di genitori di bambini/e fascia 5 - 9 anni)  
Ciclo di incontri tra genitori per raccontarsi e sostenersi. Uno spazio di condivisione e confronto sugli aspetti legati alla crescita dei propri figli. Gli incontri saranno mediati da una psicologa e da un'educatrice.  
DoveSeiTu e Cooperativa AlceNero

**Mercoledì 10, 24** ore 18.00 - 19.30

### GENITORI INSIEME: TU COME FAI?

(Gruppo di genitori di bambini/e fascia 10 - 13 anni)  
Ciclo di incontri tra genitori per raccontarsi e sostenersi. Uno spazio di condivisione e confronto sugli aspetti legati alla crescita dei propri figli. Gli incontri saranno mediati da una psicologa e da un'educatrice.  
DoveSeiTu e Cooperativa AlceNero

### 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

#### 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, Mercoledì, Giovedì, Venerdì dalle 15.00 alle 19.00

Oppure su appuntamento contattando il + 39 328 1367354 (anche Whatsapp) o via mail scrivendo a: [info@centrofamiglieinsieme.it](mailto:info@centrofamiglieinsieme.it)

### SERVIZI DI CONSULENZA E ASCOLTO "SEMPRE ATTIVI"

a cura di DoveSeiTu

Contatta i nostri esperti al numero + 39 371 3490815  
(sia in presenza che online - attivo anche su Whatsapp)

### SOSTEGNO PSICOEDUCATIVO COVID-19 per genitori di bambini e adolescenti

Psicologhe e Psicologi del Centro per le Famiglie aiutano i genitori a rispondere alla domanda:  
"Mamma/Papà...quando finirà?"

### CONSULENZA E ASCOLTO per famiglie con minori, adolescenti, coppie, futuri genitori, genitori divorziati o in fase di separazione

Supporto utile ad approfondire, chiarire e migliorare lo stile educativo, la comunicazione in famiglia, il dialogo e il rapporto all'interno del nucleo familiare.

### NEL CORSO DELLA NOTTE per genitori di bimbi piccoli

Consulenze psicoeducative specifiche sulle problematiche del sonno nella prima infanzia.

#### A CURA DI DoveSeiTu e Alce Nero

Iscrizione obbligatoria tramite email [arealudica@centrofamiglieinsieme.it](mailto:arealudica@centrofamiglieinsieme.it)  
oppure via telefono/WhatsApp al + 39 328 1367354



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



MANTOVA CITTÀ D'ARTE E DI CULTURA

PIANO  
MANTOVA