

Chi siamo

InContatto è un **Centro per lo Sviluppo ed il Benessere Psicologico** che nasce dal desiderio di un team di psicologhe di realizzare uno spazio dedicato a coloro che vogliono prendersi cura del proprio benessere recuperando un equilibrio armonico tra mente, corpo e spirito. Vivere in contatto con se stessi è prima di tutto un invito a coltivare pienamente le proprie potenzialità e riattivare le proprie risorse sopite, essendo pienamente consapevoli dei propri bisogni, in una dimensione di cura e di attenzione verso se stessi.

Il Centro InContatto offre servizi per il **benessere psicologico, corporeo e relazionale**, attraverso percorsi sia individuali che di gruppo, che mirano all'integrazione e alla crescita personale.

L'Associazione "L'Aquilone Rosa Onlus" si occupa dal 2008 del contrasto alla violenza sulle donne e sui minori.

Ha come obiettivo quello di **offrire sostegno** alle donne ed ai minori, promuovendo la diffusione della cultura del **rispetto e della parità fra i "generi"**, attraverso:

- la sensibilizzazione dell'opinione pubblica e delle istituzioni,
- la promozione di ricerche divulgative sul fenomeno della violenza.
- la formazione delle operatrici che forniscono sostegno e assistenza alle vittime,
- il sostegno costante alle donne e ai bambini vittime di violenza.

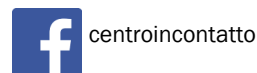
Contatti



**Centro per lo Sviluppo e
il Benessere Psicologico**

mobile 392 9292955
email info@centroincontatto.it

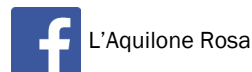
web www.centroincontatto.it



L'Aquilone Rosa Onlus

mobile 329/8535780 – 346/6269142

email laquilonerosa@gmail.com



Corso di supporto e di accompagnamento alla genitorialità

QUANDO NASCE UNA FAMIGLIA



Da genitori virtuali a
genitori reali

La Genitorialità Consapevole

Diventare genitori, che sia per la prima volta o meno, comporta un cambiamento profondo che coinvolge il rapporto tra i partner, ed eventualmente con gli altri figli, la loro identità e il loro stile di vita.

Il bisogno di **genitorialità consapevole**, inoltre, caratterizza le famiglie del nostro tempo, in particolare i futuri genitori, che si confrontano con le ansie, i dubbi, le preoccupazioni e un bisogno di risposte e di rassicurazioni nella convinzione di poter controllare tutto ciò che appartiene alla funzione genitoriale.

Decidere di partecipare ad un corso di **preparazione al parto** e di **accompagnamento alla genitorialità**, vuol dire intraprendere un percorso personale e di coppia che permetta di esplorare i vissuti emotivi legate alla gravidanza, vivendo con maggiore serenità questa “fase di passaggio”, e avvicinarsi alla genitorialità con maggiore consapevolezza.



Obiettivi del percorso

- **Contenere** eventuali stati d'ansia e le insicurezze legate alla gravidanza
- **Aiutare** la donna a confrontarsi con il cambiamento psicofisico
- **Sostenere** i genitori nell'acquisizione di un ruolo attivo nel processo di crescita dei figli.
- **Contrastare** il senso di solitudine di fronte alle sfide della genitorialità
- **Trovare soluzioni** in collaborazione con le famiglie nell'ottica della coeducazione.
- **Creare** contesti che favoriscano lo scambio e il confronto con e tra le famiglie.
- **Attivare** una rete con gli altri servizi socioeducativi e sanitari del territorio.

Di cosa parleremo?

Attraverso un percorso esperienziale e di scambio, verranno affrontati i seguenti temi:

1. Accettazione del cambiamento del proprio corpo
2. La nascita tra fantasia e realtà
3. La creazione di un legame
4. La coppia in attesa
5. Prendersi cura di sé: tecniche di rilassamento
6. Il post partum

Il percorso prevede un ciclo di 5 incontri di due ore e mezza a cadenza settimanale, più un incontro post partum

Per info e prenotazioni

mobile 392 9292955
mail info@centroincontatto.it