

Il progetto, articolato in diverse attività e iniziative, prevede di realizzare alcuni percorsi, rivolti in particolare alle famiglie, che si svolgeranno a partire dal mese di Febbraio 2016.

Il primo percorso è intitolato **Ritrovare l'autostima**: sono previsti quattro incontri per riflettere sui propri vissuti legati all'autostima, sulla consapevolezza di sé, dei propri desideri, limiti e risorse, sulle strategie per stare meglio con se stessi e sviluppare libertà e progettualità personali.

Il percorso **Oltre le crisi familiari: conflitti separazioni, evoluzioni possibili**, guidato da psicologhe e psicoterapeute, è rivolto ai genitori da soli o in coppia che stanno affrontando situazioni di crisi di coppia o personale e si prefigge di dare loro sostegno, anche attraverso la condivisione di vissuti ed esperienze personali e la riscoperta delle proprie risorse e strategie per stare meglio. È un modo per favorire l'incontro e il confronto tra persone anche nei momenti difficili, di cambiamento e trasformazione. Saranno anche fornite informazioni sugli aspetti legali e psicologici relativi alla coppia e alla famiglia.

In parallelo o in alternativa sono stati pensati dei **Laboratori sulle emozioni per figli di genitori in crisi o separati**. Lo scopo è quello di offrire ai bambini, che possono vivere e percepire la propria famiglia in tensione e in cambiamento, uno spazio di espressione e rielaborazione delle proprie emozioni attraverso l'uso di varie tecniche e modalità creative.

## **STAFF:**

Gli incontri formativi sono organizzati e condotti da un'équipe di professionisti dell'Associazione Genitorialità esperti in genitorialità ed età evolutiva tra cui le dott.sse Mariateresa Cataldi, Giulia Aldovini, Elisa Benzi.

## **INFORMAZIONI e ISCRIZIONI:**

**chiamare** il numero di telefono **3207755461** (anche lasciando un messaggio in segreteria telefonica con i vostri dati per essere richiamati);

**scrivere** a [genitorialita@yahoo.it](mailto:genitorialita@yahoo.it);

**compilare** la **scheda di iscrizione** presente al seguente indirizzo: <http://www.genitorialita.it/scheda-discrizione-ritrovare-lautostima/>



ASSOCIAZIONE

**GENITORIALITÀ**

Via T. Aspetti, 148  
PADOVA  
[www.genitorialita.it](http://www.genitorialita.it)



ASSOCIAZIONE

**GENITORIALITÀ**

*Per la promozione sociale e lo sviluppo del sapere  
sulla genitorialità*

## ***“Il bruco e la farfalla”***



*Percorsi di crescita  
per famiglie in evoluzione*

## Ritrovare l'Autostima

---

### 4 INCONTRI DI FORMAZIONE

per adulti:

*“Io e la mia autostima”*

*“Consapevolezza di sé nelle  
relazioni con gli altri”*

*“Strategie per promuovere  
l'autostima”*

*“Autostima, emozioni e  
benessere”*

#### **QUANDO:**

Febbraio 2016

i mercoledì 3, 10, 17, 24

dalle ore 20.30 alle 22.30

È previsto un numero massimo di 20  
partecipanti.

È preferibile iscriversi entro il 27.01.2016.

#### **COSTI:**

60 euro a persona

(+ 20 euro di tessera associativa che ha valore  
assicurativo e dura 1 anno)

*Oltre le crisi familiari:  
conflitti, separazioni, evoluzioni possibili*

---

### 5 INCONTRI DI FORMAZIONE

per madri, padri, coppie di genitori

*“Attraversando le crisi:  
significati e vissuti personali”*

*“La crisi nella coppia ”*

*“La crisi familiare e la relazione con i figli”*

*“Percorsi e tempi nella crisi familiare”*

*“Strategie e competenze per gestire la crisi  
familiare”*

#### **QUANDO:**

i mercoledì 16, 23, 30 Marzo e 6, 13 Aprile

dalle ore 20.30 alle 22.30

OPPURE, in caso di adesione  
anche ai laboratori per bambini,

i sabato pomeriggio del 19 marzo, 2, 9, 16,  
30 aprile alle ore 16.00-17.30

È previsto un numero massimo di 16  
partecipanti.

È preferibile iscriversi entro il 13.03.2016.

*“Un bozzolo per piccole  
farfalle”*

---

### 5 LABORATORI SULLE EMOZIONI

per figli di genitori in crisi e/o separati  
I laboratori per bambini possono essere  
contemporanei al percorso per genitori

*“Oltre le crisi familiari”*

o indipendenti da esso.



#### **QUANDO:**

Marzo-Aprile 2016

È preferibile iscriversi entro il 13.03.2016.

#### **COSTI:**

75 euro per singolo genitore  
o singolo bambino (6 - 10 anni)  
120 euro per coppia genitoriale  
160 euro per coppia di genitori  
e 1 bambino