



Consultorio Familiare "Zelinda"

Via Fratelli Calvi
Trescore Balneario
Tel. 035.4598380



ValCavallina



Fondazione Angelo Custode – Onlus

piazza Duomo n. 5
24122 Bergamo
Partita IVA 03385420165

CONSULTORIO FAMILIARE ZELINDA Trescore Balneario



Il **CONSULTORIO FAMILIARE ZELINDA** ha sede in:

via Fratelli Calvi

Trescore Balneario.

Telefono **035.4598380**

email: zelinda@consultoriofamiliarebg.it;

sito internet: www.consultoriofamiliarebg.it



Il Consultorio Familiare Zelinda è un importante servizio che è nato con l'intento e l'impegno di offrire concrete risposte e vicinanza alle numerose famiglie e alle persone che vivono il territorio della Val Cavallina. Lo stimolo e l'esigenza di tale servizio si è sviluppata per volontà dell'Ambito Territoriale della Val Cavallina, gestito dal Consorzio Servizi Val Cavallina che coinvolge tutti i Comuni, che in modo integrato con il Consultorio Familiare ASL di Trescore B., e con le varie realtà che sono espressione delle comunità, ha richiesto e accordato alla Fondazione Angelo Custode onlus la gestione di tale servizio secondo le regole regionali dell'accreditamento.

Il Consultorio Familiare Zelinda nel dicembre 2010 è stato riconosciuto dalla Regione Lombardia come servizio e struttura accreditata, questo sulla base delle effettive garanzie sulla qualità delle prestazioni e dei servizi (standard funzionali e strutturali), ad erogare servizi per conto del servizio pubblico. Quindi chi si rivolge al Consultorio generalmente non paga direttamente e completamente le singole prestazioni, ma queste vengono riconosciute secondo dei precisi criteri e controlli effettuati dalla Regione Lombardia tramite l'ASL di Bergamo.

Il Consultorio Familiare Zelinda valorizza la famiglia come comunità solidale all'interno della quale tutti i componenti possano trovare le risorse utili per superare i momenti di difficoltà.

Il Consultorio affronta i problemi dell'individuo e della coppia, in una visione integrale della persona e della famiglia.

Fiducia, integrità, riservatezza e discrezione, ma anche capacità di ascolto, di risposta e di orientamento sono gli elementi che caratterizzano l'operato del Consultorio. Gli operatori intervengono ponendo particolare attenzione al rispetto della privacy e secondo i principi deontologici professionali ed etici.

Attraverso questo documento il Consultorio intende informare sui servizi offerti, sulle attività, i progetti e le innovazioni previste, a favore della promozione e sostegno delle persone, delle famiglie e delle comunità.

Il Consultorio Familiare Zelinda si riferisce ai seguenti criteri di funzionamento:

- **Uguaglianza:** i servizi e le prestazioni sono forniti secondo regole uguali per tutti, senza alcun tipo di discriminazione (sesso, razza, lingua, religione ed opinioni politiche), si garantisce quindi il diritto di uguaglianza all'accesso ai servizi.
- **Imparzialità:** i servizi sono erogati senza privilegiare alcun utente a discapito di altri.
- **Continuità:** i servizi sono erogati con continuità; in caso di interruzione od irregolarità del servizio il Consultorio adotta le misure necessarie per evitare disagi all'utenza.
- **Diritto di scelta:** gli utenti hanno diritto di scegliere e di interrompere in ogni momento e con piena libertà il rapporto con il Consultorio. Si garantisce un'adeguata informazione sui servizi offerti e le modalità di erogazione degli stessi.
- **Partecipazione:** gli utenti hanno il diritto di presentare reclami, di accedere alle informazioni e di presentare proposte di miglioramento dei servizi offerti dal Consultorio.

- *Efficienza ed efficacia*: i servizi e le prestazioni vengono erogate adottando tutte le misure necessarie per soddisfare in modo congruo i bisogni e le richieste delle persone e famiglie richiedenti.

MODALITÀ DI ACCESSO

Il Consultorio essendo una struttura accreditata dalla Regione Lombardia eroga **attività e prestazioni a titolo gratuito** ad eccezione delle prestazioni sanitarie che sono soggette a ticket.

Per le prestazioni di tipo sanitario e per le attività formative e di gruppo la segreteria fissa direttamente l'appuntamento con il professionista richiesto (i tempi di attesa sono minimi). L'accesso alla consulenza e al sostegno psicologico e assistenziale avviene tramite contatto telefonico. La segreteria (tel. **035.4598380**) mette in contatto telefonico il richiedente con un operatore professionalmente preparato e preposto all'accoglienza, il quale orienta verso l'operatore professionale più rispondente al bisogno e alle esigenze, fissando il primo appuntamento. Il tutto viene gestito in modo da lasciare la massima libertà di scelta e nella più assoluta garanzia della privacy. Mediamente i tempi di attesa sono nell'ordine della settimana. Gli utenti hanno diritto di scegliere e di interrompere in ogni momento e con piena libertà il rapporto con il Consultorio.

Le persone che accedono per la prima volta al Consultorio devono presentarsi qualche minuti prima dell'appuntamento programmato portando con sé la propria tessera sanitaria (Carta Regionale dei Servizi).

ORARI DI APERTURA

Gli orari provvisori (prima fase di avvio) del Consultorio sono:

	mattino	pomeriggio	
Martedì	9.00 -13.00	15.00 – 19.00	8
Giovedì	9.00 -13.00	15.00 – 18.00	7
Sabato	9.00 -13.00		4
Totale 19 ore			

In relazione al numero delle richieste e alla tipologia dei bisogni, l'orario di apertura si estenderà modulandosi in modo dinamico e in sinergia con il territorio e la rete dei servizi. Essendo il Consultorio Familiare Zelinda in stretta sinergia con il Consultorio Familiare Scarpellini di Bergamo il servizio di accoglienza e di interfaccia telefonica è esteso su tutto l'arco della settimana (sei giorni la settimana dalle 8.30 alle 19.00, tel. 035.4598350).

PROFESSIONI PRESENTI

Il Consultorio offre un aiuto concreto alle persone e alle famiglie per affrontare problemi di relazione all'interno della coppia, di educazione dei figli, di disagio sociale, familiare e personale avvalendosi di equipe interdisciplinari di professionisti:

- un equipe psicosociale;
- un equipe sanitaria;
- un equipe formativa.

I servizi sono erogati da diversi operatori articolati nelle seguenti professionalità:

- assistente sociale;
- avvocato / consulente legale / consulente canonico;
- consulente etico;
- formatore;
- ginecologa;

- infermiera professionale;
- insegnante dei metodi naturali di regolazione della fertilità;
- insegnante massaggio infantile;
- mediatore familiare;
- ostetrica;
- psicologo;
- psico-pedagogista;
- sociologo.

DESCRIZIONE DELLE PRINCIPALI ATTIVITÀ

Il Consultorio Familiare è aperto a tutti, offre un sostegno alle persone in cerca di possibili soluzioni alle proprie problematiche personali e familiari. Il Consultorio Familiare è una risorsa per tutte quelle persone che sentono la necessità di manifestare le proprie difficoltà e sono alla ricerca di una soluzione. Aiuta e leggere il disagio e i bisogni nell'ambito delle relazioni familiari in un'ottica promozionale e preventiva.

Il Consultorio non impone soluzioni, ma valorizza l'autonomia della persona nel rispetto del segreto professionale e delle convinzioni personali.

Consulenza di coppia

La finalità di questo servizio è quella di offrire a ognuno uno spazio sicuro in cui esprimere le proprie esperienze, i sentimenti, i punti di vista e le difficoltà, creando all'interno della coppia, o della famiglia, una dimensione comunicativa funzionale al fine di sciogliere nodi problematici e recuperare le risorse. L'intento è quello di mettere luce sulle premesse e le risorse insite in ogni singola coppia e insieme avviare processi di maturazione per una maggiore soddisfazione della relazione affettiva presente e futura. Con la proposta di alcuni incontri mirati si offre la possibilità di attuare questo confronto con l'aiuto specifico di psicologi formati alle dinamiche di coppia. Il percorso prevede in base alle esigenze diversi incontri, alcuni di coppia e altri individuali secondo una cadenza determinata dal percorso proposto e dalle dinamiche peculiari di ciascuna coppia.

Il servizio offre la possibilità di consulenza e di aiuto specifico a: coppie con difficoltà comunicative e relazionali o in conflitto; coppie in aperta crisi; coppie in fase di separazione o già separate.

Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Check-coppia Percorso di accompagnamento psicologico per valorizzare le risorse di coppia, rivolto a fidanzati e/o coppie prossime al matrimonio e/o alla convivenza.

La proposta si rivolge a coloro che si stanno preparando a compiere, come coppia, un passo importante verso la stabilità della relazione (vita comune) e intendono approfittare di un percorso psicologico e di consulenza per approfondire e arricchire le risorse della relazione a due. Il percorso prevede 5 incontri complessivi. Alcuni di coppia e altri individuali secondo una cadenza determinata dal percorso proposto e dalle dinamiche peculiari di ciascuna coppia.

Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Consulenza familiare

La consulenza familiare offre un sostegno alle persone in cerca di possibili soluzioni alle proprie problematiche familiari. Il Consultorio Familiare intende essere risorsa per quelle persone che sentono la necessità di manifestare le proprie difficoltà e sono seriamente alla ricerca di una soluzione. Valorizza la famiglia come comunità solidale all'interno della quale

tutti i componenti possano trovare le risorse utili per superare i momenti di difficoltà. Aiuta a leggere il disagio e i bisogni nell'ambito delle relazioni familiari.

Il servizio offre possibilità di consulenza e di aiuto specifico a:

- persona singola nel contesto del sistema familiare;
- più persone appartenenti allo stesso nucleo familiare.

Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Consulenza psicologica e sostegno dell'identità e delle relazioni

Disturbi d'ansia

Un numero crescente di persone si trova ad affrontare un'ansia intensa e pervasiva e a rimuginare sulla modalità per eliminarla perché considerata negativa e fonte di sofferenza, vivendo queste proprie reazioni fisiologiche come pericolose, la persona cerca di controllarle. Rivolge continuamente la propria attenzione all'ascolto del corpo e dei parametri fisiologici e tenta di modularli. Ma poiché esse sono funzioni spontanee e automatiche, lo stesso tentativo di controllarle produce la loro alterazione. E' proprio il tentativo di controllo che fa perdere il controllo. L'alterazione delle funzioni, autodeterminata, genera pensieri catastrofici, i pensieri alimentano paura ed ansia e la persona inizia a bloccarsi e ad evitare situazioni.

Il Consultorio offre un sostegno a tutte quelle persone che sentono la necessità di parlare delle proprie emozioni di ansia e che sono alla ricerca di una soluzione.

Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Supporto psico-oncologico

Gli interventi sono mirati a ridurre i disagi psicologici, a mantenere una comunicazione aperta con i familiari, a dare senso e integrare la malattia nella propria esperienza di vita. Una malattia tumorale viene generalmente vissuta come un momento di profonda crisi e rappresenta un grande peso per la persona che ne è colpita ed i suoi familiari. Il supporto psico-oncologico si occupa di fattori di stress psichici, familiari e sociali che possono manifestarsi nel corso di una malattia tumorale. Obiettivo degli interventi è quello di migliorare le capacità di far fronte alla malattia e la qualità della vita.

Possono usufruire di questo servizio: pazienti con malattie tumorali; familiari e parenti del paziente.

Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Supporto psicologico alle difficoltà nel mondo del lavoro. *Quando il lavoro fa male dentro.*

Il servizio/attività consiste in colloqui o cicli di incontri individuali e/o familiari per sostenere quanti si trovino in una momentanea difficoltà relativa alla precarietà del lavoro, alla fase di pensionamento/inattività, ma anche quelle derivate dall'eccesso d'ansia e di insicurezza, al fine di aiutare ad essere più comprensivi con se stessi e vivere con maggior serenità i rapporti familiari e sociali. Oltre alle consulenze individuali e familiari, in base alle esigenze e richieste si organizzano e programmano gruppi di confronto e scambio al fine di condividere ed agire logiche di auto sostegno reciproco.

Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Consulenza legale e canonica

Le richieste più frequenti nell'ambito legale riguardano: la separazione e il divorzio (condizioni, cause e modalità procedurali); la condizione del figlio naturale riconosciuto da entrambi i genitori; la modifica delle condizioni della separazione e del divorzio; la

possibilità di ottenere la pronuncia di nullità del matrimonio religioso. La consulenza legale consiste in un unico incontro di orientamento preceduto da un incontro con un consulente familiare o psicologo. La consulenza canonica circa la verifica della potenziale nullità del matrimonio prevede più incontri con il consulente canonico.

Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Consulenza genitoriale

Il servizio agisce prioritariamente sul sostegno alle funzioni e ai compiti genitoriali mirando all'orientamento dello sviluppo delle potenzialità educative della coppia genitoriale, e sostenendo la coppia e/o i figli nella soluzione dei problemi, nella ricerca di risorse e di aiuti necessari. L'intervento di sostegno non si limita alla prevenzione o al rimedio da porre ai problemi connessi con il funzionamento della famiglia e alle loro implicazioni educative, ma intende altresì incentivare lo sviluppo di nuove opportunità di crescita per la famiglia e per i suoi membri.

Il servizio offre possibilità di consulenza e di aiuto specifico a:

- singolo genitore;
- alla coppia genitoriale;
- al minore accompagnato dal genitore;
- ai referenti di agenzie educative o socio-sanitarie (es: scuola, ...) che hanno avuto in carico il minore o sono presenti nella quotidianità del minore.

Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Mediazione familiare

Gli scopi della Mediazione Familiare sono la ricerca di accordi funzionali e soddisfacenti che risolvano la rigida controversia con la successiva stesura di un programma condiviso, personalizzato ed equo che riguarda la gestione della vita quotidiana con i figli (ad esempio: gli orari e le modalità di visita, le vacanze, le scelte educative, gli aspetti economici...). La Mediazione Familiare si attua in uno spazio di incontro neutrale, strutturato ed autonomo rispetto all'ambito giudiziario ed offre la garanzia della più assoluta riservatezza. Il metodo di intervento della Mediazione Familiare attiva la responsabilità e l'autonomia personale dei genitori nel prendere le decisioni che definiranno aspetti della nuova realtà di vita con i loro figli; utilizza alcune regole esplicite, quali: la neutralità del mediatore, la tregua delle azioni legali tra le parti durante la Mediazione stessa, la compresenza dei coniugi ai colloqui ed il loro impegno alla trasparenza, l'impossibilità del mediatore di testimoniare in tribunale.

Il servizio offre possibilità di consulenza e di aiuto specifico a genitori divorziati, separati o che intendono separarsi, disponibili ad essere presenti insieme durante tutto il percorso della Mediazione.

Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Gruppi di sostegno

Oltre alla metodica degli incontri individuali, di coppia e familiari il Consultorio in base alle esigenze è in grado di mettere in atto diversi percorsi in merito a:

Gruppo di sostegno psicologico per familiari di pazienti oncologici. *Il dolore narrato.*

Accade spesso che di fronte a una diagnosi di cancro i familiari vivano angosce e disperazioni pari a quelle del paziente. Potrebbero sentirsi soli, disorientati, incerti su come essere di aiuto per il proprio caro. La malattia oncologica, per i pregiudizi che si hanno nei suoi riguardi, genera molte ansie e paure. Nei momenti di disagio psicologico può accadere che diminuisca la capacità di reagire e che si perdano punti di riferimento stabili.

Proprio in questi momenti è necessario stare vicino al malato facendolo sentire compreso in ciò che vive e che sente. Ecco perché è importante che anche i familiari possano contare a loro volta su un sostegno psicologico. Per questo motivo, si ritiene fondamentale offrire un supporto in tal senso attraverso l'avvio di un gruppo di condivisione che possa fornire un ascolto attento e competente per elaborare gli aspetti emotivi e cognitivi, sostenere le fragilità e accogliere i bisogni.

Gruppo per aiutare chi ha perso un proprio caro. *Senza di te.*

La perdita di una persona cara scatena una crisi, più o meno grave, che solitamente si elabora nel corso del tempo in modo naturale. Quando invece la sofferenza che accompagna la perdita permane con l'intensità iniziale per mesi o anni, il lutto risulta non risolto e con il prolungarsi del tempo può dar luogo a condizioni più difficili da elaborare e gestire. Sostenere le persone che vivono un lutto, aiutarle a comprendere e ad accettare l'evento critico, può essere di grande utilità per prevenire eventuali complicanze e migliorare la qualità della vita nonostante la perdita subita.

Il Consultorio, oltre agli incontri individuali, propone un percorso di gruppo al fine di far fronte a questa sofferenza senza lasciarsene spaventare, cercando uno spazio e un tempo per darle voce, per comprenderla e, a poco a poco, ritrovare un senso e superarla.

Gli incontri si tengono generalmente alla sera presso il Consultorio.

Ambulatorio di Ostetricia e Ginecologia

Il servizio offre prestazioni sanitarie di assistenza specialistica ambulatoriale da parte di ginecologi e ostetriche (visita ostetrica di accompagnamento alla gravidanza, visita ginecologica, anamnesi e valutazioni definite brevi, visita generale, ecc.).

Le attività previste sono:

- l'assistenza in gravidanza;
- prevenzione ginecologica;
- ecografie ostetriche e ginecologiche;
- la fisiologia della riproduzione;
- la procreazione consapevole;
- la menopausa e l'osteoporosi;
- la consulenza prematrimoniale.

Le prestazioni sono soggette a pagamento del ticket o esenti secondo le varie possibili condizioni di esenzioni.

Corso di accompagnamento alla nascita

Il corso si struttura in 8 incontri, 2 dei quali tenuti dalla psicologa. Le tematiche sono inerenti il percorso della gravidanza, travaglio, parto, puerperio, allattamento, vita dopo la nascita del bambino/a. E' consigliato iscriversi prenotandosi telefonicamente intorno alla 20° settimana di gestazione. Finalità e obiettivi del corso sono: la possibilità di confrontarsi in una dimensione di gruppo con altre future mamme; la condivisione della comune esperienza della gravidanza e dell'attesa del parto; la partecipazione attiva delle mamme in lavori corporei sulle posizioni in travaglio-parto e allattamento; ecc..Il percorso di accompagnamento alla nascita si conclude con un incontro dopo la nascita dei bambini, nel quale potersi confrontare tra mamme, insieme ai loro bambini, sull'esperienza del parto e dei primi giorni a casa. Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Assistenza domiciliare dopo il parto. *Percorso nascita.*

Il parto e la nascita sono eventi importantissimi dell'esperienza umana che non vanno vissuti solo sul fronte sanitario. L'informazione riguardo alla nascita e al dopo parto sono

spesso parziali e insufficienti e talvolta modulate secondo i bisogni delle istituzioni piuttosto che sulle esigenze, anche differenziate, espresse dalle persone. Molte mamme e coppie desiderano vivere l'inizio della loro esperienza di genitori in modo profondo e consapevole. Il Consultorio offre un servizio gratuito a domicilio. Il "Percorso nascita" è un programma di assistenza alle mamme e ai neonati a domicilio assicurato dalle ostetriche del Consultorio. Prevede: la verifica clinica del decorso post-parto sia del neonato/a sia della mamma; il sostegno e la consulenza alla neomamma e al padre per la cura del neonato/a; per sostenere l'allattamento al seno, per fare insieme il primo bagno del neonato, per valutare l'andamento delle prime giornate; ma anche per fornire informazioni sui servizi a disposizione. Ad esempio con pochi incontri si risolvono alcuni problemi che, se trascurati, impediscono il proseguimento dell'allattamento al seno. Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Consulenza e incontri di gruppo dopo il parto. *Il primo anno di vita insieme.*

La nascita di un bambino è certamente un evento carico di gioie ed emozioni, ma costituisce anche un periodo critico di adattamento ed implica numerosi cambiamenti nei rapporti familiari, nel vissuto emotivo e negli aspetti organizzativi e pratici all'interno della famiglia. Nei primissimi mesi di vita del bambino spesso ci si trova soli ad affrontare tutto questo, senza appoggio e confronto. I nostri incontri dopo parto, grazie alla presenza dell'ostetrica e della psicologa, vogliono offrire uno spazio ai genitori e ai loro figli, in cui crescere insieme, trovare sostegno, condivisione e approvazione (pesare il bambino, trovare validi e concreti consigli, ecc.). Permettendo, inoltre di scoprire e rafforzare le proprie competenze genitoriali ed affrontare insieme i problemi della quotidianità e condividerli con altri genitori. Le professionalità che operano in questo servizio sono l'ostetrica e la psicologa. Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Massaggio infantile

Destinato ai bambini più piccoli, a partire dal primo mese di vita fino ad un anno e ai loro genitori. Il corso è organizzato in cicli di 5/6 incontri della durata di un'ora e mezza, in diversi periodi dell'anno. Per un genitore massaggiare il proprio bambino è un'occasione per stare insieme, conoscersi, scambiare affetto, avere cure, giocare, esprimere emozioni. Il percorso è destinato a genitori singoli e/o in coppia, desiderosi di affinare le loro competenze nell'essere madre e padre. Il percorso è tenuto da una psicologa che è Insegnante di massaggio infantile. Il servizio è gratuito, in quanto erogato in regime di esenzione da ticket.

Pap test

Lo screening attraverso Pap Test rappresenta attualmente la misura di prevenzione più efficace per individuare e trattare precocemente i tumori maligni del collo dell'utero. Aderire alla campagna di screening rappresenta quindi una scelta importante per salvaguardare la propria salute. L'esecuzione del Pap Test ogni tre anni permette un'efficace prevenzione dei tumori maligni del collo dell'utero e offre la possibilità di sottoporsi gratuitamente a questo esame. Il prelievo è operato da personale qualificato (ostetrica o ginecologa). Per facilitare l'adesione alla campagna preventiva gli esami si tengono in orari comodi e diversificati. Il pap test può essere abbinato alla visita ginecologica.

Servizio di consulenza sui metodi naturali

Il Servizio offre la possibilità di consulenza e formazione teorico pratica sui metodi naturali rivolti a giovani coppie affinché vivano una buona sessualità e attuino una procreazione

libera e responsabile. L'insegnamento dei metodi naturali di regolazione naturale della fertilità: consente una più approfondita conoscenza di sé e dell'altro; favorisce la relazione e la crescita nella qualità della vita di coppia; rinnova il significato del generare; consente una alternativa vera agli anticoncezionali. Le professionalità che operano in questo servizio sono: consulenti metodi naturali, ostetriche e ginecologhe.

Interventi sul territorio di prevenzione ed educazione della salute

Il Consultorio Familiare Zelinda è un valido punto di riferimento per gestire le attività di prevenzione e di educazione alla salute in collaborazione con le varie agenzie educative presenti sul territorio della Val Cavallina (scuole, oratori, associazioni, ecc..). Questi percorsi vengono attivati e programmati su richiesta delle agenzie educative e vengono modulati in modo attivo e partecipato a partire dalle singole istanze e caratteristiche.

Educazione degli affetti e della sessualità

Il servizio offre interventi nel campo dell'educazione sessuale e affettiva attraverso programmi di formazione e informazione. In particolare queste attività comprendono programmi di educazione sessuale educazione all'affettività, di formazione dei giovani al ruolo di futuri coniugi e di genitori, nonché programmi formativi ed informativi riguardanti la procreazione responsabile, rivolti a gruppi omogenei di popolazione. La sessualità viene presentata nelle sue diverse funzioni: relazionale, ludica, riproduttiva, affettiva e contestualizzata in termini culturali. La dimensione culturale della sessualità permette ai ragazzi di comprendere quei fenomeni sociali che incidono sulla costruzione della loro identità sessuale. La sessualità viene presentata in modo positivo, riservando uno spazio all'interno del programma svolto, anche ai contenuti legati alle patologie e ai rischi connessi alla sessualità (malattie a trasmissione sessuale, patologie sessuali, violenza sessuale, ecc.). I temi trattati sono adeguati all'età dei partecipanti, di facile comprensione e vengono presentati in modo corrispondente al loro livello di conoscenza. Il Servizio si rivolge a: insegnanti; genitori; operatori; educatori; alunni di ogni ordine e grado scolastico. Tutti gli operatori che svolgono interventi di educazione sessuale hanno una formazione specifica sulla metodologia dell'educazione sessuale, acquisita presso un centro di formazione di livello nazionale con comprovata esperienza .

Alcuni moduli formativi che rientrano all'interno di un programma concordato con l'ASL e la Regione Lombardia sono gratuiti in quanto erogati in regime di esenzione da ticket.

I percorsi con una differente modulazione vengono proposti per la scuola primaria, la scuola secondaria di primo grado e quella di secondo grado.

I figli ci aiutano a crescere. Percorsi formativi per i genitori della scuola dell'infanzia

L'obiettivo del percorso è di valorizzare le competenze genitoriali che la coppia, nella sua diversità di genere, possiede. Gli incontri permettono di condividere e rielaborare le esperienze genitoriali. Ciò favorisce lo sviluppo di una cultura educativa condivisa che aiuta mamma e papà a crescere come coppia e come genitori. Vengono approfondite tematiche inerenti lo sviluppo del bambino nella prima infanzia con attenzione alla dimensione fisica, emotiva, affettiva e relazionale.

"L'alfabeto delle emozioni". Percorso educativo per alunni della scuola primaria e secondaria di primo grado.

La proposta formativa per un percorso di educazione alle emozioni è un contributo specifico a sostegno di un'azione educativa rispondente alle tappe evolutive. Le finalità della proposta formativa sono: esplorare il mondo delle emozioni e dei sentimenti che

abitano la vita di ognuno e influenzano le relazioni con se stessi e con gli altri; favorire l'espressione del proprio mondo emotivo nel rispetto di tempi, luoghi e persone; stimolare la conoscenza e l'accettazione di sé permettendo di cogliere le differenze degli individui dando valore a ciascuno in quanto unico e irripetibile; favorire le relazioni interpersonali a livello del gruppo classe stimolando la capacità di ascolto, di rispetto e l'accettazione delle differenze. L'approccio metodologico considera il gruppo classe come soggetto e strumento del processo formativo. I criteri di riferimento metodologico prevedono che l'intervento sia:

- inter-attivo perché la metodologia esperienziale che parte dalle conoscenze, dalle informazioni e dai vissuti degli alunni è la forma privilegiata affinché le nuove informazioni non rimangano un astratto bagaglio teorico, ma servano a spiegare e a trovare risposte agli interrogativi degli stessi.
- flessibile per rispondere ai bisogni e alle domande emerse inerenti alle tematiche trattate.
- dinamico per coinvolgere e favorire il confronto fra i partecipanti attraverso lavori di gruppo ed attivazioni.

Educare la relazione. Per una gestione non violenta dei conflitti

La proposta formativa per ragazzi e genitori si prospetta come un contributo specifico a sostegno di un'azione educativa più ampia e completa, finalizzata alla formazione di "persone" consapevoli della loro identità personale perciò capaci di stabilire positivi rapporti interpersonali. I ragazzi vengano considerati nella globalità del loro essere, aiutati a conoscersi per costruire la propria maturità che si esprime anche nella capacità di riconoscere e affrontare la dimensione conflittuale della relazione, con la finalità di favorire la conoscenza di sé e migliorare le relazioni interpersonali degli alunni tra di loro e con il mondo adulto. Sono previsti in modo integrato anche degli incontri con i genitori senza dare risposte precostituite, ma fornendo delle possibili "indicazioni di percorso", tra le quali ciascuno possa scegliere sulla base della propria esperienza. Si propongono quattro incontri con i ragazzi con un momento di verifica e restituzione finale. Parallelamente proponiamo due incontri con i genitori nei quali verranno trattate le stesse tematiche svolte con i ragazzi, in modo da facilitare il naturale contributo dei genitori al progetto nell'ambito delle loro relazioni con i figli. Per gli insegnanti si prevede un incontro di presentazione ed uno di restituzione.

Percorso di educazione affettiva alimentare

Un'alimentazione equilibrata è strettamente legata al rispetto di sé e alla possibilità di scegliere in modo libero e autonomo. Vi sono situazioni in cui la ragione è sopraffatta dal sentimento e la modalità alimentare diventa specchio di un disagio. Il percorso proposto offre ai ragazzi e ai genitori alcuni spunti per riflettere sulle proprie abitudini alimentari, sui fattori emotivi e relazionali che influenzano il proprio stile di vita, acquisendo maggiore capacità critica sulla valutazione di sé e sul rapporto con se stessi e con gli altri. Il cibo può essere utilizzato come mezzo per evadere dal punto di vista emotivo da una situazione difficile che mette ansia o fa paura. A volte può nascondere un disagio più profondo che non va sottovalutato. È importante che i genitori vengano sostenuti nel loro difficile compito educativo nel riconoscere e individuare preventivamente nei loro figli i segnali di disagio mascherati da un alterato rapporto con il cibo.

Le finalità e gli obiettivi individuati dalla proposta formativa sono i seguenti:

- educare al corretto comportamento alimentare e stile di vita sano (in un'ottica di prevenzione del sovrappeso, obesità e disturbi del comportamento alimentare).
- migliorare la comunicazione affettiva in famiglia attraverso l'espressione di sé nel rispetto e nell'ascolto di sé e dell'altro.

- fornire indicazioni su cosa sono i disturbi del comportamento alimentare, chi colpiscono, come si curano.
- promuovere la consapevolezza genitoriale nel sostenere i figli nel loro difficile percorso di crescita alla ricerca di corpo da abitare e di un'identità da costruire.

Il percorso prevede la partecipazione attiva dei ragazzi, dei genitori e degli insegnanti.

Educare la comunicazione

Cellulari, SMS, chat line, blog, forum di discussione, Second Life, videogiochi, iPod, mp3, sono ormai entrati a far parte della quotidianità dei ragazzi, influenzando il loro modo di comunicare, di rappresentarsi e di relazionarsi. L'assenza dei vincoli tradizionali della comunicazione ha permesso la nascita di identità alternative e innovative, legate proprio al particolare ambiente in cui esse crescono. Gli interrogativi che gli insegnanti e i genitori sono chiamati a fronteggiare sono nuovi e radicali: che fare di fronte al crescente disagio giovanile, e come rispondere alla sempre più frequente appropriazione di linguaggi e autonomia espressiva proprie delle nuove tecnologie? Come recuperare il ruolo di mediazione, la funzione educativa e la capacità comunicativa della scuola e dei genitori?

Il percorso intende: rendere i ragazzi capaci di comprendere che il loro "essere" passa anche e soprattutto attraverso il loro modo di comunicare e di mettersi in relazione con l'altro; far riflettere i ragazzi sul tempo che dedicano ai nuovi media e che cosa cercano in essi; riconoscere l'incidenza che i nuovi mezzi di comunicazione hanno nella quotidianità delle persone; accrescere la consapevolezza da parte di ragazzi, educatori, insegnanti e genitori sui rischi di Internet e sulla navigazione sicura; essere in grado di interagire con l'universo dei media in modo critico e creativo, acquisendo una nuova competenza mediale per essere a pieno titolo cittadini di questo tempo.

Si propongono quattro incontri con i ragazzi, parallelamente si attivano tre incontri con i genitori dove verranno trattate le stesse tematiche svolte con i preadolescenti in modo da facilitare il naturale contributo dei genitori al progetto nell'ambito delle loro relazioni con i figli. Per gli insegnanti è stato elaborato un percorso che vede un incontro di presentazione agli operatori della classe con la quale lavoreranno e uno di restituzione alla fine del percorso svolto in classe.

Progetto di Orientamento Scolastico rivolto alle scuole secondarie di primo grado. *Conoscere, Conoscersi, Progettare, Decidere.*

I rapidi mutamenti della società attuale, il superamento veloce di idee e contenuti, l'esigenza di nuovi modi di pensare, di comportarsi, di rapportarsi con gli altri, di comunicare mettono sempre più in luce l'importanza dell'orientamento, attraverso le varie agenzie di socializzazione tra cui, in primo luogo, è la scuola ad avere le maggiori possibilità di intervento. L'azione della scuola nell'orientare i ragazzi ad una scelta consapevole deve tuttavia, nell'attuale situazione avere sia una valenza informativa, ma soprattutto formativa, secondo lo stesso dettato legislativo. Questo prevede infatti e prefigura un'ipotesi di orientamento a più dimensioni; non più solo orientamento per scelte relative all'ambito scolastico o lavorativo, ma anche orientamento alla vita, per delineare cioè, in un percorso formativo continuo, un personale progetto che parta dalla capacità di scegliere conoscendo la realtà, ma anche e soprattutto se stessi. L'acquisire capacità di comunicare, di trovare le informazioni necessarie, di continuare a formarsi, di saper usare le proprie conoscenze appare attualmente più importante che non il possedere molte conoscenze o il fare, a tutti i costi, la scelta perfetta, stereotipo ancora diffuso anche se messo in discussione.

Orientare non significa più, o non significa solamente trovare la risposta giusta per chi non sa cosa fare, ma diventa una ulteriore possibilità per mettere il soggetto in formazione in grado di conoscersi, scoprire e potenziare le proprie capacità, affrontare i propri problemi.

Imparare che si può scegliere, oltre che imparare a scegliere sapendo che cosa e come e verificando le proprie scelte, rende meno astratto il percorso e riduce i rischi legati allo scarso collegamento con la realtà in un aleatorio confronto con immagini idealizzate, tipico dell'adolescenza.

Gli incontri per i genitori vengono proposti dando utili riferimenti per rispondere ad alcuni interrogativi che più frequentemente si pongono a riguardo del percorso di vita del proprio figlio, senza dare risposte precostituite, ma fornendo delle possibili "indicazioni di percorso", tra le quali ciascuno possa scegliere sulla base della propria esperienza.

L'intervento di orientamento si pone l'obiettivo di ascoltare e comprendere attitudini, aspettative, capacità e progettualità di ogni studente con particolare riferimento al contesto familiare e scolastico in cui vive.

Il percorso prevede la partecipazione attiva dei ragazzi, dei genitori e degli insegnanti.

Il **CONSULTORIO FAMILIARE ZELINDA** ha sede in:

via Fratelli Calvi

Trescore Balneario.

Telefono 035.4598380

email: zelinda@consultoriofamiliarebg.it

sito internet: www.consultoriofamiliarebg.it

