

DIMMI DI NO

07 mar 2019 ore 20.30

presso l'Aula Magna della Biblioteca

Il bisogno di contenimento e guida nei bambini e negli adolescenti.

a cura della Dott.ssa Mirna Zambelli

**In collaborazione con la
biblioteca civica**



CURRICULA COLLABORATORI:

Dott.ssa Cristina Boniotti

Psicopedagogista specializzata nell'orientamento scolastico e lavorativo, consulente familiare.

Dott.ssa Mirna Zambelli

Psicopedagogista, educatrice e consulente specialista in bisogni didattici educativi e familiari.

Dott.ssa Milena Berti

Educatrice alla salute autrice di 13 monografie sulle relazioni tra alimentazione e salute.

Dott.ssa Mara Campadelli

Psicologa, Psicoterapeuta, esperta età evolutiva, Formatrice.

**BIBLIOTECA DEL
SALO'TTO DELLA CULTURA
"SEBASTIANO PARIDE DI
LODRONE"
VIA LEONESIO 4
SALA CONFERENZE**



COMUNE DI SALÒ
*Assessorato ai Servizi Sociali
Pari Opportunità
Politiche Giovanili
Comitato Asilo Nido Comunale*

LA FUCINA DELLE IDEE

**per una Salò che cresce,
respira e partecipa**

2019

**Proposte per genitori,
ragazzi e adolescenti
...insomma...
per tutti**

PER TUTTI:

NELLE TUE MANI UN "LIFTING" PERFETTO

2 INCONTRI

7 e 14 feb 2019 ore 20.30

presso l'Aula Magna della Biblioteca

Chi ha detto che il nostro cammino verso l'AUTOSTIMA non debba incominciare dall'essere più belli? Questo vuol dire avere un viso luminoso, poter ridere con gli occhi, con la bocca, con le guance! Più si invecchia e più la pelle si spegne, i muscoli facciali non rispondono nello stesso modo e si formano quelle ferite interiori, quelle tensioni profonde che sono le rughe. Ci sono visi che guarderemmo sempre, che sembrano bellissimi anche se sono imperfetti. Sono visi pieni di espressioni, di vita e di fascino. Durante le serate apprenderai con l'aiuto di una professionista, le tecniche base di **auto-massaggio e ginnastica facciale**.

a cura della Dott.ssa Cristina Boniotti

ALIMENTAZIONE PER LA SALUTE

28 feb 2019 ore 20.30

presso l'Aula Magna della Biblioteca

Serata informativa sull'educazione alimentare basato sui principi del medico e ricercatore austriaco Franz Xaver Mayr: alimentazione corretta, stile di vita sano e disintossicazione quale metodo per mantenersi in salute fino a tarda età.

a cura della dott.ssa Milena Berti

PER GENITORI E BAMBINI:

IL BAMBINO E LA TECNOLOGIA

24 gen 2019 ore 17.30

presso l'Aula Magna della Biblioteca

Pc, tablet e smartphone sono strumenti che regalano infinite possibilità di crescita e divertimento: si può scoprire il mondo, acquisire conoscenza, divertirsi e socializzare. Le nuove tecnologie, tuttavia, hanno anche un lato oscuro, che può portare i più giovani ad isolarsi, a perdere la capacità di concentrarsi, studiare ed interagire normalmente. Senza un'adeguata guida i bambini tendono a trascorrere troppo tempo utilizzando smartphone, tablet e pc: un comportamento negativo che, soprattutto nell'infanzia, può

provocare rischi per la salute. Questi saranno alcuni spunti su cui riflettere insieme durante l'incontro.

a cura della dott.ssa Mara Campadelli

COME GESTIRE I CAPRICCI

31 gen 2019 ore 17.30

presso l'Aula Magna della Biblioteca

Quando i bambini fanno i capricci l'unica cosa che i genitori desiderano è che smettano. Ma come bisogna comportarsi e perché i bambini fanno i capricci? Rifletteremo insieme su questi interrogati e sull'importanza per i genitori di capire che con i capricci il bambino sta cercando di dire qualcosa.

a cura della dott.ssa Mara Campadelli

RABBIA? PARLIAMONE!

21 feb 2019 ore 20.30

presso l'Aula Magna della Biblioteca

Cosa scatena la rabbia? Che funzione ha? Quanto influenza le nostre relazioni ed il nostro benessere psicofisico? E' possibile gestirla? Sono i bambini a farci arrabbiare o noi a far arrabbiare loro? Incontro rivolto ai genitori, educatori ed a tutti gli interessati al mondo delle emozioni.

a cura della dott.ssa Mirna Zambelli