



Quando sboccia una donna

Percorso per mamme e ragazze 9 -13 anni

Seconda edizione dal 16 novembre al 22 dicembre 2018

Mattarello, sede mamme-insieme, via Poli,13

In collaborazione con ostetrica Valentina Piazzera di Fenarete (348 8893606)

Per informazioni e iscrizioni: info@mamme-insieme.it

Il corso prevede cinque incontri di due ore ciascuno, il primo rivolto solo alle mamme, tre con le piccole donne e uno conclusivo con mamme e figlie.

Calendario

Venerdì 16 Novembre	H 18.00-20.00	solo mamme
Sabato 24 Novembre	H 10.00-12.00	solo ragazze
Venerdì 7 Dicembre	H 17.00-19.00	solo ragazze
Sabato 15 Dicembre	H 14.00-16.00	solo ragazze
Sabato 22 Dicembre	H 10.00-12.00	mamme e ragazze

(data da confermare con i partecipanti)

Si consiglia un abbigliamento comodo, di portare con sé i colori (matite o pastelli a cera/olio, possibilmente non pennarelli) anche per il primo incontro.

Per le ragazze anche un foulard o sciarpa leggera.

"... affinché le bambine conoscano fin da piccole il grande tesoro che sono, perché le ragazze scoprano le farfalle che portano dentro e le donne facciano pace e si innamorino del proprio ciclo mestruale".

L'arrivo della prima mestruazione, il Menarca, i cambiamenti che essa comporta, possono essere vissuti dalle giovani donne e dalle loro famiglie con qualche difficoltà.

Il contesto sociale, che poco valorizza questo momento così speciale e importante, porta con sé solo gli elementi più negativi di questa fase di passaggio dall'essere bambina al diventare donna.



La ciclicità femminile è invece un punto di forza da conoscere e valorizzare, per poter vivere con serenità e consapevolezza tutti i grandi cambiamenti e camminare con sicurezza e fiducia nella vita.

Questi incontri vogliono essere un percorso di accompagnamento alla prima mestruazione e alla ciclicità femminile, con l'obiettivo di capirne il significato profondo, il valore e l'enorme potenziale.

Proponendo lavori specifici sulle Mestruazioni (disegni, racconti...), sul corpo che cambia, sulla sessualità e attraverso il lavoro corporeo, si offre una visione più attenta e rispettosa della vita e della natura e un imprinting positivo verso un'esistenza ciclica di cambiamenti quali sessualità e futura maternità più consapevoli e in accordo con i propri bisogni.