

## **MI PRENDO CURA DI ME**

### **Laboratorio di musica e formazione per genitori di bambini 0-6 anni**



Il laboratorio di 4 incontri, tramite esperienze sonoro-musicali e momenti di confronto, vuole essere uno spazio e un'occasione per ascoltare e gestire le proprie emozioni in relazione al ruolo genitoriale, esplorare forme di comunicazione per relazionarsi con il proprio figlio/a e prendersi cura di sé, dedicando del tempo al proprio benessere psico-fisico. **Negli incontri, sorseggiando un buona tisana, si desidera accogliere gli interrogativi dei partecipanti**, permettendo uno spazio di confronto tra mamme in un dialogo libero di condivisione di difficoltà, fatiche, dubbi che accompagnano la vita quotidiana.

**Il gruppo è aperto ai genitori dei servizi Infanzia 0-6 dell'Ambito Territoriale della Valle Seriana Superiore e Valle di Scalve e prevede la partecipazione di 10/13 partecipanti.**

**Mercoledì 8, giovedì 16, mercoledì 22 e giovedì 30 aprile  
dalle 14:00 alle 15:30**

Proposta condotta da  
**Alice Pezotta**  
Psicoterapeuta presso il Centro  
Famiglia Zig Zag.

*Presso la Scuola  
dell'Infanzia "Galliccioli"  
di Rovetta*

**La partecipazione è gratuita.**

Per motivi organizzativi è necessaria l'iscrizione. Si consiglia abbigliamento comodo e sporchevole.



Per Iscrizione  
["https://forms.gle/WaWYVjdPWVdMNp7h7"](https://forms.gle/WaWYVjdPWVdMNp7h7)  
**CLICCA QUI**  
O tramite Codice QR



L'iniziativa è promossa dal Comune di Clusone, dall'Ambito Territoriale Valle Seriana Superiore e Valle di Scalve, dal Comitato Pedagogico territoriale e attuata in collaborazione con la Fondazione Angelo Custode c/o Consultorio Familiare Santa Gianna Beretta Molla.

**CENTRO FAMIGLIA ZIG ZAG**

via XXV Aprile, 1 - Clusone

tel. 035.0072310 [clusone@fondazioneangelocustode.it](mailto:clusone@fondazioneangelocustode.it)