

# A Viadana al via l'esperienza di auto mutuo aiuto con il Centro di consulenza familiare Ucipem

Il Centro di consulenza familiare Ucipem di Viadana promuove due iniziative gratuite per dare una mano ai cittadini e alle famiglie in alcuni momenti delicati dell'esistenza, come la sofferenza psicologica e la pubertà.

La prima iniziativa prende il nome di **"Progetto Ama"**. L'acronimo sta per "Auto mutuo aiuto": l'idea è di mettere in relazione persone che, a seguito di particolari vicissitudini personali, si trovino nella necessità di aprirsi e confrontarsi per ritrovare sorriso e fiducia. In zona non esistono esperienze simili, tranne quella degli Alcolisti Anonimi. «Il gruppo – spiegato al consultorio – si rivolge a persone che vivono o hanno vissuto gravi prove, come lutti, separazioni, traumi e patologie invalidanti. Attraverso il dialogo tra i partecipanti, ognuno potrà comprendere meglio ciò che ha vissuto, ascoltare le esperienze altrui, liberare il pianto, trovare magari consigli utili e motivi di ispirazione». Obiettivo: cercare le risorse per superare le situazioni di difficoltà.

Ogni gruppo sarà dotato di un facilitatore: una persona che ha a sua volta sofferto, e che è stata debitamente formata a ricoprire il ruolo. Suo compito non sarà fornire soluzioni e imporre risposte, bensì moderare il confronto, dare parola a ognuno dei presenti, agevolare lo scambio di impressioni e riflessioni, aiutare i partecipanti a condividere le proprie risorse e a sostenersi reciprocamente.

Le persone interessate terranno un colloquio preliminare con

la consulente familiare: i gruppi saranno infatti costituiti in modo da mettere assieme cittadini con vissuti analoghi. Ogni gruppo sarà composto al massimo da dodici persone. Le riunioni, da un'ora e mezza circa, avranno cadenza settimanale.

Il Centro di consulenza familiare promuove inoltre il percorso **"Il mio corpo che cambia. Laboratorio per mamme e figlie 9-13 anni"**: attività ludiche e interattive per affrontare il tema della corporeità, rafforzare i legami affettivi, fornire una visione positiva della femminilità. «L'obiettivo è di aiutare mamme e figlie ad affrontare tematiche delicate in un clima di confidenza e complicità, affinché le più giovani possano acquisire consapevolezza del significato di sessualità e femminilità, e imparino a non abusare del proprio corpo, bensì a valorizzarlo». In futuro si vorrebbe ampliare l'iniziativa alle ragazze 10-14 anni e al rapporto papà-figli maschi.

Per informazioni, rivolgersi allo 0375 781436. Il consultorio Ucipem è presieduto da don Angelo Maffioletti, ha sede in via Garibaldi 52, e apre al pubblico il lunedì e giovedì dalle 15 alle 19, e il martedì, mercoledì e venerdì dalle 9 alle 12.