



Gruppo mamme in cammino

Un percorso di gruppo per donne alla ricerca di un nuovo equilibrio

Famiglia, bisogni personali, ritmi lavorativi, bisogni dei figli: l'esperienza della maternità è intensa, coinvolgente e anche faticosa. Come Consuntorio proponiamo uno spazio di gruppo per donne che vivono questa fase di vita, quella di una ricerca di un nuovo equilibrio tra tutti gli elementi che caratterizzano l'essere donna e mamma.

L'obiettivo del gruppo? Concedersi uno spazio per prendersi cura di sé, scoprire e attivare risorse per cambiamenti possibili a nostra misura, accettare le nostre fatiche e fragilità, condividere problemi e aiutarsi reciprocamente a trovare percorsi originali per la crescita propria e delle nuove generazioni.

È possibile tutto ciò? In questi anni il gruppo Mamme in cammino ha sperimentato che sì, è possibile! Come? Con parole, emozioni, vissuti, attività molto concreti, sempre in connessione con la vita e da ricondurre al cuore... Attenzione, questo funziona soprattutto con un ingrediente segreto: il gruppo! Perché è insieme che si può uscire dall'idea del dover fare tutto da sole, insieme si può ripensare la propria esperienza e rileggerla con occhi diversi, grazie allo scambio con gli altri, insieme ci si ascolta mettendo in comune esperienze, dubbi, domande.

Insieme si sperimenta e si costruisce una rete fatta di legami e di sostegno reciproco.

Tutte le mamme sono attese e accolte in questo gruppo, per far parte di quell'insieme attraverso cui si riesce a capire il perché di alcuni ostacoli, è più facile comprendere come superarli e si può anche ridere sugli ostacoli superati e alleggerirsi.

Il gruppo si ritrova il venerdì, una volta al mese, dalle 21 alle 22.30, la partecipazione è gratuita: è possibile avere maggiori informazioni e iscriversi in qualunque momento inviando un proprio recapito alla mail info@consuntorioinsieme.it

Daniela e Maristella, le facilitatrici del gruppo, vi richiameranno al più presto per iniziare questo cammino... insieme!