

- **Oggetto:** Il tormentone dei compiti, 10 nov 2019, Consultorio Familiare Basso Sebino
- **Data ricezione email:** 10/12/2019 09:47
- **Mittenti:** Vedovati Bruno - Gest. doc. - Email: bvedovati@consultoriofamiliarebg.it
- **Indirizzi nel campo email 'A':**
- **Indirizzi nel campo email 'CC':**
- **Indirizzo nel campo 'Rispondi A':** Vedovati Bruno <bvedovati@consultoriofamiliarebg.it>

Testo email

Segnaliamo l'interessante incontro:

Il tormentone dei compiti

Quando arriva il momento di svolgere i compiti per casa sembra il preludio di una battaglia. Come fare quando il bambino non sembra interessato a ciò che si fa a scuola o non dà importanza ai compiti, rimanda il momento in cui iniziare lo studio o non si sente capace di far fronte alle richieste? Il ragazzo non riesce a cominciare, proseguire,

pianificare e organizzarsi senza un genitore, non sa bene come studiare o adotta modalità troppo dispendiose o inefficaci? Quali le possibili strategie per rendere più efficiente lo studio a casa senza compromettere la relazione genitori-figli?

Consulta il volantino: [Il tormento dei compiti](#)

martedì 10 novembre ore 20.30

Conduce:

Facco Gisolfo

Psicologo - Psicoterapeuta del Consultorio Familiare Basso Sebino.

Ingresso libero e gratuito.

CONSULTORIO FAMILIARE BASSO SEBINO

via Roma, 35

Villongo

tel. 035.0072320 villongo@consultoriofamiliarebg.it;

Orari di apertura della segreteria: lunedì 9.00 - 13.00; martedì 9.00 -13.00, 13.30 -18.00;
giovedì 9.00 - 13.00, 13.30 - 17.00.

Ecco come raggiungerci, scarica le indicazioni: [Siamo qui](#)

Per consultare le nostre iniziative via Internet sul sito del Consultorio [Eventi](#)

Puoi trovarci anche su Facebook al seguente link [Facebook](#)

Sostieni il Consultorio Familiare Basso Sebino donando il tuo [5 per 1000](#)

Visiona la carta dei servizi del Consultorio Familiare Basso Sebino: [Carta dei Servizi](#)

Per conoscere il Consultorio Familiare Basso Sebino consulta il [Bilancio Sociale 2018](#)

CON LA FAMIGLIA

via Roma, 35 - Villongo

tel. 035.0072320 villongo@consultoriofamiliarebg.it;

<http://www.consultoriofamiliarebg.it/>

Per consultare le nostre iniziative via Internet sul sito [Eventi](#)

Ente gestore:

Fondazione Angelo Custode Onlus

Sede legale Fondazione: piazza Duomo n. 5 - 24129 Bergamo - C.F. e P.I. 03385420165

tel. 0350072100 - email: fondazioneangelocustode@curia.bergamo.it - pec:
fondazioneangelocustode@legalmail.it

Chiediamo cortesemente di promuovere l'importante iniziativa al fine di poter essere di aiuto in modo efficace a quanti desiderano condividere e conoscere aspetti della vita personale e familiare.

Grazie per la collaborazione.

Il Coordinatore del Consultorio Familiare Basso Sebino

dott. Bruno Vedovati

Segue il promemoria delle proposte in programma nelle prossime settimane:

martedì 10 dicembre 2019 ore 20.30

Il tormento dei compiti

Quali le possibili strategie per rendere più efficiente lo studio a casa senza compromettere la relazione genitori-figli?

Consulta il volantino: [Il tormento dei compiti](#)

Conduce: Facco Gisolfo, Psicologo - Psicoterapeuta del Consultorio Familiare Basso Sebino.

mercoledì 11 dicembre, giovedì 19 dicembre e 8, 16, 23 gennaio 2019
ore 20.00

La coppia attende un bambino/a

La nascita come esperienza di coppia e di apertura alla vita. Percorso di cinque incontri.

necessaria la preiscrizione

Consulta il volantino: [La coppia attende un bambino](#)

Conducono: Lina Vanoncini, Educatrice Professionale presso il Consultorio Familiare Basso Sebino. Patrizia Ambrogio, Ostetrica presso il Consultorio Familiare Basso Sebino. Diego Mosca, Educatore Professionale presso il Consultorio Familiare Basso Sebino.

sabato 14, 28 dicembre 2019 dalle 10.00 alle 12.00

Spazio allattamento e pesata

È uno spazio di libero accesso, gratuito, rivolto alle mamme con i loro bambini da 0 a 6 mesi, per condividere dubbi, interessi e idee riguardanti la cura, l'allattamento e la crescita dei neonati.

Consulta il volantino: [Spazio allattamento e pesata](#)

Conduce: Patrizia Ambrogio, Ostetrica presso il Consultorio Familiare Basso Sebino.

Con la Famiglia - Villongo - Fondazione Angelo Custode onlus

lunedì 27 gennaio 2020 dalle 20.00 (ciclo di 5 incontri)

La forza del movimento

Corso di ginnastica per il pavimento pelvico.

Consulta il volantino: [Corso di ginnastica per il pavimento pelvico](#)

necessaria la prescrizione

Conduce: Patrizia Ambrogio, Ostetrica presso il Consultorio Familiare Basso Sebino.

Con la Famiglia - Villongo - Fondazione Angelo Custode onlus

giovedì 30 gennaio 2020 dalle ore 20.30 (ciclo di 6 incontri)

Corso di Training Autogeno

Per imparare a rilassarsi e gestire lo stress

necessaria la prescrizione

Consulta il volantino: [Corso di Training Autogeno](#)

Conduce: Mara Marini, Psicologa - Psicoterapeuta del Consultorio Familiare Basso Sebino.

martedì 11 febbraio 2020 dalle 10.00 (ciclo di 13 incontri)

Donne in attesa. Corso per la preparazione al parto.

Partorire e diventare genitori in modo consapevole

necessaria la preiscrizione e colloquio

Consulta il volantino: [Donne in attesa](#)

Conducono: Patrizia Ambrogio, Ostetrica presso il Consultorio Familiare Basso Sebino.

Lina Vanoncini, Educatrice Professionale presso il Consultorio Familiare Basso Sebino di Villongo.

giovedì 20 febbraio 2020 ore 10.00

Il cerchio delle mamme

Percorso di 8 incontri per mamme e piccini zero-tre mesi.

necessaria la preiscrizione

Consulta il volantino: [Il cerchio delle mamme](#)

Conducono: Lina Vanoncini, Educatrice Professionale presso il Consultorio Familiare Basso Sebino.
Patrizia Ambrogio, Ostetrica presso il Consultorio Familiare Basso Sebino.

Con la Famiglia - Villongo - Fondazione Angelo Custode onlus

giovedì 20, 27 febbraio e 5 marzo 2020 ore 13.45 - 15.30

Un amore di fratello

Laboratorio di tre incontri sull'arrivo di un fratellino.

Consulta il volantino: [Un amore di fratello](#)

necessaria la preiscrizione

Conduce: Lina Vanoncini, Educatore Professionale presso il Consultorio Familiare Basso Sebino.

giovedì 12, 19, 26 marzo 2020 dalle ore 17.00 alle 18.15 (bambini e genitori),
giovedì 2 aprile ore 17.00 (solo genitori)

A che gioco giochiamo?

Percorso rivolto a genitori e bambini di età 12-24 mesi.

necessaria la preiscrizione

Consulta il volantino: [A che gioco giochiamo?](#)

Conduce: Lina Vanoncini, Educatrice Professionale presso il Consultorio Familiare Basso Sebino.

Con la Famiglia - Villongo - Fondazione Angelo Custode onlus

sabato 4 e 18 aprile 2020 dalle ore 15.00 alle 18.30 (madre e figlie),
giovedì 16 aprile alle ore 20.30 (solo mamme)

Il corpo racconta

Incontri per mamma e figlia (dalla quinta elementare alla seconda media) per scoprire i processi segreti del ciclo femminile.

necessaria la preiscrizione

Consulta il volantino: [Il corpo racconta](#)

Conduce: Carla Finazzi, Ostetrica e animatrice di corsi di educazione sessuale del Consultorio Familiare Basso Sebino.

Visto il numero crescente di richieste di visite ginecologiche e visite ostetriche (gravidanza fisiologica) da settembre verrà potenziato tale servizio presso il Consultorio Familiare Basso Sebino di Villongo.

Oltre all'ormai consolidata presenza della dott.ssa Luisa Carrara al martedì dalle ore 9.00 alle ore 15.00; da lunedì 2 settembre sarà disponibile anche la ginecologa dott.ssa Maria Libera Augello, tutti i lunedì dalle ore 15.00 alle ore 18.00.

L'**Ambulatorio Ginecologia** del Consultorio Familiare Basso Sebino offre prestazioni sanitarie di assistenza specialistica ambulatoriale.

Le principali attività previste sono:

- controllo e check-up ginecologico;
- assistenza specialistica alla donna dalla pubertà alla menopausa;
- informazioni e sostegno alla donna con problematiche specifiche;
- irregolarità del ciclo;
- prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse;
- consulenze varie relative alla sterilità, infertilità e alle patologie sessuali della coppia e del singolo;
- problematiche legate alla sfera sessuale;
- aspetti medici della fase di menopausa;
- consulenze e visite prematrimoniali e pre concezionali per la valutazione degli aspetti medici;
- consulenze ginecologiche per la scelta dei metodi di regolazione delle nascite; insegnamento sull'uso dei metodi naturali e sull'esercizio della sessualità.

Le donne che hanno una esenzione ticket possono usufruire del sistema sanitario e in base alla tipologia di esenzione la prestazione è gratuita. Per questa situazione l'accesso e la prenotazione avviene per tramite di impegnativa medica (89261- prima visita ginecologica). Il Consultorio Familiare Basso Sebino effettua queste attività il lunedì dalle ore 9.00 alle ore 12.00.

Per le donne che non hanno forme di esenzione la Fondazione Angelo Custode onlus effettua le visite ginecologiche nella modalità a solvenza. Servizio "Con la Famiglia - Villongo" (c/o Consultorio Familiare Basso Sebino).

Non è necessaria l'impegnativa medica e il costo è di 52 euro (consulenza - visita - ecografia). Il lunedì dalle 15.00 alle 18.00 e il martedì dalle 12.00 alle 15.00.

Breve presentazione delle due ginecologhe:

- dott.ssa Luisa Carrara, esercita come ginecologa dal 2013, dopo un periodo di attività presso l'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano come ginecologa oncologa, dal 2014 opera presso il Consultorio Familiare Basso Sebino di Villongo e Consultorio Familiare Zelinda di Trescore Balneario.
- dott.ssa Maria Libera Augello, esercita come ginecologa dal 2015, dopo un periodo di attività presso il Policlinico San Pietro, da settembre si dedicherà all'attività nel Consultorio Familiare Basso Sebino di Villongo e Consultorio Familiare Zelinda di Trescore Balneario.

Ambulatorio Ostetrico per la donna in gravidanza.

La gravidanza è un periodo speciale nella vita di una coppia, in particolare la donna vive una serie di cambiamenti fisici significativi. È un'esperienza bella e impegnativa, che richiede di accogliere, attendere, proteggere e dar spazio alla vita. È importante vivere serenamente questa esperienza indimenticabile e potersi affidare ad operatori competenti in un percorso attento al benessere della mamma e del nascituro, valorizzando la paternità e le dinamiche di coppia.

Il Consultorio Familiare Basso Sebino offre un servizio accurato di accompagnamento alla gravidanza attuando quanto indicato nelle linee guida della gravidanza fisiologica dell'Istituto Superiore di Sanità. Le figure di riferimento previste sono l'ostetrica e in alcune visite la ginecologa, ma anche la psicologa e l'educatrice professionale.

Durante i nove mesi di gravidanza c'è una lista di esami e di controlli medici da fare. È importante potersi affidare ad un servizio competente con delle sistematiche visite ostetriche di controllo (bilanci di salute) da effettuare a cadenza mensile.

È bene prenotare il primo appuntamento entro la decima settimana per avere il tempo di pianificare nel modo migliore l'assistenza alla gravidanza. In questo primo incontro-colloquio, nel quale è invitato anche il neo padre, vengono fornite tutta una serie di informazioni su come si strutturerà tutto il percorso: numero di visite, contenuti delle visite e obiettivi delle stesse. È importante avere la possibilità di esprimere i propri dubbi e tutte quelle domande che potrebbero sembrare banali ma che per chi si accinge ad affrontare una gravidanza sono molto importanti.

La proposta che facciamo di sostegno e cura della gravidanza fisiologica e prevede un pacchetto d'interventi gratuiti:

- 8/9 visite e colloqui con l'ostetrica
- 1 visita ostetrica con la ginecologa;
- 1 visita di controllo ostetrico post natale.

In modo integrato al percorso a sostegno della gravidanza fisiologica sono a disposizione altri servizi di accompagnamento:

- Percorso formativo di gruppo (training prenatale di 9 incontri) + 4 incontri di tipo psico relazionale, totale 13 incontri. Percorso gratuito previo colloquio e impegnativa medica;
- Percorso formativo di coppia di 5 incontri, gratuito;
- Percorso formativo "movimento in gravidanza" di 5 incontri a solvenza

(60 euro);

- 1 visita domiciliare dopo il parto, gratuito.

L'adesione alla proposta integrata complessiva è caldamente consigliata in quanto maggiormente efficace e consente una migliore cura all'accompagnamento alla nascita, nonché la garanzia di continuità alle varie proposte.

Referente per i percorsi di gravidanza fisiologica è l'ostetrica dott.ssa Patrizia Ambrogio, che opera dal 2012 presso il Consultorio Familiare Basso Sebino di Villongo.

L'accesso e la prenotazione avviene per tramite di impegnativa medica (89.26.8 Bilancio di Salute Ostetrico prima visita).

Pap Test

Il Pap Test rappresenta attualmente la misura di prevenzione più efficace per individuare e trattare precocemente i tumori maligni del collo dell'utero.

Fare dei controlli preventivi rappresenta quindi una scelta importante per salvaguardare la propria salute.

L'esecuzione del Pap Test ogni tre anni (per donne di età tra i 25 - 65 anni) permette un'efficace prevenzione dei tumori maligni del collo dell'utero e offre la possibilità di sottoporsi gratuitamente a questo esame.

Il Pap test è un esame veloce e indolore e assolutamente non invasivo. Il prelievo è operato dall'ostetrica dott.ssa Patrizia Ambrogio, che opera dal 2012 presso il Consultorio Familiare Basso Sebino di Villongo.

Il costo della prestazione per quante non hanno esenzione ticket è di 19,55 euro.

L'accesso e la prenotazione avviene per tramite di impegnativa medica (91484 - prelievo citologico, 91385 Esame citologico cervico vaginale).

Il servizio si caratterizza per la facilità di accesso e per la tempestività nella risposta, ma anche per la professionalità, l'attenzione, l'ascolto e l'accoglienza.

Per le informazioni e la prenotazione è a disposizione la segreteria del Consultorio

chiamando al 035.0072320 o comunicando via mail:
villongo@consultoriofamiliarebg.it;

un pensiero:

"Ci sono sguardi che dicono tutto...
e parole che non esprimono nulla"
Tommaso Ferraris

Per la cancellazione dalla mailing list del Consultorio Familiare Basso Sebino basta inviare una e-mail a bvedovati@consultoriofamiliarebg.it, indicando esplicitamente "cancellazione mail Basso Sebino".