N. 3 · DICEMBRE 2025

LA CASA NEWS

Rivista fondata da don Paolo Liggeri nel 1941

Il corpo non mente

Adozione i primi mesi insieme

Corsi e Gruppi 2026

Racconti di vita

Rivista quadrimestrale LA CASA - dicembre 2025 - n. 3 - anno XXVII - Aut. del Trib. n. 737 del 28/10/1998. Poste Italiane s.p.a. - Spedizione in Abbonamento Postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n° 46) art 1, comma 2, LO/MI. In caso di mancato recapito inviare a CMP Roserio per la restituzione al mittente previo pagamento resi.

DICEMBRE 2025 - ANNO XXVII - N. 3

LA CASA NEWS
Fondata da don Paolo Liggeri nel 1941

Quadrimestrale di cultura familiare e di informazione dei servizi per la famiglia dell'Istituto La Casa ETS

DIRETTORE RESPONSABILE:
Elena D'Eredità

REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE:
Istituto La Casa ETS · Via Colletta 31
20135 Milano
Tel. 02 55 18 92 02
E-mail: rivista@istitutolacasa.it
c/c postale n. 13191200

Registro Tribunale di Milano del 28/10/1998
Poste Italiane s.p.a. . Spedizione in Abbonamento Postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n° 46) art 1, comma 2, LO/MI

STAMPA:
Sady Francinetti · Milano
Tel. 02 64 57 329

Sommario

Editoriale 3
Luigi Filippo Colombo

Il nostro corpo non mente 4
Elena Canzi

La nostra vita, un racconto di noi 6
Beppe Sivellii

La storia di una nuova famiglia 8
Emanuela e Luca

Progetti di cooperazione 11
Associazione Hogar Onlus

Da noi o da voi? Dove serve! 12

Corsi e gruppi 2026 13

Auguri di buon Natale
e felice Anno nuovo!

Istituto La Casa

SEMPRE IN CONTATTO
Per continuare a ricevere la rivista La Casa vi invitiamo a rinnovare il vostro consenso tramite il modulo sul sito www.istitutolacasa.it
Grazie

Editoriale

Noi abbiamo conosciuto l'Amore (1^ Gv)

Percepita o non percepita, nella nuova epoca climatica delle relazioni tra gli esseri umani del post Covid, la violenza si agita e cresce, nascosta o palese, attraversando e lacerando il tessuto dei rapporti umani. Non passa giorno che non ci si debba meravigliare del suo avanzare ostinato, sia che riguardi le guerre che per noi stanno al di là del teleschermo e che dilagano oltre ogni argine di diritto internazionale, sia che riguardi le guerriglie ideologiche e distruttive che mettono a ferro e fuoco le nostre città, sia che riguardi la criminalità impavida, agìta anche da minori, con risse, accoltellamenti, omicidi, stupri, femminicidi, nelle strade e nelle mura domestiche. Basta osservare i volti ripresi nei *reportage* fotografici: tutto grida: "violenza!", tutto impersona l'odio, tutto esprime ed esplicita una disumanità che si impossessa della natura umana. Ascoltare poi le parole che accompagnano quegli atti, sia in pubblico, sia in privato, provoca sussulti di sdegno: feroci, irripetibili, irricevibili! Dobbiamo inoltre notare che sempre più spesso anche la reazione a questa violenza si traduce in altrettanta violenza, praticata o teorizzata, in altrettanto odio che anima i pensieri e riempie le parole. Parole urlate o anche mute, pesanti, offensive, che feriscono nel più profondo, che annientano l'alterità, che affermano una dittatura di pensiero, che diffondono il male e lo normalizzano. La violenza delle parole è diventata sistematica, non ascolta e impedisce l'ascolto. Si pensi ai bambini e agli adolescenti che crescono in ambienti dove impera la consuetudine del male, del trattarsi male! Quale educazione alla vita? Quale futuro personale, familiare e sociale? Quale società? Le parole cattive, lasciate alla violenza della comunicazione, in qualsiasi ambito, privato o pubblico, producono un linguaggio comune che non sa più riconoscere i confini del lecito, dell'opportuno, del dannoso, del pericoloso, cioè del bene e del male, e occupano *social media, talk show,* spesso aule parlamentari, pulpiti politici, diffondendo pessimi modelli relazionali dove la tracotanza vale più del rispetto, accaparrando *follower* e banalizzando la dignità della persona fino ad ignorarla per desuetudine. Ma noi? Il nostro operare può rimanere indifferente ad una provocazione così agguerrita e disumanizzante del mondo delle relazioni? Possiamo accontentarci di tentare di arginarne le conseguenze? Sarebbe una battaglia parziale, impari e perdente. Oggi ci è chiesto se, oltre alla tradizionale e benemerita opera che si articola nei servizi a favore delle persona e della famiglia, abbiamo ancora qualcosa da dire e perché. Certo che sì! La nostra storia, iniziata con don Paolo Liggeri dalle macerie umane della Guerra, ci apre alla sfida di "osare la pace" e ci rimanda alla *mission* da recuperare ogni giorno, specialmente in quest'Anno giubilare della Speranza. Ogni nostra attività ha il compito dell'educazione, della cura della relazione per introdurre alla vita e scoprirne il valore. Non c'è relazione senza comunicazione e non c'è comunicazione senza una parola buona, accogliente e recepibile, che crea affidabilità e simpatia, passione per il bene, per il destino dell'altro. Se è vero, come sappiamo, che ciò che esce dalla bocca esce dal cuore, occorre educare il cuore, aiutare a recuperare il rapporto tra la parola e il cuore. Parole buone, perché vere e incontrabili realmente in ciò che tentiamo di fare, sono un tassello di speranza per tutti. Questo ci compete, perché la parola buona per eccellenza, la Buona Novella, il Verbo di Dio, si è fatto carne ed abita in mezzo a noi. Noi, così, "abbiamo conosciuto l'Amore"! E il Natale ce lo ricorda.

Luigi Filippo Colombo

Il nostro corpo non mente

Che cosa ci dice e che cosa dice di noi il nostro corpo

Quel terribile mal di testa dopo il litigio con il *partner*? E quel bruciore di stomaco dopo la riunione con il capo a lavoro? E quella notte senza chiudere occhio in preda a preoccupazioni e ansie e con la testa in cortocircuito? Semplici coincidenze, fastidi supplementari che recano scocciature o segnali autentici di ciò che accade a livello interiore?
Oggi le neuroscienze documentano sempre di più il fatto che la persona umana, fin dal concepimento nella vita intrauterina, è un'unità integrata di mente e corpo, dimensioni che si compenetrano e si influenzano in modo reciproco. I pensieri e le emozioni sono profondamente radicati nel corpo che riveste un ruolo centrale nel modellare i processi mentali. In rapporto bidirezionale, la nostra mente influenza il modo in cui il corpo si esprime e agisce e, allo stesso tempo, il movimento, la postura, la salute del nostro organismo attiva in modo differente la nostra mente. Non è possibile separare il mentale dal corporeo: questa è la cifra della persona umana. La mente non è un'astrazione immateriale, non è solo localizzata nel cervello, ma si trova anche nei piedi, nei polmoni, nel cuore, nell'addome, in tutto l'organismo. E il corpo non è semplice materia, ma carne viva che esprime un significato e racconta la storia di chi la sta agendo: noi non "abbiamo un corpo", noi "siamo il nostro corpo".
Cosa ne deriva? Che la mente ci parla non solo attraverso i pensieri, ma anche attraverso le sensazioni corporee e, nei casi di malessere, con il disturbo fisico e con la malattia. Già la prima tradizione psicoanalitica aveva compreso che ogni conflitto psichico, crisi relazionale, o esperienza traumatica si struttura anche a livello corporeo, per esempio sotto forma di tensioni muscolari croniche (come le cefalee, le gastriti, le cervicalgie, le lombalgie, etc.), oppure sotto forma di restrizioni del respiro o limitazioni del movimento corporeo e della sua espressività.
I detti popolari ci vengono in aiuto per sentire questo intreccio mente-corpo: *"Non farti il fegato amaro!", "Hai uno stomaco di ferro!", "Il tuo cuore è di pietra!", "Ne ho fin sopra i capelli!".* Sono tutti modi di dire che ci raccontano quanto la rabbia inespressa possa corroderci dall'interno, quanto sia faticoso digerire e mandare giù le umiliazioni e le offese altrui, quanto una ferita affettiva e relazionale possa renderci freddi, insensibili, incapaci di provare o mostrare emozioni e quanto caricarsi di eccessive responsabilità possa causare stanchezza, esaurimento, sovraccarico e senso di pesantezza.
Essere radicati e in contatto con noi stessi ci fa sentire "con i piedi per terra"; essere vitali, energici e motivati ci fa sentire "in gamba!".
Nel campo delle professioni sanitarie, è necessario tenere conto di questa complessità e promuovere una cura di sé integrata che punti all'allineamento mente-corpo. Esistono al proposito psicoterapie a mediazione corporea, come l'Analisi Bioenergetica, che mirano a questo obiettivo, combinando il lavoro con il corpo e il lavoro con la parola: si aiuta la persona a sentire attraverso l'approfondimento del respiro le sensazioni corporee, ad esprimerle attraverso il movimento, a dare loro un significato e mentalizzarle (portarle a consapevolezza) attraverso le produzioni verbali.
Si tratta di un percorso facile? No, scendere e stare nel corpo ci mette in contatto con i limiti, con le difese e con i contenuti inconsci rimossi e negati che ci abitano. Spesso è meno faticoso sopravvivere piuttosto che vivere pienamente; spesso è più comodo adattarsi piuttosto che essere autentici.
In un'epoca digitalizzata e tecnologizzata, dove i codici di comunicazione e interazione sono all'insegna della velocità, dell'efficienza e della produttività, ascoltare il corpo è la vera rivoluzione, perché richiede lentezza, inefficienza e improduttività.
Ma il corpo non mente, non dice bugie. Il corpo mette in movimento la vita interiore, si fa messaggero di emozioni e pensieri inespressi e ci parla di continuo attraverso le contrazioni muscolari, i cambiamenti della temperatura e della pressione sanguigna, il battito cardiaco, i movimenti respiratori e in generale la vitalità e la salute dell'intero organismo.
E, allora, se desideriamo vivere in modo più autentico e consapevole a noi tocca il compito di prenderlo sul serio.

Elena Canzi
Psicologa

CONSULTORIO FAMILIARE Consulenza e orientamento familiare · Prevenzione e salute della donna · Gruppi per genitori, figli e nonni · Progetti di educazione all'affettività e sessualità nelle scuole · Formazione per operatori

COME CONTATTARCI
lunedì-venerdì 9.00-13.00 e 14.00-18.00
Tel. 02 55 18 92 02 · consultorio@istitutolacasa.it

La nostra vita un racconto di noi

"È bello scrivere perché unisce le due gioie: parlare da solo e parlare ad una folla". Cesare Pavese, Il Mestiere di vivere

Non scrivo per mestiere, ma leggo per passione. Credo che questa passione abbia origini lontane e risalga a quando, tanto tempo fa, abitavo con i miei genitori, in un casa in cui c'era una stanza con tanti libri. Erano libri di figure, libri di parole, libri vecchi e nuovi, libri per parlare insieme e farsi raccontare ciò che c'era scritto. Un giorno quei libri ho potuto sfogliarli da solo e rileggere quelle righe e riguardare quelle figure mi faceva bene perché faceva rinascere dentro di me un oggetto d'amore. Adesso, a tanti anni di distanza, penso che quel luogo abbia costituito un punto focale della mia vita. Penso che scrivere sia un mezzo per manifestare se stessi agli altri e leggere sia un mezzo per accogliere gli altri: le parole scritte sono un ponte per coprire la distanza. Leggere un libro aiuta il lettore a fare scelte importanti, a chiarirsi le idee, a capire di più, ad avere più certezze, ma anche ad avere più dubbi e più problemi. Mi sorprendo sempre al pensiero di quanti libri e riviste siano state scritte e non riesco ad immaginare di avere qualche cosa da dire che non sia stato già detto o raccontato da un altro. Dicevano gli antichi *"Quid antem litteras difficilium esse artificium"*, cioè quale mestiere è più difficile di quello di mettersi davanti a una pagina bianca con l'impegno di riempirla di cose belle, intelligenti e nuove? A volte, per scrivere, mi aiuta stare seduto a guardare i tramonti. In quei momenti, i ricordi fanno riaffiorare volti che raccontano la vita e un'epoca che ha il potere di affascinarmi con storie che profumano di favola. Altre volte, più frequentemente, sono alla scrivania del mio studio, dove cerco le parole per riuscire a trasformare i vissuti in esperienza, raccontando di viaggi, di contraddizioni, di inquietudini e di speranze. Può capitare che, all'inizio di un mio racconto, emergano dubbi o perplessità legati alla paura di "farsi vedere", di scoprirsi, di sbilanciarsi. Credo che questo sia un meccanismo di difesa, ma so anche che il pudore è sempre conseguenza del desiderio e in questo caso del desiderio di narrare idee e parole che mi alleviano il peso del tempo e rendono fluido lo scorrere dei giorni. Ho imparato strada facendo che sono umano, imperfetto e vulnerabile, che non posso piacere a tutti e che gli altri non sono obbligati a dare risposta ai miei bisogni. Allora, per poter scrivere qualche cosa di diverso, devo accettare che nulla di ciò che è umano mi è estraneo, che ogni sentimento di odio e amore, di compassione, di paura, di gioia, lo ritrovo in me stesso. In fondo già Platone ci ricordava che *"I buoni sognano quello che i cattivi fanno".* Ho capito quanto sia necessaria la comprensione di sé per non trasmettere le proprie ossessioni, la propria aggressività, le proprie ambizioni egoistiche, i propri pregiudizi ed ideologie. Ho capito quanto occorra decondizionarsi dalla supponenza che ci fa leggere e giudicare in base a ciò che sappiamo… e quello che sappiamo è poco! Credo che ognuno di noi nei confronti dell'umanità, soprattutto in un'epoca così difficile e complessa come quella attuale, debba compiere all'interno della propria unica esistenza un passo in avanti sulla strada che dalla bestia porti all'uomo. È necessario farsi piacere il difficile perché, come ci ricorda Kierkagard, "*Non è il cammino che è difficile, ma è il difficile che è cammino*" e occorre riconoscere che il bello del viaggio della vita è il susseguirsi di tante tappe, che l'importante non è la destinazione, ma il viaggio stesso. Così, nel momento in cui scrivo, penso alla persona, condividendone la sofferenza e l'amore, la libertà che viene dall'accettazione, l'entusiasmo per la vita che deriva dal donare se stessi, tenendo presente che quello che conta è la sensibilità, cioè sentire con il cuore, e aiutandosi anche con il senso dell'umorismo, il non prendersi troppo sul serio. La vita è troppo breve per trascorrerla a criticarsi per non aver raggiunto la perfezione; andiamo bene anche così come siamo, fragilità e imperfezioni comprese. Scrivere, allora, per narrare che "nella nera e fredda coperta di nuvole, ci sarà sempre uno strappo da dove potrà entrare un raggio di sole per scaldare e illuminare la terra"; scrivere per raccontare, per rendere grazie per la vita e per continuare a immaginare un mondo in cui vinca l'armonia.

Beppe Sivelli
Psicologo
psicoterapeuta

L'ANELLO D'ORO Servizio per uomini e donne che desiderano costruire un rapporto di coppia per giungere al matrimonio

COME CONTATTARCI lunedì-venerdì 11.00-13.00
Tel. 02 55 18 92 02 · anellodoro@istitutolacasa.it

La storia di una nuova famiglia

La testimonianza di Emanuela e Luca accompagnati dal nostro Ente a essere famiglia tramite l'adozione

Dopo tre anni dal mandato di incarico, finalmente arriva la chiamata: ci sono due bambini per noi! Appena ci leggono le prime pagine del *dossier* che li descrive, non abbiamo dubbi, qualcosa di inspiegabile scatta in noi, ci guardiamo e diciamo entrambi: *"Sono loro, sono i nostri figli!"*.
Siamo frastornati, ma allo stesso tempo felicissimi, al settimo cielo. Ci sembra incredibile, dopo tanto tempo, quasi non ci speravamo più.
Da credenti andiamo a ringraziare nel Santuario dedicato a Sant'Antonio da Padova vicino a casa nostra dove tante volte avevamo lasciato le nostre preghiere. Quando iniziamo a condividere la notizia con amici e parenti, alcuni ci dicono: *"Due bambini insieme? Adesso la vostra vita cambierà!"*. *"E per fortuna!"* rispondiamo noi, più sicuri che mai del nostro desiderio di formare una famiglia e pronti a realizzare quel progetto tanto agognato.
In una delle prime videochiamate, il bimbo più grande ci legge un biglietto in cui scrive: *"Ringrazio Dio di aver trovato una mamma e papà come voi"*, ci mostra un disegno in cui ci ritrae e avvertiamo già che tra di noi c'è subito una certa sintonia.
Tuttavia, prima della partenza ci assalgono alcuni dubbi: riusciremo a farci capire con il nostro spagnolo? Gli piaceranno le cose che facciamo? E il mangiare?
Ci accorgiamo presto che la lingua non rappresenta un problema, riusciamo a capirci bene, notiamo subito che il più piccolo inspiegabilmente comprende tutto e interviene quando ci sente parlare tra noi. Inoltre impariamo da loro tanto: prima di dormire ci salutano dicendo *"Sueña con papito Dios"*, un'espressione che abbiamo fatto nostra e che utilizziamo ancora oggi. Ci insegnano anche la preghiera dell'Angelo Custode, che tuttora continuiamo a recitare nella loro lingua natia.
Ci aiutano anche dei libri in spagnolo, in particolare un libro di fiabe che ci chiedono di leggere ogni sera e un libro su San Francesco d'Assisi, comperato tanti anni prima con la speranza di poterlo un giorno leggere ai nostri figli. Lo chiamano Francisco come fosse un loro amico e si appassionano molto alla sua storia.
Facciamo poi ascoltare loro canzoncine in spagnolo e italiano, tra queste anche alcune che cantiamo con il coro dei bambini in parrocchia. Pensavamo non sarebbero state di loro interesse, invece il piccolo ci sorprende dicendo: *"Me gustan las canciones de la Iglesia"*, prima del nostro rientro in Italia le avrà imparate tutte trascinando anche il fratello.
Ora fanno parte anche loro del nostro coretto.
Ricordiamo anche il primo giorno in cui abbiamo cucinato per loro in Colombia, eravamo un po' tesi e dicevamo tra noi chissà se gli piacerà. Dopo il primo cucchiaio e un attimo di silenzio sentiamo dire: *"Mama, tu cocinas rico"*, frase che da allora ci diranno spesso.
Man mano che i giorni passano, si conferma sempre di più quella sintonia che avevamo percepito fin dall'inizio e a volte abbiamo la sensazione di stare insieme da sempre. Il nostro legame si rafforza e sono loro a farci capire quanto abbiano bisogno di vicinanza fisica, di ricevere attenzioni esclusive che forse non hanno mai avuto.
La sera li accarezziamo a lungo per farli addormentare pensando a quanto ne avrebbero avuto bisogno anche prima e anche noi, in qualche modo, recuperiamo il tempo in cui non eravamo presenti nelle loro vite.
Al mattino si svegliano e vengono da noi nel lettone con i peluche, oramai inseparabili, che abbiamo regalato loro al nostro primo incontro.
Vogliono stare insieme a noi, inventare storie e giocare a nascondino con le coperte.
A volte passiamo una o due ore così prima di fare colazione e pensiamo: ma sì, in fondo questo tempo è per noi!
Dopo quasi due mesi in Colombia siamo felici di tornare finalmente a casa nostra e i nostri bimbi vengono accolti

con grande affetto da parenti e amici. Tuttavia, ci accorgiamo fin da subito che i nostri figli si sentono spaesati e molto a disagio, fanno fatica a relazionarsi con le altre persone e ci dicono persino di aver paura a giocare con altri bambini. Capiamo che per loro è difficile: volti sconosciuti, posti nuovi e una lingua diversa. Per fortuna ci vengono in aiuto

delle coppie di amici con le quali abbiamo condiviso il percorso dell'adozione e che hanno avuto l'abbinamento prima di noi.
Approfittando del periodo estivo, riusciamo ad incontrarci con loro più volte per far conoscere i rispettivi figli e farli giocare insieme; con un po' di ritrosia i nostri bimbi si lasciano guidare da noi e piano piano queste paure diminuiscono.
Capiamo dunque in questo frangente come sia stato importante costruire negli anni legami con altre famiglie adottive e poter condividere le stesse problematiche. *"Anche i nostri figli facevano cosi all'inizio"* ci dicono, *"Vedrete che poi cambieranno"* e allora andiamo avanti con fiducia. In effetti, ora che sono anche inseriti a scuola e all'asilo, l'aspetto della socializzazione è notevolmente migliorato.
Il cambiamento più grande lo abbiamo notato in nostro figlio maggiore. Ogni tanto ricordiamo ancora quello che ci dissero gli operatori in Colombia: *"È un bambino riservato, introverso che non ama il contatto fisico".*
Ora ci riempie di baci, non smette mai di parlare, esprime le sue emozioni e spesso, ancora in spagnolo ci dice: *"Te quiero mama, te quiero papa".* A noi non sembra vero vederlo così e ci riempie il cuore di gioia.
Una volta ambientati, abbiamo cominciato a pensare che era venuto il momento giusto per loro di ricevere il Sacramento del Battesimo. Il nostro parroco ci chiede se vogliamo aggiungere ai loro nomi anche un nome di Battesimo; accogliamo il suo suggerimento e non abbiamo dubbi: li chiameremo Francesco e Antonio. Ci mettiamo poi alla ricerca di un *catering* e ci vengono in mente le belle feste organizzate ogni anno da Hogar Onlus, l'Associazione dei genitori adottivi dell'Istituto La Casa che sostiene i progetti di cooperazione internazionale a favore delle adozioni.
Abbiamo sempre partecipato a questi incontri con entusiasmo e ricordiamo quante volte in quelle occasioni ci sentivamo dire *"Non mollate, i vostri bambini arriveranno"* e allora chi meglio di loro per organizzare la nostra festa di Battesimo? Così sono venuti, portando anche i loro figli, oramai giovani adulti, che hanno aiutato a servire ai tavoli e quel giorno è diventato anche un momento per far conoscere ai nostri amici e parenti la bellezza di essere famiglia attraverso l'adozione.

Emanuela e Luca

SERVIZIO PER L'ADOZIONE INTERNAZIONALE
Ente autorizzato dalla Commissione Adozioni Internazionali
Paesi: Bolivia, Cile, Colombia, Bulgaria

COME CONTATTARCI
lunedì-venerdì 9.00-13.00 e 14.00-18.00
Tel. 02 55 18 92 02 · adozioni@istitutolacasa.it

Progetti di cooperazione

Hogar Onlus: Associazione genitori adottivi Istituto La Casa

L'Associazione Hogar Onlus e l'Istituto La Casa, in modo autonomo ma sinergico, sono diventati due strumenti per raggiungere un unico obiettivo: riconoscere il diritto del minore a crescere in una famiglia, prioritariamente nella sua e nel suo paese, attraverso le iniziative di solidarietà e, quando questo non fosse possibile, nella famiglia disponibile e preparata alla genitorialità adottiva in altra parte del mondo.

I progetti

Bolivia
Progetto Famiglie
Sostegno economico per famiglie svantaggiate e con prole numerosa.
Centro medico in Cochabamba e Boyuibe
Centro per la cura della salute di poveri, bambini, donne e anziani.
Progetto giovani mamme
Per tutelare la dignità della donna, offrire sostegno socio-educativo ed economico a mamme sole e a ragazze madri.
Hogar Wasinchej di Suor Maddalena
Struttura nata per consentire a bambine e ragazze di migliorare le loro condizioni di vita, soddisfacendone i bisogni spirituali, fisici, psicologici e sociali.

Cile
Aprendiendo Siento
Il progetto si inserisce nelle azioni mirate a restituire il diritto di vivere in una famiglia amorevole per i bambini che hanno subito vulnerazioni nella famiglia d'origine.

Colombia
Centro Giovanile Villavicencio: Educo Giocando. Supporto scolastico, formazione professionale, attività ludico-educative per bambini e ragazzi dei quartieri più poveri.
Madri Capo-famiglia: Cabeza de Hogar
Aiuta le madri rimaste sole a provvedere alla casa e ai loro figli, attraverso una formazione pedagogica e professionale di base.
Borse di studio: Azione, Donazione, Formazione
Per giovani studenti che in cambio si impegnano in attività socio-educative a favore della comunità.

Romania
Case famiglia: Casa del Sorriso & Centro di Copacelù
Prevenzione dell'abbandono dei bambini, della descolarizzazione promozione del modello di cura di tipo familiare.

I progetti completi sono disponibili su: www.hogaronlus.com

Sostenere i progetti di cooperazione significa riconoscere il diritto del bambino ad essere considerato una persona in crescita e pertanto bisognoso di affetto, di salute, di educazione, di famiglia.

Per donare:
c/c postale n. 25108762
oppure c/c bancario
IBAN: IT 98 W030 6901 6311 0000 0061 545
intestati ad Associazione Hogar Onlus

HOGAR Onlus
La casa con il mondo nel cuore

Da noi o da voi?

Dove serve

L'attività di formazione: un valore circolare

Per il nuovo anno è pronto un ricco calendario di proposte di incontri, attività formative e di sensibilizzazione per genitori, famiglie, educatori, insegnanti. Gli incontri, i corsi, i gruppi, su tematiche familiari, relazionali, adottive, educative, di salute e prevenzione, che si svolgono in presenza e online, sono pubblici, aperti e gratuiti. L'impegno per l'attività formativa e informativa è costante.
Le proposte si sviluppano grazie alla competenza e alla disponibilità degli operatori dei servizi dell'Istituto La Casa, professionisti dell'area medica, psicologica, sociale e legale, ma anche grazie alla collaborazione di altre figure professionali in grado di rispondere alle tematiche emergenti di natura psicosociale e sanitaria.

La Casa non solo a casa
L'Istituto La Casa vuole essere sempre più in grado di accogliere le richieste delle comunità di riferimento, associazioni del territorio, agenzie educative, parrocchie, scuole, offrendo risposte a bisogni specifichi anche fuori dalla propria sede, lì dove è possibile essere utili.

Sostieni insieme a noi questa attività
Gli incontri di formazione, i corsi e i gruppi sono a partecipazione gratuita. Crediamo che queste iniziative siano generative di valore per tante persone e famiglie, per la comunità e per noi operatori dell'area psicosociale e sanitaria, ma sono onerose e non facilmente sostenibili.
Con il tuo aiuto, potremo sostenere in modo più adeguato i costi per l'organizzazione, la segreteria, la conduzione e potremo prevedere la produzione di materiali informativi o l'utilizzo di sale e spazi più idonei allo svolgimento delle attività. Ogni donazione è importante. Grazie per quanto potrai fare!

Corsi e Gruppi 2026

Incontri e gruppi gratuiti in presenza e online

CM - Il corpo non mente
Ciclo di 4 incontri di gruppo per imparare che cosa ci dice e che cosa dice di noi il nostro corpo
1° - Introduzione e primi ascolti. Mercoledì: 28/01
2° - Che testa pesante!
In ascolto delle tensioni del volto, del collo e delle spalle. Mercoledì: 11/02
3° - Mi manca il respiro!
In ascolto delle tensioni del torace e dell'addome.
Mercoledì: 25/02
4°- *Con la coda tra le gambe.* In ascolto delle tensioni del bacino e delle pelvi. Mercoledì: 11/03
Ore: 18.15-19.45
Conduce: Elena Canzi psicologa
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

SG - Sesso, genere, orientamento sessuale: quale rapporto tra sessualità e identità?
Mercoledì: 25/03
Ore: 18.15-19.45
Conduce: Elena Canzi psicologa
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

PER GENITORI

SP - Senti chi parla
Lo sviluppo del linguaggio nei bambini
Incontro per genitori di figli 0-5 anni
Mercoledì: 04/02
Ore: 20.00-21.30
Conduce: Vania Taverna logopedista
Modalità: online
Partecipazione gratuita

IS - Impariamo a studiare
Ciclo di 2 incontri di gruppo per genitori di figli con DSA
1° - Approfondimento su metodo di studio, strategie e strumenti
Martedì: 03/03
Ore: 21.00-22.30
Conduce: Viviana Rossetti psicologa psicoterapeuta dell'équipe DSA
2° - Il vissuto dei ragazzi a scuola e i possibili interventi
Mercoledì: 11/03
Ore: 20.30-22.00
Conduce: Sara Schiavini psicologa psicoterapeuta e tutor DSA
Modalità: online
Partecipazione gratuita

EI - Educare insieme
Come creare un clima di collaborazione tra i genitori e le altre figure educative (nonni, catechisti, allenatori) nella crescita dei figli.
Incontro per genitori di figli fino ai 13 anni.
Giovedì: 26/03
Ore: 19.00-20.30
Conduce: Sara Schiavini psicologa psicoterapeuta
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

PG - Le parole giuste: parlare di sesso con i figli
Ciclo di 2 incontri per genitori
1° - Salute e prevenzione
Martedì: 03/03
Ore: 18.00-19.30
Conduce: Noemi Mantegazza ostetrica e infermiera
2° - Aspetti affettivi e relazionali
Martedì: 17/03
Ore: 18.00-19.30
Conduce: Laura Scibilia psicologa psicoterapeuta
Modalità: online
Partecipazione gratuita

PER INSEGNANTI

Leggere e comprendere la relazione DSA
Orientarsi nel leggere e nell'interpretare le relazioni diagnostiche per creare ambienti di apprendimento inclusivi.

D1 - 1° edizione lunedì 12/01
Ore: 17.00-18.30
D2 - 2° edizione lunedì 02/03
Ore: 17.00-18.30
Conduce: Viviana Rossetti
psicologa psicoterapeuta
dell'équipe DSA
Modalità: online
Partecipazione gratuita

ADOZIONE

Per coppie nella fase iniziale del percorso adottivo

L'ABC dell'adozione
Corso base sull'adozione rivolto a coppie che necessitano di informazioni base sull'adozione o sono all'inizio dell'indagine psicosociale presso il Servizio sociale territoriale.
Ciclo di 3 incontri
Conduce: Caterina Mallamaci responsabile nazionale servizio adozioni Istituto La Casa. Il calendario delle date degli incontri verrà definito successivamente. Gli interessati possono contattare la segreteria
Modalità: online
Partecipazione gratuita

PRE ADOZIONE

GF - Diventare genitori e figli: i primi mesi insieme
Martedì: 24/02
Ore: 21.00-22.30
Conduce: Viviana Rossetti
psicologa psicoterapeuta
Modalità: online
Partecipazione gratuita

BG - L'adozione di bambini grandi
Martedì: 10/03
Ore: 21.00-22.30
Conduce: Viviana Rossetti
psicologa psicoterapeuta
Modalità: online
Partecipazione gratuita

POST ADOZIONE

AA - Adolescenza e adozione
Martedì: 10/02
Ore: 21.00-22.30
Conduce: Viviana Rossetti
psicologa psicoterapeuta
Modalità: online
Partecipazione gratuita

2G - Seconda genitorialità adottiva
Ciclo di 3 incontri per chi si avvicina all'idea di una seconda adozione
Martedì:
07/02 24/02 03/03
Ore: 18.30-20.00
Conduce: Daniela Sacchet
psicologa
Modalità: online
Partecipazione gratuita

NZ - Nonni e zii adottivi
Ciclo di 3 incontri per nonni e zii adottivi o in attesa di diventarlo
Giovedì: 12/03 19/03 26/03
Ore: 18.00-20.00
Conduce: Daniela Sacchet
psicologa
Modalità: online
Partecipazione gratuita

PER DONNE

VB - Vivere bene la menopausa
Cambiamenti fisici e psicologici della donna
Percorso di 2 incontri
1° - Cambiamenti fisiologici
Mercoledì: 25/03
Ore: 18.30-20.00
Conduce:
Maria Luisa Felcher
ginecologa
2° - Aspetti psicologici ed emotivi
Martedì: 31/03
Ore: 18.00-19.30
Conduce: Laura Scibilia
psicologa psicoterapeuta
Modalità: online
Partecipazione gratuita

PER DONNE IN GRAVIDANZA E NEOMAMME

Movimento in gravidanza
Cicli di 4 incontri per donne in gravidanza dal secondo trimestre.
MG1 - 1° edizione venerdì
23/01 30/01 06/02 13/02
Ore: 16.30-17.00
MG2 - 2° edizione venerdì
06/03 13/03 20/03 27/03
Ore: 16.30-17.00
Conduce: Noemi Mantegazza
ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita
** Materiale necessario: tappetino da yoga con eventuale cuscino, abbigliamento comodo*

AL - Allattamento al seno: cosa sapere, come prepararsi, dubbi, domande
Ciclo di 2 incontri informativi per donne in gravidanza
Venerdì: 06/02 13/02
Ore: 18.00-19.30
Conduce: Noemi Mantegazza
ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

FP - Facciamo la pappa! Incontro sullo svezzamento
Per neomamme e neopapà. Quali sono i primi segnali per capire quando il bambino è pronto. Come iniziare con i primi assaggi, quali alimenti preferire e quali quelli essenziali durante lo svezzamento.
Venerdì: 16/01
Ore: 11.00-12.30
Conduce: Noemi Mantegazza
ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

MN - Massaggio neonatale (anche per neo papà). Ciclo di 5 incontri per apprendere le sequenze del massaggio neonatale A.I.M.I. per scoprire un modo nuovo di comunicare ed entrare in relazione con il proprio bambino, favorendo il suo benessere e il suo sviluppo.
Venerdì: 23/01 30/01 06/02 13/02 27/02
Ore: 11.00-12.30
Conduce: Noemi Mantegazza
ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

MB - Mamma+bambino:
gruppo di confronto sulle gioie e le fatiche di essere neomamme.
Se interessate scrivere a:
consultorio@istitutolacasa.it

Servizio di pesata neonati e consulenza allattamento
a cura dell'ostetrica.
Su appuntamento.

MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

Per tutte le proposte in calendario la partecipazione è gratuita.

Occorre sempre effettuare l'iscrizione su www.istitutolacasa.it

Per informazioni: info@istitutolacasa.it

ISTITUTO LA CASA
la famiglia delle famiglie

Proteggiamo le famiglie dalle nuvole della vita

Aiutaci a riportare il sereno e la gioia di essere famiglia.

L'Istituto La Casa è un Ente del Terzo Settore.
Tutte le donazioni effettuate godono dei benefici fiscali previsti per legge.

Dal 1943 l'Istituto La Casa apre il suo "tetto" solidale **offrendo accoglienza e supporto alle famiglie**: quelle desiderate, quelle future, quelle vicine e quelle lontane. Attraverso il consultorio familiare, i corsi e i gruppi, la formazione per gli operatori, l'adozione internazionale, il servizio DSA - Disturbi Specifici dell'Apprendimento, i progetti di cooperazione con Hogar onlus, il Movimento di incontri matrimoniali L'Anello d'Oro e l'attività culturale ed educativa, l'Istituto La Casa sostiene la famiglia in tutte le fasi della vita.
Per continuare e sviluppare queste attività **è necessario il tuo aiuto**. Insieme potremo far diventare più grande il "tetto" de La Casa e proteggere così un numero maggiore di famiglie in difficoltà.

Per effettuare la tua donazione:

> c/c postale n. 13191200 intestato a Istituto La Casa
> c/c bancario intestato a Istituto La Casa
cod. IBAN:
IT 17 Y 03069 09606 1000000 15537

ISTITUTO LA CASA · Ente del Terso Settore · Via Colletta, 31 · 20135 Milano · Italy · Tel. 02 55 18 92 02
E-mail: consultorio@istitutolacasa.it · adozioni@istitutolacasa.it · info@istitutolacasa.it · www.istitutolacasa.it