

**01****AIED**

ASSOCIAZIONE ITALIANA PER L'EDUCAZIONE DEMOGRAFICA

**7 Maggio 1998 - 7 Maggio 2001**

**S**ono ormai trascorsi tre anni da quel momento tanto importante per me: l'apertura della sezione milanese dell'AIED. In questi tre anni, grazie al vostro aiuto, l'AIED è cresciuta e si è arricchita.

Tante cose sono state fatte, tante ne verranno ancora ma è rimasto intatto il desiderio di continuare il percorso tracciato, investendo risorse, ener-

gie, passione. Per valorizzare questi tre anni di storia, voglio dare inizio a questo notiziario come un momento di conoscenza forte e come spazio di confronto tra voi e con noi.

Cari soci, abbiamo sempre più bisogno dello scambio e del dialogo che fino ad oggi è stato il nostro punto di forza

*dott.ssa Fernanda Sibillo  
presidente sezione Milano*

**AIED**  
*Ci prendiamo  
cura di voi.  
Con amore.*

### Il nostro organigramma comprende:

3 Ginecologhe  
1 Andrologo  
1 Omeopata-Dietologo  
1 Sessuologo

5 Psicoterapeuti  
4 Psicologi  
1 Mediatore Familiare  
1 Consulente Legale

### SEDE DI MILANO

Via Vitruvio 43 - Tel. 02/66714156  
Fax 02/66714596 - 20124 MILANO

[http:// www.aied.it/aied](http://www.aied.it/aied) [aiedmi@tiscalinetit](mailto:aiedmi@tiscalinetit)

<b>Albenga (SV) 17031</b> Tel. 0182/52482	<b>Brescia 25124</b> Tel. 030/220169	<b>L'Aquila 67100</b> Tel. 0862/65985	<b>Milano 20124</b> Via Vitruvio 43 Tel. 02/66714156 Tel/Fax 02/66714596	<b>Pisa 56100</b> Tel. 050/540676  Centro Menopausa Tel. 06/42825314
<b>Ascoli Piceno 63100</b> Tel. 0736/259457	<b>Cagliari 09100</b> Tel. 070/340404	<b>La Spezia 19100</b> Tel. 0187/20062	<b>Napoli 80127</b> Tel. 081/5567604	<b>Pordenone 33170</b> Tel. 0434/34152
<b>Bari 70123</b> Tel. 080/5219441	<b>Catania 95124</b> Tel. 095/321458	<b>Latina 04100</b> Tel. 0773/664555	<b>Novara 28100</b> Tel. 0321/392388	<b>Sassari 07100</b> Tel. 079/299922
<b>Bergamo 20400</b> Tel. 035/232600	<b>Firenze 50122</b> Tel. 055/215237	<b>Messina 98164</b> Tel. 090/321336	<b>Padova 35123</b> Tel. 049/8756277	<b>Pozzuoli (NA) 80078</b> Tel. 081/5269103
<b>Bolzano 39100</b> Tel. 0471/979399	<b>Genova 16121</b> Tel. 010/566565-586881	<b>Mestre (VE) 30174</b> Tel. 041/5317860	<b>Roma 00198</b> Tel. 06/8557731 Tel. 06/42825314	<b>Udine 33100</b> Tel. 0432/501180
				<b>Verona 37121</b> Tel. 045/8013043  Centro Adolescenti

# Area Legale

## LA MEDIAZIONE FAMILIARE

### *A chi si rivolge?*

A famiglie che affrontano una separazione, sia nel periodo precedente che in quello successivo a tale situazione.

La mediazione familiare promuove la soluzione stabile e consensuale dei problemi legali che possono provocare conflitti all'interno del nucleo familiare.

### *Come si svolge?*

Attraverso una serie di incontri con il mediatore in cui si cercherà di favorire la conciliazione tra i diversi bisogni di ciascun componente della famiglia, pro-

muovendo il dialogo tra le parti.

### *Quali temi saranno affrontati durante gli incontri?*

- La distinzione tra i ruoli coniugali e genitoriali.
- L'affidamento dei figli, la loro educazione ed il loro mantenimento
- La definizione del nuovo regime delle proprietà coniugali.

*dott. Francesco Sanò*  
*Psicologo AIED*

Dal prossimo numero sarà aperta una rubrica con il consueto legale per affrontare i problemi relativi a separazioni, divorzi...

Per ogni domanda contattare il n° **0266714156** oppure l'email: **aiedmi@tiscalinet.it**

## Iniziative

### **...TRASPARENZE.....** **Benessere e consapevolezza in acqua e in terra**

L'AIED propone un lavoro esperienziale, una immersione nei propri sensi, che si svilupperà in tre momenti: sulla **terra**, in **acqua calda termale** ed attraverso l'**elaborazione dei vissuti**.

Il workshop si propone di:

- ritrovare momenti d'ascolto nel contatto con l'acqua per evocare **sensibilità** e **sensazioni bloccate**;
- scambiare nella relazione con il gruppo momenti di consapevolezza;
- ampliare l'area del **piacere**, della **sensorialità** liberando blocchi, paure, sensi di colpa.

Il gruppo sarà costituito da massimo 12 persone

**Per informazioni rivolgersi a: AIED-Milano**  
**Tel. 0266714156**

### **PADRI SEPARATI** **Proposta di uno spazio di confronto per padri in difficoltà**

**Obiettivo:** ascoltare, comprendere ed elaborare, in uno spazio condiviso, i vissuti legati al cambiamento dell'essere genitore dopo la separazione.

**Destinatari:** uomini che stanno affrontando una separazione o che sono già separati.

**Contenuti:** si intende costruire gruppi a termine composti da uomini che si trovano nelle suddette situazioni.

Tale tipo di esperienza si configura come un gruppo a termine, perchè prevede un numero predefinito di incontri (10-12), a cadenza settimanale di 1h e 30. Il gruppo è composto da 8-10 membri e si prefigge di permettere ad ogni partecipante di fornire uno spazio di confronto e di aiuto per meglio affrontare le difficoltà, le incomprensioni, i dubbi, i timori, le risorse legate alla crescita dei propri figli.

## PSICOLOGIA DEL COLORE

Stiamo organizzando l'edizione 2002 dell'apprezzato seminario sulla "Psicologia del Colore".  
La presenza del prof. Manke è assicurata!

## **LA MENOPAUSA E IL CAMBIAMENTO: come viverlo e affrontarlo**

Formiamo gruppi di donne che stanno affrontando il periodo di premenopausa e di menopausa. Organizziamo conferenze informative per evidenziare le implicazioni fisiche, psicologiche, ambientali e sociali che influiscono su questo evento.

**Per la formazione di gruppi telefonateci**

# Area Medica

## ALCUNE DOMANDE SU... “La Pillola del giorno dopo”

- **che cosa è?**

È un farmaco per la contraccezione d'emergenza.

- **quando si prende?**

Questa pillola va utilizzata dopo un rapporto non sicuro dal punto di vista contraccettivo (profilattico che si è rotto, pillola dimenticata, rapporto nei giorni pre-ovulatori)

- **come si prende?**

Ci sono due compresse. La prima va presa appena possibile, massimo entro 72 ore dopo il rapporto a rischio; la seconda compressa dopo 12 ore dalla prima.

- **è efficace?**

Tanto prima si assume la prima compressa, tanto maggiore è la sua efficacia. Studi recenti dell'OMS dimostrano un'efficacia nel 95% dei casi.

- **sono sicura per tutto il mese?**

No, la pillola non sostituisce i normali metodi contraccettivi, se penso di avere altri rapporti sessuali devo utilizzare un altro metodo contraccettivo fino alla mestruazione successiva.

- **quando compare il ciclo mestruale?**

Dipende dalle fasi del ciclo in cui hai assunto la pillola. Generalmente non ci sono grossi ritardi o anticipi. Se il ritardo supera i cinque giorni, si consiglia un test di gravidanza.

- **che fare in caso di gravidanza?**

Il farmaco non è in grado di fermare un'eventuale gravidanza già iniziata. Se dovesse fallire il metodo non ci sono rischi per il bambino.

*Dottoressa Ivana Ciarla  
Ginecologa AIED*

## ORIGINI DELL'OMEOPATIA

Verso la fine del Settecento, un medico tedesco dell'Università di Lipsia, Samuel Hahnemann, traducendo un trattato di medicina, pose particolare attenzione alla descrizione degli effetti della pianta di china e in particolare sulla sua capacità di guarire malati affetti da febbre malarica.

Dopo vari studi, decise di provare su sé stesso gli effetti della pianta.

Una volta assunta, notò che nel suo organismo si erano manifestati gli stessi sintomi della malaria, cioè uno stato febbrile, e che sospendendo l'assunzione dalla china guariva completamente.

Da quel momento capì che potevano esserci delle sostanze cosiddette “simili” che avevano la capacità, una volta assunte di dare gli stessi sintomi della malattia da curare e che invece prese in dosi molto diluite, erano in grado di stimolare le difese e guarire il soggetto; nacque così l'omeopatia.

Oggi l'omeopatia si avvale di centinaia di rimedi di origine animale, vegetale, minerale che possono essere associati alla medicina convenzionale, come terapia integrativa, creando i presupposti per un processo di guarigione più rapido.

### **In A.I.E.D. si possono prenotare le seguenti visite:**

- Visita Omeopatica, Omotossicologica
- Test allergie ed intolleranze alimentari
- Test carenze vitaminiche, sali minerali, amminoacidi, oligoelementi, acidi grassi polinsaturi
- Floriterapia di Bach, terapia di Schuessler, Litoterapia
- Neuralterapia

*Dott. Michele Caperna  
Omeopata AIED*

# Area Psicologica

## SPAZIO GENITORI

L'AIED-sezione di Milano- ha pensato di istituire uno spazio di ascolto, scambio e confronto per i genitori che si trovano a dover affrontare, spesso con disorientamento i molteplici e, talvolta complessi aspetti della relazione coi figli. A tal scopo abbiamo chiesto ad una nostra operatrice, in qualità di genitore, cosa ne pensasse di questa iniziativa.

**G.: Che cos'è uno spazio genitori?**

P.: Lo Spazio Genitori è un luogo in cui le persone interessate possono incontrarsi, conoscersi e confrontarsi su aspetti, domande, dubbi, insicurezze, emozioni che scaturiscono quotidianamente nella relazione con i propri figli.

**G.: E come funziona?**

P.: Attraverso una serie di incontri di gruppo, a cadenza periodica, condotti da uno psicologo/psicoterapeuta.

L'obiettivo che ci si propone è quello di far emerge-

re e di permettere l'elaborazione di vissuti legati alle difficoltà dell'essere genitore.

**G.: Vediamo se ho capito: per esempio, se mia figlia, spesso si abbuffa e poi vomita in bagno, io mi domando cosa posso fare e come posso aiutarla. Tale spazio mi potrebbe essere utile e come?**

Certamente! Lei potrebbe parlarne in gruppo, agli altri genitori ed insieme cercare di capire meglio cosa sta succedendo. Inoltre, di fronte a specifiche problematiche, oltre all'aiuto del conduttore, il gruppo può avvalersi della partecipazione agli incontri di esperti in varie discipline (ginecologi, andrologi, dietologi, mediatori familiari, consulenti legali) che possono fornire un'adeguata consulenza.

**dott.sa Claudia Giordana**

**Psicologa-Psicoterapeuta AIED**

## INTERVENTI NELLE SCUOLE

L'AIED organizza corsi di formazione nelle scuole, rivolti a insegnanti, studenti e genitori sull'educazione sessuale e le problematiche ad essa connesse.

I corsi saranno tenuti dallo staff medico-psicologico dell'AIED.

## PERCHE' LA PSICOTERAPIA DI GRUPPO?

Molte persone che si rivolgono a noi portando difficoltà psicologiche, quando rievono la proposta di un lavoro psicoterapeutico di gruppo reagiscono spesso con scetticismo e timore. Le frasi che più spesso ricorrono sono "Non riuscirei mai a parlare dei miei problemi di fronte agli altri", o "Non credo che gli altri potrebbero essermi d'aiuto".

In realtà il lavoro psicoterapeutico di gruppo rappresenta uno strumento efficace e prezioso per intervenire su una vasta gamma di disagi psicologici. I nostri gruppi sono composti da un massimo di otto persone, sotto la guida di uno psicoterapeuta specializzato, hanno una durata definita (da tre a sei mesi) e cadenza settimanale.

Proprio la possibilità di discutere e confrontare le proprie difficoltà non solo con il terapeuta, ma an-

che attraverso l'esperienza, il consiglio e il supporto degli altri membri del gruppo rappresenta una risorsa che rende questo strumento efficace su una vastissima serie di problemi.

Inoltre è particolarmente indicato per tutte quelle situazioni di disagio legate all'area delle relazioni interpersonali (difficoltà di comunicazione, ansia in situazioni sociali, crisi ricorrenti di rabbia o di panico, difficoltà a costruire relazioni stabili con gli altri).

La durata limitata, l'efficacia dell'intervento ed anche il suo costo contenuto fanno della psicoterapia di gruppo uno strumento prezioso, ancora poco conosciuto ma sempre più utilizzato.

**dott. Raul Catalano**

**Psicologo-Psicoterapeuta AIED**