

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI
E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



radiomamma.it

MILANO È FAMILYFRIENDLY



Benvenuta e benvenuto 😊

Esiste cosa più importante della salute e del benessere dei nostri figli e dei nostri familiari? No! Sono tantissime le domande e le richieste di consigli che ogni giorno arrivano a Radiomamma su questo tema. Sono domande sempre più specifiche, legate a questa o a quella specialità, a questo o quel problema da risolvere. Il modo migliore per rispondere e per essere utile alle famiglie?

Le cinque guide digitali alle salute che stai leggendo. Gratuite e farcite di informazioni utili su centri e professionisti premiati con il bollino di qualità familyfriendly di Radiomamma per l'accoglienza, l'accessibilità e il modo creativo e innovativo con cui accolgono e risolvono le necessità di noi genitori.

Cinque guide, dicevamo. Perché ognuna risponde a un'area di salute, e di preoccupazione di noi mamme e papà, specifica:

- Guida aiuto psicologico bambini e ragazzi a Milano;
- Guida dentisti per bambini a Milano;
- Guida fisioterapia e riabilitazione bambini a Milano;
- Guida nascere a Milano;
- Guida pediatri e centri medici a Milano.

Buona lettura dal team **Radiomamma!**



Indice

I numeri utili	p.4
I numeri per l'aiuto psicologico per famiglie a Milano	p.7
I servizi pubblici e gli psicologi scolastici e di quartiere a Milano	p. 8
Le strutture familyfriendly	p. 9
I disturbi alimentari: i centri a Milano e hinterland	p.24



I numeri utili

- **112** Numero Unico per le Emergenze che permette di allertare vigili del fuoco, polizia (o Carabinieri) e soccorso sanitario (ambulanza). L'operatore che ti risponde smista la tua richiesta immediatamente alla sala operativa competente. Se chiami i vecchi numeri tradizionali come il 113 (Polizia), il 115 (Vigili del fuoco) o il 118 (Soccorso Sanitario), la chiamata viene comunque gestita attraverso la centrale del 112.
- **800 638 638** Numero verde da rete fissa per prenotare esami e visite specialistiche e per informazioni su prestazioni e strutture sanitarie. Dal lunedì al sabato dalle 8.00 alle 20.00, esclusi i festivi. Da rete mobile e dall'estero 02 999 599, a pagamento al costo previsto dal proprio piano tariffario.
- **116 117** Numero unico di continuità assistenziale (ex Guardia medica): È attivo nei giorni festivi, sabato e domenica h24 e dal lunedì alla domenica dalle ore 20 alle ore 8. Dopo il colloquio telefonico con il medico puoi essere indirizzato a un ambulatorio di continuità assistenziale per una visita medica in presenza. L'accesso all'ambulatorio deve avvenire dopo contatto telefonico. Gli ambulatori per le visite in presenza sono in funzione lunedì – venerdì (20-24, ultimo accesso ore 23:30) e sabato, domenica, Festivi e Prefestivi 8-20 (ultimo accesso ore 19.30). Per la continuità assistenziale pediatrica (0-13 anni) il sabato c'è un servizio con un pediatra (dalle 8 alle 19), sempre chiamando lo stesso numero. Nei giorni ed orari in cui non è attivo il servizio di Continuità Assistenziale Pediatrica, è in funzione il servizio di Continuità Assistenziale.



I numeri utili

- **App La Tua Farmacia** trovi la farmacia più vicina verificandone gli orari, la localizzazione, il numero di telefono e i servizi. È possibile consultare anche le farmacie in turno di guardia farmaceutica.
- **1522** Telefono antiviolenza e stalking
- **02 55015519** Casa di accoglienza delle donne maltrattate onlus, uno dei Centri antiviolenza della rete D.i.Re

Ascolto, supporto psicologico e DSA. Al centro dei nostri pensieri, i vostri.



Ci occupiamo della fase diagnostica, attraverso valutazioni mirate a rilevare disturbi dell'apprendimento, difficoltà comportamentali, deficit d'attenzione, disturbi del linguaggio, ritardi nello sviluppo psicomotorio e fatiche emotive e stati ansiosi del bambino e dell'adolescente.



I nostri psicologi, psicoterapeuti dell'età evolutiva, logopedisti e psicomotricisti, sotto la guida di Neuropsichiatri Infantili, affiancano i bambini e ragazzi in percorsi terapeutici e riabilitativi, differenziati in base ai bisogni individuali, col coinvolgimento di genitori e insegnanti. Per potenziare l'efficacia di messaggi e consigli, favorendo una presa in carico a 360°.

La nostra equipe è anche autorizzata da ATS Milano al rilascio della certificazione dei DSA, che permette agli alunni di avere un Piano Didattico Personalizzato e poter usufruire di misure compensative e dispensative previste dalla legge n. 170 del 2010.



Welcomed
IL CENTRO PER LE FAMIGLIE, TUTTE

Via Lazzaro Papi, 20
Via Lodovico Muratori, 32
Metro M3 — MILANO

02 8426 8020
www.centrowelcomed.it
info@centrowelcomed.it



I numeri per l'aiuto psicologico per famiglie a Milano

- **114** Emergenza Infanzia È una linea telefonica gratuita attiva 24/24 per segnalare situazioni di emergenza che coinvolgono minori (abusi, maltrattamenti, violenza domestica, fughe da casa)
- **19696** è il numero nazionale gratuito di Telefono Azzurro dedicato all'ascolto e alla protezione di bambini e adolescenti fino ai 18 anni. È attivo 24 ore su 24, 365 giorni all'anno, ed è accessibile gratuitamente da telefonia fissa e mobile.
- **02 2327 2327** Telefono amico Italia Consulenza tutti giorni dalle 9 alle 24. WhatsApp amico 324 0117252 dalle 18 alle 21 in chat
- **0236559550** Urgenza Psicologica. Numero gratuito di supporto psicologico attivo il sabato e la domenica dalle 9 alle 21 È attivo a Milano (e in altre città come Varese, Monza, Bergamo) con psicologi professionisti che rispondono al telefono.



I servizi pubblici e gli psicologi scolastici e di quartiere a Milano

- **Consultori Familiari e Spazi Adolescenti Delle Asst**
- **Uonpia**
- **Psicologo Scolastico**
- **Municipio 1, 6, 8 e 9 Progetti Sul Territorio**
- **Centro Giovani Ponti**
- **Psicologo Di Base** La Regione Lombardia ha approvato nel gennaio 2024 la norma che prevede l'attivazione dello psicologo di base nelle Case di Comunità. Ma mancano ancora i decreti attuativi, quindi al momento (marzo 2025) il servizio non c'è.
- **Rete Scuole Che Promuovono Salute** [La rete delle scuole che promuovono salute coinvolge oltre 500 scuole in tutto il territorio lombardo \(circa il 50% delle scuole\) e oltre 150 scuole nella provincia di Milano.](https://www.scuolapromuovesalute.it/buone-pratiche-e-emergenza/)

<https://www.scuolapromuovesalute.it/buone-pratiche-e-emergenza/>

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI
E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



Consultorio Cemp (zona 1)

Consultorio familiare privato laico storico, autorizzato dalla Regione Lombardia: ginecologi, psicologi, ostetriche, pedagogisti, mediatori familiari per gravidanza, post-parto, salute e benessere familiare.



Ti accoglie così

A due passi da San Babila e Missori, in un ambiente accogliente, con spazi dedicati per allattare e cambiare il proprio bambino, chiunque arrivi qui, da solo, in coppia o con tutta la famiglia, trova un'équipe multidisciplinare pronta ad ascoltare i bisogni, anche quelli più difficili da dire ad alta voce. Con un approccio umano e personalizzato, diversi professionisti si prendono cura della persona nelle sue relazioni affettive, offrendo risposte mediche, psicologiche, educative e legali a supporto di tutta la famiglia



Ti è utile per

Per tutta la famiglia

- Area di ascolto e accompagnamento psicologico, sociale e legale pensata per chi vive un momento di difficoltà o ha semplicemente bisogno di un confronto.

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI
E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



Consultorio Cemp



Ti è utile per

- Ci sono colloqui di prima accoglienza, un primo colloquio orientativo gratuito, consulenze sociali e sessuologiche, consulenze psicologiche e psicoterapie individuali, di coppia e familiari, anche con il metodo EMDR.



Ti stupisce con

Mediazione Familiare

Per le questioni legate al diritto di famiglia, infine, sono disponibili consulenze legali e un servizio di mediazione familiare per le coppie che stanno affrontando una separazione o un conflitto da gestire.

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI
E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



Consultorio Cemp



Ti risponde qui

Via Eugenio Chiesa, 1

- info@consultoriocemp.org
- www.consultoriocemp.org
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/consultorio-cemp>



Il Granchio Arcobaleno (zona 4)

Mara Giani (Il Granchio Arcobaleno) si occupa della famiglia a 360 gradi. **Psicologa , psicoterapeuta esperta di neuropsicologia e di EMDR , è anche mediatrice familiare e coordinatrice genitoriale. Coordina l' equipe per le diagnosi Dsa, ritardi del linguaggio e neuropsicomotori .**



Ti accoglie così

Minuta e riservata **ti accoglie con dolcezza, serenità e massima disponibilità** facendoti sentire subito a tuo agio. Si occupa della famiglia e delle sue problematiche con uno sguardo a 360 gradi. Lo studio nuovo, ampliato è **a pochi passi dalla metro.**



Ti è utile per Per tutta la famiglia

- percorsi di psicoterapia
- counseling genitoriale
- tecniche di EMDR, finalizzate alla stimolazione dei processi psicologici autoriparativi.

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI
E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



Il Granchio Arcobaleno



Ti è utile per

- mediazione familiare
- certificazione DSA con equipe multidisciplinare



Ti stupisce con

Arriva Mama

Con una collega pedagoga ha creato “arriva Mama”, un servizio a sostegno delle mamme in attesa e nel post partum: corsi di preparazione al parto, gruppi mamma bambino, incontri di confronto e condivisione con diversi specialisti.



Il Granchio Arcobaleno



Ti aiuta con questo sconto

5%



Ti risponde qui

Corso Lodi 34

- 3398232678
- m.giani@ilgranchioarcobaleno.it
- <http://www.ilgranchioarcobaleno.it>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/granchio-arcobaleno>

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI
E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



Jenner Junior (zona 9)

Centro pediatrico polispecialistico: qui trovi specialisti che seguono le fasi della crescita e dello sviluppo di neonati, bambini e adolescenti. L'obiettivo è di promuovere ed educare alla salute in un ambiente sereno ed accogliente. Gli specialisti seguono le fasi della crescita e dello sviluppo di neonati, bambini e adolescenti affrontando le patologie tipiche dell'età evolutiva. **L'obiettivo è garantire un servizio di qualità, in tempi rapidi e costi accessibili.**



Ti accoglie così

Tutto è a misura di bambino dagli spazi colorati, le sedioline e i sanitari a forma di rana, all'approccio dei medici che pongono il bambino al centro in modo che la visita sia un momento sereno per tutti. Ci sono spazi riservati all'allattamento e al cambio pannolino e la sala d'attesa è organizzata con giochi e libri. **Il poliambulatorio non ha barriere architettoniche.**



Ti è utile per

- **Psicologia e psicoterapia pediatrica** per aiutare i più piccoli che esprimono sintomi di malessere e disagio, sia a livello comportamentale che emotivo. Mutamenti di carattere, problemi nel sonno, nuove paure, comportamenti aggressivi o depressivi, sono segnali che possono suggerire la necessità di un intervento psicologico e psicoterapico. Tramite la psicoterapia il bambino e la sua famiglia ricevono un supporto emotivo, imparano a riconoscere le proprie emozioni, hanno la possibilità di trovare nuovi modi di comunicare.

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI
E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



Jenner Junior



Ti è utile per

- **Neuropsichiatria infantile** per diagnosticare e trattare patologie neurologiche e psichiatriche in età evolutiva come disturbi del linguaggio e dell'apprendimento, disturbi della coordinazione motoria, difficoltà psicomotorie, ritardi mentali, autismo, disturbi del movimento, disturbi emozionali e comportamentali, disturbi dell'attenzione, disturbi alimentari.
- **Logopedia:** valutazione e trattamento dei disturbi del linguaggio e della deglutizione atipica
- **Neuropsicomotricità:** riabilitazione dei disturbi del neuro-sviluppo
- **Neuropsicologia:** riabilitazione delle funzioni cognitive e valutazione neuropsicologica
- **Certificazione DSA:** l'équipe, composta da psicologo, logopedista e neuropsichiatra infantile, è accreditata dalla Regione Lombardia per l'eventuale certificazione dei Disturbi Specifici dell'Apprendimento (come dislessia, disgrafia, disortografia, discalculia)



Jenner Junior



Ti risponde qui

Via Camillo Ugoni, 11 - 20159 Milano MI

- 0237929490
- info@jennerjunior.it
- <https://www.jennerjunior.it>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/jenner-junior>



Welcomed (zona 1 e 4)

Centro medico polispecialistico con tre sedi dove trovi tutte le specialità per bambini e famiglie, con tempi d'attesa ridotti e tariffe calmierate



Ti accoglie così

Si avverte subito che questo è un centro medico polispecialistico pensato per le famiglie. I colori sono tenui, c'è **l'angolo giochi per ingannare l'attesa**, l'accoglienza è super calda e **le mamme possono allattare** senza alcun problema. **Non ci sono barriere architettoniche**, quindi entri comodamente con passeggino o carrozzina. **I tempi di attesa sono ridotti per prenotare una visita e i prezzi accessibili.**



Ti è utile per

Servizio di Psicologia

- Si rivolge a pazienti di tutte le età che presentano le principali forme di disagio di natura psicologica, familiare, relazionale, sociale e comportamentale.
- Puoi effettuare le tue sedute sia in studio sia online.

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI
E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



Welcomed (zona 4)



Ti è utile per

Area psicoeducativa

Si occupa dei disturbi dell'apprendimento, iperattività, deficit d'attenzione. Oltre alla parte di diagnosi, c'è tutta l'area riabilitativa per il bambino che deve essere preso in carico:

- Logopedia
- Psicomotricità
- Metodo Feuerstein
- potenziamento e sostegno allo studio

Disturbi della nutrizione e dell'alimentazione

Equipe multidisciplinare che prende in carico il ragazzo/a e la famiglia. I diversi professionisti (pediatra, neuropsichiatra infantile, psicologo clinico, medico dietologo, arteterapista) lavorano insieme e sono sempre al corrente della situazione e delle varie visite. Il trattamento è personalizzato

<https://www.centrowelcomed.it/disturbi-della-nutrizione-e-dellalimentazione-dna/>

Disturbi dello spettro autistico

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI
E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



Welcomed



Ti stupisce con

Servizio gratuito per famiglie in difficoltà economica

Gli Specialisti che lavorano per il centro provengono da realtà ospedaliere e universitarie milanesi e aderiscono al progetto sociale e alla mission di Welcomed: reinvestire gli utili in visite gratuite a persone in difficoltà economica grazie al progetto Visita Sospesa®.



Ti aiuta con questo sconto

10%

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI
E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



Ti stupisce con

Welcomed

Servizio gratuito per famiglie in difficoltà economica

Gli Specialisti che lavorano per il centro provengono da realtà ospedaliere e universitarie milanesi e aderiscono al progetto sociale e alla mission di Welcomed: reinvestire gli utili in visite gratuite a persone in difficoltà economica grazie al progetto Visita Sospesa®.



Ti risponde qui

Via Burlamacchi 1/A; Via degli Olivetani, 2A; Via Muratori 32

- info@centrowelcomed.it
- <https://www.centrowelcomed.it/>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/welcomed-burlamacchi>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/welcomed-olivetani>

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI
E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



Wome (zona 1)

Il primo hub in centro a Milano dedicato al benessere delle donne: beauty, fitness, salute. E c'è il kids park per i figli



Ti accoglie così

È pensato per le donne e mamme questo **spazio multiservizi in zona Navigli/Corso Genova**. Per farti prendere cura di te stessa, corpo e mente, senza dover incastrare tutto a fatica tra lavoro, figli e agenda piena. Non “fai una cosa”, ma ti occupi di te stessa a 360 gradi. C'è l'area fitness con personal trainer, quella terapeutica con massoterapia (anche con macchinari) e osteopatia, e poi il mondo beauty: trattamenti viso e corpo, massaggi rilassanti, cerette e tecnologie estetiche avanzate per rassodare, illuminare, rigenerare. Trovi anche psicoterapeuta e nutrizionista (anche in inglese se serve). **E c'è il kids park anche per neonati**. Così mentre ti prendi cura di te stessa i bimbi possono giocare o fare i compiti.



Ti è utile per

- **Psicoterapia:** colloqui individuali: Spazi di ascolto e supporto psicologico dedicati alla persona.
- **Approccio multidisciplinare:** collaborazione con altri servizi interni come nutrizione, fitness ed estetica per percorsi di benessere integrati.



Wome



Ti risponde qui

Via Conca del Naviglio 37

- 0238233058
- ask@wome.it
- <https://wome.it/it/>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/wome>



I disturbi alimentari: i centri a Milano e hinterland

Anoressia, ma anche bulimia, binge eating, vigoressia, ortoressia, obesità, Arfid. Sono tanti e diversi i disturbi della nutrizione e dell'alimentazione e in Italia ne soffrono tre milioni di persone, oltre due milioni hanno meno di 25 anni. L'esordio è sempre più precoce. Se prima era intorno all'adolescenza, oggi è intorno ai 12/13 anni. E c'è un disturbo alimentare (Arfit, il disturbo evitante/restrittivo dell'assunzione del cibo) che compare già nell'infanzia. **Come riconoscere i segnali e cosa fare. I consigli di Paola Morosini, neuropsichiatra del Centro di cura Welcomed dedicato ai disturbi del comportamento alimentare, già primario di neuropsichiatria infantile dell'Ats di Milano, psicoterapeuta. (clicca qui: bit.ly/41UHPC1)**

I CENTRI A MILANO E PROVINCIA

- **ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda - S.C. di Dietetica e Nutrizione Clinica:** nutrizioneclinica@ospedaleniguarda.it;
- **Azienda ospedaliera San Paolo** - dipartimento di salute mentale- ambulatorio per lo studio e la cura dei disturbi alimentari **Azienda ospedaliera San Paolo** - dipartimento materno infantile - centro per lo studio e la cura dei disturbi alimentari: 02/81844701/2/3



I disturbi alimentari: i centri a Milano e hinterland

- **Centro per i Disturbi Alimentari, Ospedale San Raffaele Turro:**
disturbi.alimentari@hsr.it; erzegovesi.stefano@hsr.it
- **Servizio di riabilitazione per i disturbi del comportamento alimentare, ospedale san luca, Istituto Auxologico italiano** - medicina generale ad indirizzo endocrino metabolico: <https://www.auxologico.it/centro-disturbi-comportamento-alimentare-dca>
- **Azienda ospedaliera San Gerardo Monza** - unità disturbi alimentari: 039-2336054
- **Azienda ospedaliera di Melegnano** - centro ambulatoriale per la diagnosi e la cura dei disturbi del comportamento alimentare: dietologia.vizzolo@asst-melegnano-martesana.it
- **Welcomed:** Il centro polispecialistico familyfriendly di zona 1 e zona 4 ha un ambulatorio dedicato. Qui trovi un'équipe multidisciplinare che prende in carico il ragazzo/a e la famiglia. I diversi professionisti (pediatra, neuropsichiatra infantile, psicologo clinico, medico dietologo, arteterapista) lavorano insieme e sono sempre al corrente della situazione e delle varie visite. Il trattamento è personalizzato
<https://www.centrowelcomed.it/disturbi-della-nutrizione-e-dell'alimentazione-dna/>



I disturbi alimentari: i centri a Milano e hinterland

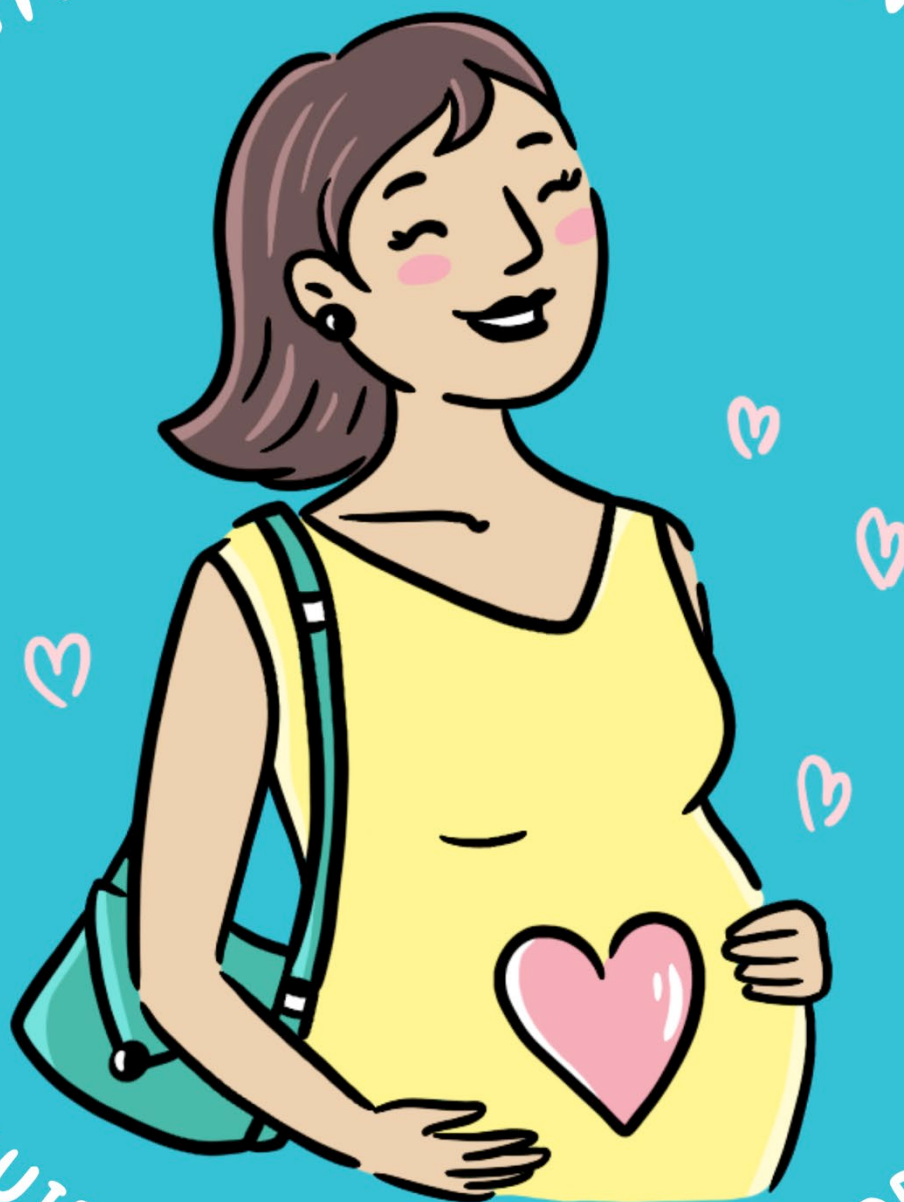
ASSOCIAZIONI

- **Nutrimente onlus** <http://nutrimente.org/>
- **Associazione Erika** <https://www.associazione-erika.it/>
- **Il Filo lilla** <http://www.ilfilolilla.it/>
- **Mi nutro di vita** <http://www.minutrodivita.it/page.php?5>
- **Coordinamento nazione DCA** <https://www.coordinamentonazionaledca.it/>

INFO

<https://piattaformadisturbialimentari.iss.it/>

NASCERE A MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



radiomamma.it

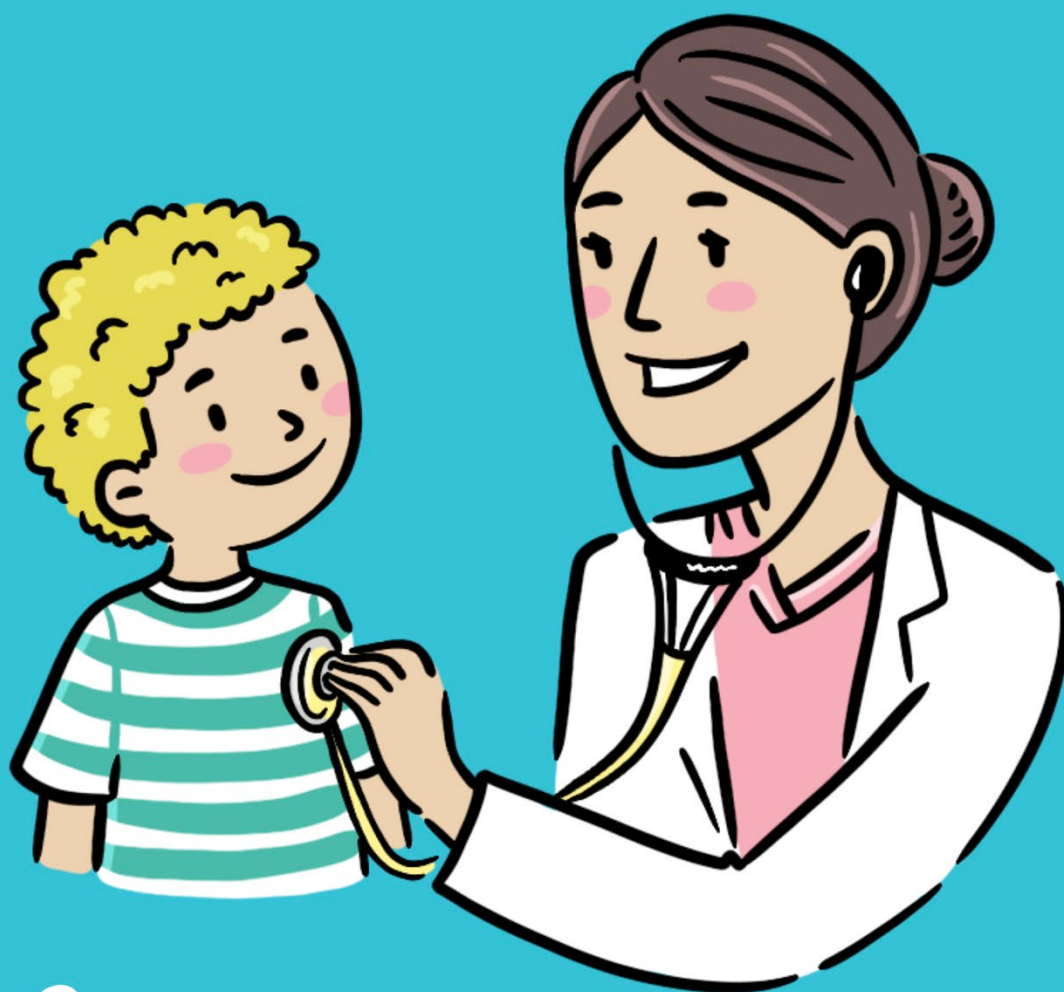
MILANO È FAMILYFRIENDLY

DENTISTI PER BAMBINI
A MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI

PEDIATRI E CENTRI MEDICI A MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI

FISIOTERAPIA E RIABILITAZIONE BAMBINI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI