

Il corso di accompagnamento alla nascita è anche

In consultorio!



Per l'iscrizione

Telefona al numero **02-8184 5201** oppure scrivi a consultorio.ferrera@asst-santipaolocarlo.it lasciando.

Il tuo recapito telefonico e la tua email

La partecipazione è gratuita

A chi è rivolto e quando?

Alle donne con data presunta della nascita

Aprile-Maggio 2025

Il corso dura due mesi a partire da **martedì 4 febbraio 2025**

Sono previsti otto incontri prenatali con spunti di lavoro corporeo
e uno post parto.

Possibilità di un incontro solo per i futuri papà e il tour del reparto di
maternità dell'ospedale San Paolo



**Ostetrica
Ilaria Germani**



**Psicologhe
Monica Brustia e
Caterina Galbiati**



**Operatori Spazio
Allattamento**

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Santi Paolo e Carlo

1

INCONTRIAMOCI!

Presentazione e creazione del gruppo

4 febbraio
10.00-13.00

2

I CAMBIAMENTI

Modificazioni corporee e psicologiche della gravidanza

Pavimento pelvico

11 febbraio
9.30-12.00

3

NASCE UNA FAMIGLIA

Genitori si diventa

18 febbraio
14.00-16.00

4

IL DOLORE, LE CONTRAZIONI E I PRODROMI

Motivazioni e spunti per "stare" nel dolore della nascita.

Quando andare in ospedale?

25 febbraio
10.00-13.00

5

IL TRAVAGLIO E IL PARTO

Riconoscere e capire i tempi del travaglio posizioni e strumenti per gestirlo

4 marzo
10.00-13.00

6

PROMOZIONE DELL'ALLATTAMENTO AL SENO

I primi passi per riconoscere i bisogni del neonato posizioni per allattare, osservare il seno, spremitura manuale e conservazione del latte

11 marzo
10.00-13.00

7

IL RITORNO A CASA

Cambiamenti e strumenti per agevolarli
Puerperio, sessualità e contraccezione

18 marzo
10.00-13.00

8

BELLY MAPPING

Scopriamo come è posizionato il bambino in utero.

Spunti pratici

25 marzo
10.00-12.00

Da concordare insieme incontro post parto e tour in ospedale

Vi aspettiamo!

Sistema Socio Sanitario



Regione Lombardia

ASST Santi Paolo e Carlo