

## **“PERCORSO MATERNITA”**

### **PROGRAMMA DEI CORSI**

#### **Corso di preparazione al parto e incontri di gruppo**

Il training prenatale, rivolta alle future mamme, prevede nr 11 incontri, a fronte del pagamento di un ticket pari ad euro 66,00 (salvo esenzioni).

1. Primo incontro di presentazione, tenuto dall'Ostetrica e dall'Assistente Sociale, finalizzato a presentare i servizi offerti
2. Conoscenza del gruppo e cenni di anatomia
3. Il parto, aspetti culturali e normative inerenti alla tutela della maternità (con presenza di Ass.Sociale)
4. Le fasi del travaglio
5. Conoscere e gestire il dolore
6. Incontro con i futuri papà
7. Allattamento (1° parte)
8. Incontro con Psicologa
9. Allattamento (2° parte)
10. Il puerperio
11. Gestione del bambino/ ritorno a casa

Contemporaneamente al training il nostro servizio offre gratuitamente un percorso di nr. 5 incontri di gruppo di riabilitazione al perineo

#### **Percorso post nascita e incontri di gruppo**

Dopo la nascita del bambino, e in continuità con il percorso pre parto, è prevista per la donna la possibilità di accedere, gratuitamente, ad un percorso di nr. 8 incontri di sostegno e accompagnamento:

1. “Ci raccontiamo ... ” con l'Ostetrica e la Psicologa.

2. Corso di Massaggio Infantile e Rieducazione Perineale.
3. Corso di Massaggio Infantile e Rieducazione Perineale
4. Incontro con la Psicologa.
5. Corso di Massaggio Infantile e Rieducazione Perineale.
6. Corso di Massaggio Infantile e Rieducazione Perineale.
7. Incontro con la Psicologa.
8. Corso di Massaggio Infantile e Rieducazione Perineale.

#### **Gruppi ad accesso libero**

Sono inoltre attivi incontri di gruppo settimanali con accesso libero e gratuiti, dove mamme e bimbi, accompagnati dall'Ostetrica e dalla psicologa, si riuniscono per scambiarsi opinioni, esperienze, consigli.

Gli incontri, di circa 2 ore, si terranno in orari diurni presso le nostre sedi consultoriali.

Se necessario viene rilasciato certificato per il permesso lavorativo.

#### **Per ulteriori info e prenotazioni:**

**Consultorio Familiare di Orzinuovi 030/9941110**

**Consultorio Familiare di Lograto 030/9972002**

*La maternità è un viaggio ...*

**PARTI CON NOI?**

*Per vivere la gravidanza e il post partum con consapevolezza e serenità*

*Per favorire le conoscenze delle potenzialità psicofisiche della donna*

*Per facilitare l'armonia del corpo*

*Per incentivare lo sviluppo psicofisico del bambino*

*Per agevolare i cambiamenti nella coppia: sessualità e genitorialità*

*Per essere aggiornati sui diritti della maternità*



Consultorio Familiare

**PERCORSO MATERNITA'**



**Consultori Familiari**

*Fondazione di Partecipazione – Comunità della Pianura Bresciana*