

Il percorso è cofinanziato
dal Piano di Zona di Asola - Legge 285/97

Con il patrocinio
dell'Amministrazione Comunale di Castel Goffredo



per info e iscrizioni:

Ghenesis Spazio di Ben-essere Familiare — Consultorio Familiare
in via Accademia, 11 a Castel Goffredo
Tel. 0376 781391 | Fax 0376 781921
Cell. 328 7609708 (Sabrina)

www.cooparche.it | mail to: info@cooparche.it

*nel momento del parto non nasce solo un bambino,
ma anche una mamma ed un papà*

Corso di Accompagnamento alla Nascita

Ghenesis in via Accademia, 11 a Castel Goffredo | dal 31 gennaio 2012 ore 9.30-11.30



Che cos'è?

L'accompagnamento alla nascita nasce dal pensiero che la crescita, la consapevolezza ed il dialogo siano tappe fondamentali in un periodo denso di emozioni, sentimenti, paure come quello della gravidanza.

Gli incontri si svolgeranno in un clima di creatività, condivisione e gioco insieme alle ostetriche dell'Associazione *Hebiana* e da una psicopedagogista di Arché: verrà dato spazio al gruppo, all'ascolto delle emozioni e delle sensazioni.

All'interno del percorso verrà sperimentata la tecnica del *training autogeno*, un allenamento graduale per apprendere esercizi che portano al rilassamento.

*Possono partecipare **donne in gravidanza a partire dalla dodicesima settimana.***

Quando?

Il percorso è composto da 9 incontri a cadenza settimanale a partire **da martedì 31 gennaio 2012 dalle ore 9.30 alle ore 11.30.**

Il costo dell'intero percorso è di € 60,00.

Di cosa parleremo?

- Anatomia della gravidanza: cosa cambia nel nostro corpo, dov'è il bambino e come cresce, a cosa serve la placenta, cosa cambia nel nostro "sentire"?
- Come inizia il travaglio? Cosa succede, come riconoscere il momento di andare in ospedale o quando chiamare l'ostetrica, chi portare con noi, i ruoli in ospedale.
- Diritti e doveri della coppia in sala parto, strategie per un buon dialogo col personale sanitario, come fare in modo che l'esperienza possa essere soddisfacente.
- Il travaglio, risorse e competenze innate della donna e del bambino, in che modo chi accompagna può essere in ascolto e presente.
- Apprendimento pratico delle varie posizioni da prediligere in travaglio e comprensione delle motivazioni per cui si favoriscono.
- Il dolore: come affrontarlo e cosa aspettarsi.
- Le posizioni per il parto, il beneficio del movimento, della postura e l'uso della voce, come il tocco ed il massaggio possono aiutare.
- Modificazioni fisiche, emotive e percettive nella

biologia nel dopo parto, comprendere per comunicare

- Il bimbo: cosa ci aspettiamo da lui e lui da noi, come comunica, quali sono le sue esigenze, come strutturiamo un linguaggio con lui? Genitorialità e respons-abilità, i nostri figli possono essere i nostri maestri, imparare l'ascolto e l'empatia.

- Allattamento ed i suoi benefici, informazioni sulla poppata, a richiesta? ad orari? Come poter allattare in modo vincente e soddisfacente.

- La relazione di coppia come cambia in gravidanza e dopo la nascita del bambino, possibilità di dialogo per crescere e non s-coppiare

- La sessualità in gravidanza e dopo il parto

Ed altro ancora...



Corso di Accompagnamento
alla Nascita
Gennaio-Marzo 2012

NOME _____

COGNOME _____

INDIRIZZO _____

DATA PRESUNTA PARTO _____

TELEFONO _____

MAIL _____

CODICE FISCALE _____

AUTORIZZAZIONE/CONSENSO AL TRATTAMENTO
EX. ART. 23 D.LGS. 196/03

Il/La sottoscritto/a nella qualità di interessato ai sensi dell'art. 4, comma 1, lett. i) D.Lgs. n. 196/03
PRESA VISIONE DELL'INFORMATIVA RILASCIATA AI SENSI
DELL'ART. 13 D.LGS. 196/03

AUTORIZZA/DA IL CONSENSO
al trattamento dei dati personali da svolgersi in conformità e quanto
indicato nella suddetta informativa e nel rispetto delle disposizioni
del D.Lgs. n. 196/03.

L'INTERESSATO

