

Accompagnamento alla nascita

Programma completo a cura della Dott.ssa Ostetrica Margherita Ramazzina
Iscritta presso il Collegio delle Ostetriche della Provincia di Mantova al n°847
C.F.: RMZMGH88M62E897A P.I.: 02511380202

Contatti: www.margheritaramazzina.com , info@margheritaramazzina.com ,
Tel. 0039 3337373347

FB: @femminilitanaturale,

L'attesa del bambino è per ogni famiglia un momento unico e irripetibile. Durante la dolce attesa le future mamme sono piene di dubbi. Frequentare un corso di accompagnamento alla nascita può essere molto utile per chiarire le mille domande sulla gravidanza, il travaglio ed il parto e per prepararsi ad affrontare la nascita del bambino.

In questo corso di accompagnamento alla nascita, accanto alla parte teorica verranno proposti esercizi di rilassamento e riattivazione del corpo per ritrovare contatto con il nostro sentire profondo e tornare a un libero fluire delle nostre emozioni, dei nostri sentimenti e del nostro respiro per migliorare la salute e il benessere psico-fisico, l'intimità con se stessi e con l'altro. La presenza del partner è sempre benvenuta e consigliata.

Ecco alcuni esempi degli argomenti che verranno affrontati:

- Il ruolo dei professionisti sanitari
- Esami ematici e strumentali, diagnosi prenatale: come e perché
- Come prendersi cura del corpo in gravidanza: alimentazione, movimento e respiro
- Il ruolo dei papà, delle mamme e dei bambini
- La relazione di coppia
- Comunicare col bimbo in pancia: contatto e voce
- Il travaglio e il parto:
 - Cosa succede alla mamma, al papà e al bambino in questi momenti
 - Dove avvengono: in casa, in casa maternità, in ospedale
 - Come avvengono: naturale, vaginale, taglio cesareo e analgesia
- Placenta e cordone ombelicale:
 - Clampaggio precoce e tardivo
 - [Lotus birth®](#)
 - Donazione del sangue neonatale
- Cosa avviene dopo la nascita:
 - La relazione
 - Cura dell'ombelico
 - Il bagnetto
- Prendersi cura del neonato: amore, allattamento, sonno
- Il ruolo di parenti e amici, gestire i consigli e le visite a casa
- **A chi si rivolge:** Il gruppo di accompagnamento alla nascita si rivolge a tutte le **coppie**, anche alla seconda gravidanza o più, in qualsiasi momento della gestazione. **Perché partecipare:** perché avere le informazioni corrette permette di fare scelte consapevoli. Perché prendersi cura del corpo aiuta a vivere la gravidanza in pieno benessere. Per rafforzare l'intimità di coppia e sviluppare un buon contatto con il cucciolo in arrivo. Per creare una rete di amicizia e sostegno tra famiglie
- **.Info: il corso si costituisce di 10 incontri che si svolgeranno il martedì sera dalle 18.30 alle 20.00. Il costo di 10 incontri è di 150,00 euro. Inizio corso 7 marzo 2017 presso Polisportiva Levata Via Montello, 1 46010 Levata di Curtatone (MN) Iscrizioni entro 28 febbraio**

Verranno inoltre proposti alcuni incontri di approfondimento:

- Il pancione incontra i fratellini più grandi: attività ludico-conoscitive
- La relazione con gli animali da compagnia durante la gravidanza e subito dopo la nascita a cura degli educatori del centro cinofilo [Il Piccolo Campo](#)
- Rilassamento per coppie in acqua presso il Centro Piscine Airone