



presenta:

Il Corso di accompagnamento alla nascita

Un percorso pensato per accompagnare le future mamme — e le loro famiglie — verso un'esperienza di nascita più consapevole, informata e serena.

Sono previsti 6 incontri tematici:

- 1 • Presentazione del percorso e dell'équipe
• La **gravidanza**: cambiamenti, stile di vita, esercizi di preparazione al parto, ulteriori informazioni utili.
- 2 • Il **travaglio** e il **parto**: valigia da parto, consigli su come affrontare ogni fase del travaglio e del parto, prime ore dopo la nascita.
- 3 • Il **taglio cesareo**: quando è indicato, come si svolge e come affrontare il recupero.
- 4 • Il **puerperio** e l'avvio dell'allattamento (parte teorica): cosa aspettarsi in puerperio, come trattare le cicatrice da parto, cura del neonato, concetti teorici sull'allattamento.
- 5 • L'**allattamento** (parte pratica): posizioni, corretto attacco, difficoltà frequenti e soluzioni.
- 6 • **Prevenzione vaccinale** in gravidanza e nei primi anni del bambino
• **Emozioni** e benessere della madre, **ruolo del partner** e della rete familiare
• **Diritti e sostegni** per i futuri genitori



Il corso è rivolto alle donne **tra la 25^a e la 30^a settimana di gravidanza**.