

Servizi ostetrici a cura di Chiara Chiadini (ostetrica e IBCLC) e Giulia Brandinelli (ostetrica, esperta nel pavimento pelvico)

N.B.: Tutti i corsi e seminari si attivano mensilmente con un minimo di 4 persone partecipanti.

Corsi di Accompagnamento alla nascita

Percorso dedicato ai futuri genitori per il primo o secondo figlio, per vivere insieme i cambiamenti della gravidanza, affrontare le paure legate al parto e trovare buone risorse per sostenere le prime settimane con il neonato. Gli incontri saranno teorici -pratici e si svolgeranno in un clima di non giudizio e di massimo rispetto per i desideri di ciascuna famiglia. Il corso si attiva mensilmente con un minimo di 4 coppie partecipanti.

Corsi di massaggio Neonatale AIMI: 0-12 mesi

Il massaggio del bambino non è solo una tecnica, ma un modo di stare insieme. Attraverso i corsi AIMI (Associazione Italiana Massaggio Infantile), accompagno i genitori nella scoperta di un canale comunicativo profondo fatto di contatto, sguardi e ascolto. È un momento privilegiato per rafforzare il legame di attaccamento, imparare a leggere i segnali del neonato e donargli sollievo e rilassamento in un ambiente protetto e privo di giudizio. Il corso si attiva mensilmente con un minimo di 4 coppie partecipanti.

Seminario su Alimentazione complementare (Svezzamento)

Seminario informativo e pratico per genitori in attesa e con bimbi dai 4 ai 9 mesi.

L'inizio dell'alimentazione complementare è un passaggio evolutivo fondamentale che coinvolge tutta la famiglia. Non si tratta solo di "introdurre cibi", ma di accompagnare il bambino verso la scoperta di nuovi sapori, consistenze e autonomie.

Nel seminario, uniremo le evidenze scientifiche più recenti a un approccio pedagogico attento ai tempi di ogni bambino, per rispondere a dubbi comuni e trasformare il momento del pasto in un'occasione di gioia e relazione. Cosa esploreremo insieme:

- Segnali di prontezza: Come capire se è il momento giusto (oltre il conteggio dei mesi).
- Il ruolo del latte: Come cambiano le poppate, il sonno e l'integrazione tra seno/ biberon e cibo solido.
- Cosa offrire: Guida agli allergeni, ai cibi da evitare e alle alternative per famiglie vegetariane.
- Metodi a confronto: Pappe tradizionali, autosvezzamento o approccio fluido? Scopriremo come scegliere quello più adatto a voi.

Laboratorio Pratico di Sicurezza: Passeremo dalla teoria all'azione con una parte dedicata alla manipolazione con - Tagli e Consistenze: Vedremo dal vivo come preparare i cibi in totale sicurezza. - Sicurezza a tavola: Impareremo a distinguere il riflesso faringeo (gag reflex) dalle situazioni che richiedono intervento, per vivere il pasto con competenza e senza paura.

L'obiettivo è uscire dall'incontro con strumenti concreti e la consapevolezza necessaria per guardare il proprio bimbo a tavola e dire: "Siamo pronti!"

Seminario su Babywearing / PORTARE I PICCOLI

Incontro teorico-pratico per futuri e neogenitori (0-12 mesi)

Portare il proprio bambino non è solo una modalità di trasporto, ma un gesto che affonda le radici nel bisogno primario di contatto e sicurezza. Attraverso la fascia e i supporti ergonomici, il corpo del genitore diventa il ponte perfetto tra il grembo materno e l'esplorazione del mondo.

Seminari sull'Allattamento

1. **"Allattamento in pratica e Allattamento e ritorno al lavoro"** Allattare è un istinto che si impara, un incontro tra i bisogni del bambino e le risorse della mamma. In un mare di consigli non richiesti e miti da sfatare, ciò che serve davvero è ritrovare la bussola e fidarsi dei segnali che il corpo e il neonato si scambiano.
2. **"Allattare con Consapevolezza"** un ciclo incontri dedicato a chi è in attesa e vuole costruire le basi per un avvio sereno, proteggendo la propria scelta con informazioni corrette e supporto esperto.

Questo corso è per te se:

- sei in gravidanza e vuoi costruire la tua "cassetta degli attrezzi"
- vuoi distinguere i fatti dai falsi miti per scegliere con libertà
- desideri capire il linguaggio del tuo bambino fin dai primi giorni
- cerchi un gruppo di confronto dove sentirti sostenuta e mai valutata

3. **"Allattamento e ritorno al lavoro"** è l'incontro pensato per sciogliere i dubbi logici e sostenerti nel cambiamento, offrendoti soluzioni concrete per gestire la separazione senza rinunciare alla vostra preziosa routine di contatto. Il rientro al lavoro è una delle tappe che spaventa di più: ci si chiede se l'allattamento potrà continuare, come gestirà il distacco il bambino e come conciliare i nuovi ritmi. Spesso si pensa che il ritorno in ufficio coincida con la fine dell'allattamento, ma con la giusta organizzazione e un pizzico di strategia è possibile proseguire questo percorso finché mamma e bimbo lo desiderano.

Questo corso è per te se:

- stai per rientrare al lavoro e vuoi capire come organizzare le poppate
- vuoi imparare a gestire l'estrazione e la conservazione del latte (banca del latte)
- temi che il distacco influisca sul legame o sul ritmo del sonno
- cerchi rassicurazioni pedagogiche per accompagnare il tuo bimbo in questa transizione
- desideri conoscere i tuoi diritti e come far conciliare carriera e allattamento

Consulenza e Visite Domiciliari su rientro a casa

Visite domiciliari per sostenere i primi equilibri familiari.

Le prime settimane e i primi mesi di vita di un bambino sono un tempo di grandi trasformazioni, dove la teoria spesso si scontra con la realtà dei nuovi ritmi domestici. La visita domiciliare è uno spazio di osservazione e supporto pensato per aiutarvi a trovare il vostro equilibrio, proprio lì dove la vita accade ogni giorno.

Area Travaglio e Parto

- Servizi dedicati alla continuità dell'assistenza nel momento dell'evento nascita.

Assistenza personalizzata: Diagnosi di travaglio e accompagnamento al parto, con la possibilità di assistenza domiciliare durante il travaglio.

Consapevolezza Pelvica

Percorsi di ascolto in gravidanza e post-parto, consulenza personalizzata.

In gravidanza, il pavimento pelvico sostiene il peso della vita che cresce. Imparare a sentirlo significa connettersi con il proprio bambino e prepararsi al momento della nascita con minor paura e maggior controllo.

- Esercizi di propriocezione: Imparare a riconoscere e attivare la muscolatura pelvica.
- Rilassamento e respiro: Tecniche per favorire l'elasticità e la distensione in vista del parto.
- Connessione corpo-mente: Un approccio pedagogico per vivere la trasformazione fisica con serenità.

Percorso Post-Parto: Ritrovare il proprio centro

Dopo il parto, il corpo ha bisogno di cure gentili per recuperare la sua tonicità e la sua funzione di sostegno. Riprendere contatto con il proprio pavimento pelvico è il primo passo per un recupero armonioso e per prevenire problematiche future.

- Riattivazione dolce: Esercizi mirati per ritrovare tono dopo lo stress del parto.
- Postura e gestione dei pesi: Come muoversi, sollevare il neonato e gestire la quotidianità senza sovraccaricare la zona pelvica.
- Benessere e sessualità: Uno spazio protetto per parlare della ripresa dell'intimità e del benessere femminile.

Questo percorso è per te se:

- Vuoi vivere la gravidanza con maggior consapevolezza corporea.
- Desideri prevenire o gestire piccoli disagi (come perdite o senso di pesantezza).
- Senti il bisogno di riappropriarti del tuo corpo dopo il parto.
- Credi che la salute della mamma sia il primo tassello per il benessere di tutta la famiglia.