

*PERCORSO di ACCOMPAGNAMENTO  
alla NASCITA e alla GENITORIALITÀ*



- CORSO DI PREPARAZIONE AL PARTO
  - MASSAGGIO INFANTILE
  - BLS-D PEDIATRICO

# CORSO DI PREPARAZIONE AL PARTO

**9 incontri** cadenza settimanale | Durata incontro 2 ore

**Il corso di accompagnamento alla nascita e alla genitorialità** mira ad aiutare i futuri genitori nel momento delicato della nascita di un figlio.

Pensato con riferimento alle linee guida del ministero della Salute, secondo cui “le donne devono ricevere informazioni su gravidanza, modalità di parto, allattamento al seno e cura del bambino”, il corso è rivolto alle mamme e ai papà con l’obiettivo di **informare** e **vivere** la nascita con consapevolezza, serenità e fiducia nelle proprie capacità. Inoltre gli incontri sono un momento di condivisione per affrontare insieme le fantasie, le paure, le emozioni, le aspettative e riscoprire i ritmi naturali del corpo.

Il corso è stato strutturato per offrire una guida d’accompagnamento per i neo genitori nel percorrere le diverse fasi della gravidanza, nel promuovere lo sviluppo psicomotorio del bambino e la relazione tra genitori e bambini usando il linguaggio del comportamento infantile: una visione apparentemente semplice, che a volte risulta magica nell’aprire finestre che permettono di scoprire i segreti dei bambini.

Il corso prevede un incontro settimanale di circa 2 ore a partire dal quinto mese di gravidanza fino al parto per un totale di 9 incontri. È aperto anche ai futuri papà, che possono frequentarlo interamente o solo in parte, secondo il desiderio di ciascuna coppia.

## **Gli incontri comprendono:**

- Una parte di lavoro corporeo per rilassarsi, preparare il corpo al cambiamento ed assecondare i processi naturali della nascita.
- Una parte dedicata all’informazione, al confronto e allo scambio di esperienze sui vari temi che riguardano la maternità: la salute in gravidanza, l’alimentazione, i cambiamenti emotivi, le paure, le fasi del travaglio e del parto, l’accoglienza al neonato.
- Una parte dedicata al ritorno a casa, all’allattamento, alla promozione dello sviluppo psicomotorio, affettivo e relazionale del bambino nel primo anno di vita.



*Programma del corso di preparazione al parto*

**1) INCONTRO: Psicologa + Fisioterapista Pediatrica**

- *Introduzione del corso e rompighiaccio*
- *Ontogenesi dell'identità e della relazione*
- *Ontogenesi della motricità e della percezione*
- *Vissuto di trasformazione della donna*

**2) INCONTRO: Osteopata**

- *Cambiamenti anatomici ed ormonali della donna in gravidanza*
- *Come gestire il cambiamento posturale durante la gravidanza*
- *Sessione pratica*

**3) INCONTRO: Ginecologa**

- *Fisiologia della gravidanza*
- *Alimentazione in gravidanza*
- *Norme igieniche*

**4) INCONTRO: Ostetrica**

- *Preparazione del perineo e del seno in gravidanza*
- *Come riconoscere un vero travaglio da un falso travaglio*

**5) INCONTRO: Osteopata**

- *Preparazione al parto: esercizi di preparazione al parto*
- *Cosa può fare il papà per aiutare la donna in gravidanza*
- *Prendersi cura del proprio corpo nella fase del post parto*

**6) INCONTRO: Psicologa**

- *Condivisione delle aspettative, emozioni e delle paure riguardanti gravidanza, parto e neonato*
- *Cambiamenti nella coppia ed il vissuto del padre*
- *Il mito dell'efficietismo*
- *Gestione del rapporto con la famiglia di origine*

**7) INCONTRO: Ostetrica**

- *Il travaglio ed il parto*
- *Norme igieniche del post partum*
- *L'allattamento al seno*

**8) INCONTRO: Ginecologa**

- *La donazione cordone ombelicale*
- *L'analgesia durante il parto*
- *Il Parto cesareo*

**9) INCONTRO: Fisioterapista Pediatrica**

- *Il ritorno a casa*
- *Come orientarsi nella scelta di biberon, ciucci, tettarelle, tiralatte*
- *Lo sviluppo psicomotorio del neonato nel primo anno di vita*
- *La scelta del gioco in base all'età*
- *Introduzione al massaggio infantile*

# MASSAGGIO INFANTILE

**4 incontri** cadenza settimanale | Durata incontro 1 ora

Ritrovarsi ancora insieme dopo la nascita dei bambini con il corso di **MASSAGGIO INFANTILE**, un'antica tradizione presente nella cultura di molti paesi che rappresenta un momento di contatto e di scambio tra mamma e bambino.

Il Massaggio Infantile non è una tecnica, ma è un modo di stare con il proprio bambino: **è un messaggio d'amore**. Il massaggio è promotore di una miglior relazione, interazione e facilita il legame tra genitore e bambino cercando di costruire la base per offrire al proprio figlio un modo diverso per esprimere amore, tenerezza, calore, sicurezza, rispetto e benessere: promuovere il "bonding" (legame, processo di attaccamento).

Imparare a massaggiare un neonato presenta una serie di vantaggi sia per il genitore, che prende confidenza con il corpicino del figlio, che per il piccolo che viene aiutato nella scoperta e percezione di sé. Un semplice rito che favorisce il benessere del bambino, lo rilassa, ne stimola il sistema circolatorio, aiuta nel trattamento delle coliche intestinali, favorisce un giusto ritmo sonno-veglia. Non solo: secondo studi recenti, tra cui uno dell'Istituto di neuroscienze del CNR, **il massaggio aiuterebbe anche lo sviluppo cerebrale del bambino**.

Tutti i genitori possono provare, non esiste una tecnica specifica. Piuttosto si tratta di dedicare del tempo esclusivo al bambino. Il massaggio è semplice, ogni genitore può adattarlo alle diverse esigenze del proprio figlio nelle diverse fasi della sua crescita: è un mezzo privilegiato per comunicare ed interagire con lui.

Il corso di Massaggio Infantile prevede 4 incontri con cadenza di una volta a settimana e della durata di circa 1 ora durante i quali i genitori apprenderanno le varie tecniche di massaggio e saranno così in grado di poterle ripetere ogni volta che lo desiderano.



**1 incontro** durata incontro 5 ore | Max 6 partecipanti

Il Corso **BLS-D PEDIATRICO** (PEDIATRIC BASIC LIFE SUPPORT and EARLY DEFIBRILLATION) esecutore per non sanitari si inserisce nell'ambito della formazione all'emergenza pediatrica di base della popolazione. Particolare attenzione è prestata alle manovre necessarie a **disostruire le vie aeree da corpi estranei**.

L'obiettivo è quello di far apprendere ai partecipanti, tramite una lezione frontale teorica e stazioni di addestramento pratico a piccoli gruppi su manichini, le **principali manovre e la sequenza di rianimazione di base** del lattante e del bambino in condizioni di arresto respiratorio e/o cardiaco o con ostruzione delle vie aeree da corpo estraneo. Il Corso permette inoltre di apprendere conoscenze e abilità relative all'impiego del defibrillatore semiautomatico nel bambino in arresto cardiorespiratorio. Il corso di BLS-D PEDIATRICO prevede 1 incontro della durata di 5 ore circa.



## SPORTELLO DI SOSTEGNO

**Incontri su appuntamento** durata incontro 1 ora

Per tutti i genitori che lo desiderano sarà attivo uno **SPORTELLO DI SOSTEGNO PRECOCE ALLA GENITORIALITÀ** dedicato alle famiglie che cercano supporto al momento della nascita del loro bambino e per tutto il primo anno di vita.

Le famiglie saranno affiancate da personale esperto e condivideranno difficoltà, verranno guidate nel trovare soluzioni e valorizzare le capacità innate di ogni genitore.

*"Nulla rende così amabili, come il sentirsi amati" -O. Wilde-*

# MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

È possibile partecipare al percorso completo di accompagnamento alla nascita e alla genitorialità che prevede la possibilità di frequentare:

- 9 incontri di **PREPARAZIONE AL PARTO**
- 4 incontri di **MASSAGGIO INFANTILE** (dopo la nascita)
- 1 incontro di **BLS-D PEDIATRICO**

oppure è possibile partecipare singolarmente ad uno o più corsi a vostra scelta.

*Tutti i corsi saranno attivati con un minimo di 6 coppie partecipanti fino ad un massimo di 12 coppie partecipanti.*

Per info e prenotazioni:

Cell. 334.1180882 / Tel. 06.65048418

[www.fisiolution.it](http://www.fisiolution.it)



# I REGALI PIÙ BELLI? SONO QUELLI CHE SI CONDIVIDONO!

Per tutti gli amici o parenti che vogliono realizzare un regalo utile ed originare alla neo famiglia è possibile acquistare la **GIFT CARD** per il corso di accompagnamento alla nascita, per il corso di massaggio infantile o per il corso BLS-D Pediatrico.

È una idea regalo nuova, originale e sicuramente un pensiero gradito dai genitori e dal bambino.





Studio di Fisioterapia - Osteopatia - Riabilitazione pediatrica

[www.fisiolution.it](http://www.fisiolution.it)

Studio di Fisioterapia - Osteopatia - Riabilitazione pediatrica

Cell. +39.334.1180882 | Tel. +39.06.65048418

Via Portuense, 2400 00054 Fiumicino (RM)



Foto:



Grafica: .nyko