



LA CASA
DEGLI
INTENSAMENTE
COCCOLATI



PASSO PER PASSO VERSO LA NASCITA

DAL CONCEPIMENTO AL PARTO,

DALLA GRAVIDANZA ALLA GENITORIALITÀ PER UNA MATERNITÀ
INFORMATA, POSITIVA E CONSAPEVOLE

DI COSA SI TRATTA?

- Un incontro pre-concezionale, per le famiglie che desiderano avvicinarsi al concepimento
- Dieci incontri di corso di accompagnamento alla nascita, per le donne a partire dalla 16esima settimana di gravidanza che, se lo desiderano, possono essere accompagnate (max 1 persona). Gli incontri avranno una cadenza quindicinale
- Il cerchio delle mamme che accoglierà la diade madre-bambino dalla dimissione al primo mese di vita con cadenza settimanale
- Cinque incontri di corso post parto, per le neo famiglie. Gli incontri inizieranno a circa un mese e mezzo di vita e termineranno intorno ai 6 mesi del bimbo



Città di Segrate

PASSO PER PASSO VERSO LA NASCITA

DAL CONCEPIMENTO AL PARTO, DALLA GRAVIDANZA
ALLA GENTORIALITÀ PER UNA MATERNITÀ
INFORMATA, POSITIVA E CONSAPEVOLE

CHI TERRÀ IL CORSO

Un team multidisciplinare composto da ostetrica, psicologa, consulente ibclc, infermiera, pediatra, anestesista, osteopata, insegnante di yoga, logopedista



COME È STRUTTURATO IL CORSO?

- **1 incontro pre-concezionale: facciamo un bambino?**
- **10 incontri di accompagnamento alla nascita:**
 1. Il corpo che cambia: un nuovo inizio!
 2. Il pavimento pelvico: come prendersene cura
 3. Tutto il mondo in una pancia: prepararsi alla nascita e al parto a partire dal corpo
 4. Si avvicina il parto: prepariamoci insieme! *1ª parte*
 5. Si avvicina il parto: prepariamoci insieme! *2ª parte*
 6. L'allestimento del nido: prepariamolo in sicurezza
 7. Nasciamo! Troviamo il nostro nuovo equilibrio
 8. Che visite dovrà fare il neonato?
 9. Prendersi cura del nuovo arrivato
 10. Io, mamma, sono pronta al grande arrivo
- **Il cerchio delle mamme: il controllo del peso e il sostegno all'allattamento**
- **5 incontri post parto:**
 1. Mamma in forma: il recupero della forma fisica nel post parto
 2. Partiamo insieme
 3. Facciamo la nanna
 4. Lo svezzamento *1ª parte*
 5. Lo svezzamento *2ª parte*
- **Webinar dedicato alla parte burocratica riguardo la maternità, la paternità e la ripresa del lavoro**

Proposte aggiuntive

- Yoga in gravidanza
- Pilates in gravidanza
- Massaggio neonatale
- Pbls: pediatric basic life support

QUANDO

- 18/2** Il corpo che cambia: un nuovo inizio!
OSTETRICA E PSICOLOGA PERINATALE
- 4/3** Il pavimento pelvico: come prendersela cura
OSTETRICA E FISIOTERAPISTA-OSTEOPATA
- 18/3** Tutto il mondo in un pancia: prepararsi alla nascita e al parto a partire dal corpo
INSEGNANTE E FORMATRICE YOGA NASCITA
- 1/4** Si avvicina il parto: prepariamoci insieme! 1°parte
OSTETRICA E PSICOLGA PERINATALE
- 15/4** Si avvicina il parto: prepariamoci insieme! 2°parte
OSTETRICA E ANESTESITA
- 29/4** L'allestimento del nido: prepariamoli in sicurezza
INFERMIERA-EDUCATRICE PERINATALE
- 13/5** Nasciamo! Troviamo il nostro nuovo equilibrio
PSICOLOGA PERINATALE E CONSULENTE PROFESSIONALE IN ALLATTAMENTO (IBCLC)
- 27/5** Che vissute dovrà fare il neonato?
PEDIATRA NEONATOLOGO
- 10/6** Prendersi cura del nuovo arrivato
INFERMIERA-EDUCATRICE PERINATALE
- 24/6** Io, mamma, sono pronta al grande arrivo
FISIOTERAPISTA-OSTEOPATA

COSTI

- **Incontro pre-concezionale:** 15 euro
- **Corso di accompagnamento alla nascita:** 250 euro
- **Il cerchio delle mamme:** 50 euro oppure gratuito per chi partecipa al corso di accompagnamento alla nascita
- **Incontri post-parto:** 120 euro
- **Pilates e/o yoga in gravidanza:** 15 euro a incontro
- **Massaggio neonatale:** 50 euro (4 incontri)
- **Pbs:** 30 euro

DOVE?

Intensamente Cocolati

Ala associazioni MI 2 nord Milano Due (Segrate)
Casella postale numero 13 - 20900 Segrate centro

✉ intensamentecocolati@gmail.com

🌐 www.intensamentecocolati.com

