



CALENDARIO INCONTRI 3° Percorso di Accompagnamento alla Nascita - P.A.N. 2023

Via Carmelo Onorato c/o istituto Ex IPAI (2° Piano) dalle 15.00 alle 17.00

Rivolto a tutte le mamme e coppie per rafforzare la fiducia in se stessi e nelle proprie capacità di affrontare la gravidanza, il parto, la cura, l'accudimento del bambino, l'allattamento e la genitorialità.

Informazioni/Adesioni : 091.7036434 Assistente Sanitaria Terzo Lucia o presso Consultorio Familiare di appartenenza.

	DATA	TEMA INCONTRO	CONTENUTI
1	19 SETTEMBRE	<ul style="list-style-type: none"> · Gravidanza · Sessualità in gravidanza 	<ul style="list-style-type: none"> · Fisiologia della gravidanza, controlli, stili di vita, alimentazione; · Vaccinazioni in gravidanza;
2	21 SETTEMBRE	<ul style="list-style-type: none"> · Tecniche di rilassamento 	<ul style="list-style-type: none"> · Respirazione / esercizi
3	26 SETTEMBRE	<ul style="list-style-type: none"> · Aspetti psicologici della gravidanza 	<ul style="list-style-type: none"> · Benessere psicologico; · Tutela e prevenzione salute mentale;
4	3 OTTOBRE	<ul style="list-style-type: none"> · Prev. Incidenti domestici · Tutela grav. e maternità 	<ul style="list-style-type: none"> · Prevenzione incidenti domestici; · Legislazione a tutela della maternità;
5	10 OTTOBRE	<ul style="list-style-type: none"> · Genitorialità 	<ul style="list-style-type: none"> · Diventare mamma e papà dalla diade alla triade;

6	12 OTTOBRE	<ul style="list-style-type: none"> • Tecniche di rilassamento 	<ul style="list-style-type: none"> • Respirazione / esercizi
7	17 OTTOBRE	<ul style="list-style-type: none"> • Travaglio-parto • Gestione del dolore 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestione del dolore durante il travaglio, il parto e il <i>post partum</i>; • Strategie medicalizzate e de medicalizzate;
8	24 OTTOBRE	<ul style="list-style-type: none"> • Allattamento 	<ul style="list-style-type: none"> • Vantaggi dell'allattamento materno; • segnali di fame, attacco, ingorgo, ragadi e mastite; • pratica allattamento- simulate;
9	31 OTTOBRE	<ul style="list-style-type: none"> • Aspetti psicologici dell'allattamento 	<ul style="list-style-type: none"> • La relazione con il neonato, cura e accudimento;
10	7 NOVEMBRE	<ul style="list-style-type: none"> • La vita dopo il parto 	<ul style="list-style-type: none"> • Bisogni di assistenza dopo il parto • contraccezione; • informazioni sull'impiego delle cellule staminali;
11	9 NOVEMBRE	<ul style="list-style-type: none"> • Tecniche di rilassamento 	<ul style="list-style-type: none"> • Respirazione / esercizi
12	14 NOVEMBRE	<ul style="list-style-type: none"> • Neonato • Visita reparto e sala parto 	<ul style="list-style-type: none"> • Cure e gestione del neonato; • Sviluppo fisico ed emotivo del neonato; • Manovre disostruttive;