



Tante iniziative per te

DAL NORD AL SUD, ECCO DOVE INCONTRARSI,
CONOSCERE, DIVERTIRSI, RILASSARSI

TORINO

Facciamo comunità!

Si chiama "M'ami-Il luogo delle mamme" ed è un progetto promosso dall'ASL To1, in collaborazione con il Comune e con il contributo della Compagnia San Paolo, che si rivolge a tutte le mamme con un bimbo da 0 a 3 anni. "Il luogo delle mamme" è uno spazio dove incontrare altri genitori, confrontarsi con gli esperti, ricevere informazioni e fare comunità. Tutti i lunedì, dalle 16 alle 19, le mamme sono attese insieme ai loro piccini presso l'Educatore della Provvidenza, in corso Trento 13 (isola pedonale della Crocetta), per chiacchiere e condividere esperienze. Periodicamente vengono inoltre organizzati incontri condotti da esperti per approfondire varie tematiche legate alla crescita e all'accudimento del bebè, oltre a corsi e laboratori creativi. In vista del Natale, lunedì 9 dicembre, dalle 17 alle 18.30, si terrà ad esempio il laboratorio creativo "Il body di Natale", a cura della Cooperativa Stranaidea, per decorare con disegni natalizi i body dei propri bimbi. Il lunedì successivo, 16 dicembre, l'appuntamento è per scambiarsi gli auguri: dalle 17 alle 19 si svolgerà infatti la festa di Natale per mamme, papà e bimbi.

INFO: Tel. 334/6282318, mami@aslo1.it

FORLÌ

Naturalmente madri

È un progetto dell'associazione culturale Babylon, e accompagna la donna prima e dopo la nascita del suo bambino. Si chiama "Naturalmente madri" e prevede una serie di incontri distribuiti in quattro percorsi: quello Verde affronta tematiche quali i rimedi naturali, i Fiori di Bach, l'alimentazione consapevole; il percorso Viola si concentra sulla preparazione psico-fisica in vista del parto; il percorso Blu è informativo; il percorso Rosa propone uno sguardo sul "dopo", offrendo l'occasione per riflettere sull'accudimento del bebè. Per le neomamme vengono organizzati il percorso Terra per parlare di svezzamento secondo i ritmi della natura; il percorso Aria per conoscere i rimedi naturali "della nonna" per gestire i piccoli disturbi del bebè; il percorso Acqua a proposito di coccole, massaggio, canto, e infine il percorso Fuoco dedicato alla rielaborazione dell'esperienza del parto, ai nuovi ritmi di sonno di tutta la famiglia, al ritrovamento dell'intimità di coppia. Ogni donna può scegliere a quali percorsi partecipare. Tutti gli incontri si svolgono presso la nuova sede dell'associazione situata in via Cerchia 38A.

INFO: babylonforli@gmail.com

MANTOVA

Dopo il cesareo, un parto naturale

Vivere l'esperienza di un parto naturale pur avendo alle spalle un cesareo si può. Non solo è possibile ma, in assenza di indicazioni cliniche che rendano necessario un nuovo intervento, è anche la scelta migliore per la salute della donna e del bambino, come chiariscono le linee guida dell'Istituto Superiore di Sanità. Per offrire informazioni alle donne in attesa del secondo o del terzo figlio che vogliono partorire in modo spontaneo, è nata l'associazione di volontariato "Innecesareo" che nel suo sito ha raccolto testimonianze di mamme e riferimenti degli ospedali italiani che sono favorevoli al travaglio di prova dopo l'intervento, oltre ai nominativi di ostetriche libere professioniste che possono accompagnare la donna in questo percorso. Le mamme dell'associazione sono inoltre a disposizione per offrire incoraggiamento e supporto, online tramite il gruppo facebook e la mailing list, telefonicamente e organizzando incontri sul territorio. L'associazione è anche un punto di riferimento per le donne in attesa del primo figlio che vogliono saperne di più sulla fisiologia della nascita.

INFO: innecesareo@gmail.com, sito www.innecesareo.it