

Cari genitori,

eccovi all'incontro con il vostro bambino...

è un'esplosione di emozioni e sensazioni nuove...

*Sarà anche un ricominciare... ci saranno cambiamenti,
trasformazioni e novità...*

*Vi potrà capitare di sentirvi insicuri, di scoprire risorse
impensate, di avere dubbi, domande, nuove esigenze, di
sentire bisogno di confronto e di conforto...*

*E' naturale e forse non può essere altrimenti vista
l'intensità e la delicatezza di questa esperienza...*

*Diventare genitori significa fare posto, imparare ad
ascoltare e a curare.*

*Consapevoli dell'impegno che questo cammino richiede,
vi offriamo la nostra competenza e la possibilità di
confrontarvi con altri genitori per crescere nella relazione
con il vostro bambino.*

Gli operatori del percorso nascita

**"CRESCIAMO
INSIEME"**

**Iniziative e proposte del Consultorio Familiare
dalla gravidanza al primo anno di vita**



CONSULTORIO FAMILIARE - DISTRETTO DI SESTO CALENDE

Via Montrucco, 10 - 21018 Sesto Calende

telefono 0331.913473/923619

consultorio.sesto@asst-settelaghi.it

Corso di accompagnamento alla nascita ... per mamma



Sette incontri di gruppo in gravidanza (indicativamente dal sesto/settimo mese) ed uno nel post-partum.

Il corso si pone l'obiettivo di fornire strumenti utili ad affrontare con consapevolezza l'esperienza della gravidanza e della nascita.

Ogni incontro prevede momenti di lavoro corporeo, psicologico, attivazioni e contributi teorici.

Per informazioni ed iscrizioni, rivolgersi all'Ostetrica Monica Rossi chiamando al numero 0331.923619

Compartecipazione alla spesa sanitaria secondo normativa nazionale e regionale

Corso di accompagnamento alla nascita ... per papà



Uno/due incontri di gruppo in cui condividere pensieri, emozioni, aspettative e timori sul tema della paternità.

Percorso riservato ai partner delle donne che frequentano il corso di accompagnamento alla nascita nel Consultorio Familiare.

Per informazioni ed iscrizioni, rivolgersi all'Ostetrica Monica Rossi chiamando al numero 0331.923619

Gratuito

Consulenza ostetrica individuale

Hai bisogno di consigli sull'allattamento?
Il tuo bambino fa fatica ad attaccarsi al seno?
Hai ragadi?
Temi di avere un ingorgo?
Hai dolore ai punti di sutura?



Per queste ed altre domande puoi rivolgerti all'Ostetrica Monica Rossi chiamando al numero 0331.923619 per avere una consulenza.

Gratuito

Spazio Pesata

Riservato a genitori con bambini fino a 12 mesi di età.

Uno spazio nell'ambito del quale vengono rilevati i parametri di crescita del bambino e viene fornita una consulenza sanitaria ai genitori.



Per accedere al servizio:

è opportuno **concordare il primo appuntamento** telefonando all'Infermiera Professionale

Valentina Buondonno

lunedì e mercoledì dalle ore 12.00 alle ore 13.00
al numero 0331.923619

Gratuito

Corsi di massaggio al neonato



*Essere toccato e
accarezzato,
essere massaggiato
è nutrimento per il bambino.
Cibo necessario
come i minerali, le vitamine e
le proteine.
Frederick Leboyer*

Incontri di gruppo riservati a genitori con bambini fino a sei mesi di età.

Il corso, costituito da **5 incontri a cadenza settimanale**, prevede l'insegnamento del massaggio infantile a cura di Paola Forni, insegnante AIMI (Ass. Italiana Massaggio Infantile).

Per informazioni rivolgersi a Paola Forni al numero 0331.913473

Gratuito

Incontri di gruppo

Letto o lettone? Sonno della notte e sonno del giorno. Dal biberon al cucchiaino. E se il mio bambino non gradisce la pappa? Il mio bambino ha solo pochi mesi... cosa è il gioco per lui? Questo comportamento del mio bambino sarà un vizio? Il mio bambino sta iniziando a gattonare... come posso renderlo un "esploratore sicuro"? Arrivederci a stasera!... cosa sarà successo in mia assenza?

Per rispondere a queste e ad altre domande il Consultorio Familiare propone incontri di gruppo rivolti a genitori di bambini da zero a dodici mesi.

Tali incontri vogliono essere uno spazio di confronto e scambio di pensieri, emozioni ed esperienze relative alla crescita del bambino e alla relazione con lui:

- Latte e coccole! : conversazioni sul tema dell'allattamento
- A proposito di nonni! : conversazioni intorno alla figura dei nonni
- Mamma, ho sonno! : conversazioni sul tema del sonno
- Vizi e dintorni! : conversazioni sul tema dei vizi
- Pa..pa..pap...pappa! : conversazioni sul tema dello svezzamento
- Giocando si impara! : conversazioni sul tema del gioco
- Preparami un nido... voglio crescere sicuro! : conversazioni sul tema della prevenzione degli infortuni domestici
- Torno subito! : conversazioni sul tema del rientro al lavoro

Per informazioni rivolgersi a Denise Sosio o a Paola Forni chiamando al numero 0331.913473

Gratuito

Visite ginecologiche in gravidanza e puerperio

All'interno del servizio è possibile essere seguite durante tutta la gravidanza e il puerperio dalla stessa équipe composta da ginecologa e ostetrica.

Per informazioni e appuntamenti chiamare
dal lunedì al venerdì
dalle ore 12.00 alle ore 13.00
al numero 0331.923619

Compartecipazione alla spesa sanitaria secondo normativa nazionale e regionale



Consulenze psicologiche individuali e/o di coppia in gravidanza e puerperio

La gravidanza, il parto e i primi mesi di relazione con un bambino, sono momenti spesso caratterizzati da intensi cambiamenti emotivi e psicologici. Affrontare con fiducia e serenità questi cambiamenti risulta molto importante per il nostro benessere psicologico.

A volte, tuttavia, è possibile sentire la necessità di un aiuto, di un consiglio o semplicemente l'esigenza di mettere ordine alle proprie idee.

Il Consultorio Familiare offre consulenza psicologica individuale (a mamma e papà) e/o di coppia durante il periodo della gravidanza e del puerperio, sino al compimento del primo anno di età del bambino, offrendo la possibilità di una presa in carico in tempi brevi.



Per informazioni o prenotazioni è possibile chiamare
al numero 0331.913473
Gratuito

Il pavimento pelvico

come rivitalizzarlo e rinforzarlo

Il pavimento pelvico (perineo) è la muscolatura che sostiene gli organi pelvici (vescica, utero, retto).
Dopo la gravidanza varie cause ne creano un indebolimento



Per avere percezione di questa parte del corpo e poterla rivitalizzare e rafforzare al fine di avere una maggior consapevolezza, un maggior controllo sulla muscolatura (durante starnuti, tosse) e per alleviare dolori a livello lombare

l'Ostetrica

propone **4 incontri di lavoro corporeo in piccolo gruppo** con donne che hanno partorito da circa 4/5 mesi.

Per informazioni e iscrizioni rivolgersi all'Ostetrica
Monica Rossi chiamando al numero 0331.923619

Gratuito