

LA FAMIGLIA SI ALLARGA

Gli strumenti indispensabili per affrontare al meglio i 9 mesi della gravidanza



Ciclo di 5 incontri rivolto ai futuri genitori da abbinare preferibilmente al corso di yoga "Yoga in gravidanza"

Gli incontri, tenuti ogni volta da professionisti diversi, hanno lo scopo di fornire alle future mamme e ai futuri papà gli strumenti necessari per affrontare al meglio la gravidanza ed essere preparati al parto e alla nuova condizione di famiglia.

1

Come organizzarsi, quando andare e cosa succede in ospedale?

Dott.ssa Gessica Berton, ostetrica

03 febbraio 2018 - E' consigliata la presenza dei papà

2

I cambiamenti del corpo durante i 9 mesi della gravidanza

Lucia Foglia, osteopata

10 febbraio 2018

3

Lo sguardo, il contatto e l'amore incondizionato nella crescita del bambino

Dott.ssa Lidia Tregnago, psicologa e psicoterapeuta formata in EMDR

17 febbraio 2018 - E' consigliata la presenza dei papà

4

Tecniche di respirazione e rilassamento per affrontare il travaglio

Dott.ssa Gessica Berton, ostetrica

24 febbraio 2018 - E' consigliata la presenza dei papà

5

Fabbisogni nutrizionali e gestione delle principali problematiche alimentari

Dott.ssa Stefania Cocolo, biologa nutrizionista

03 marzo 2018



DOVE e QUANDO

Gli incontri si terranno %
il **Centro Olistico Rhamni di Gallarate, Via A. Cappellini, 18** il sabato mattina **dalle 09:45 alle 11:00** nelle seguenti date: **3, 10, 17, 24 febbraio e 3 marzo 2018**



COSTI

Il corso ha un prezzo di 75 euro per i soci della scuola di Yoga Rhamni e di 95 euro per i non soci. La tessera associativa ha un costo di 55 euro.



ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

Contattare il nr.
347 810 0542.