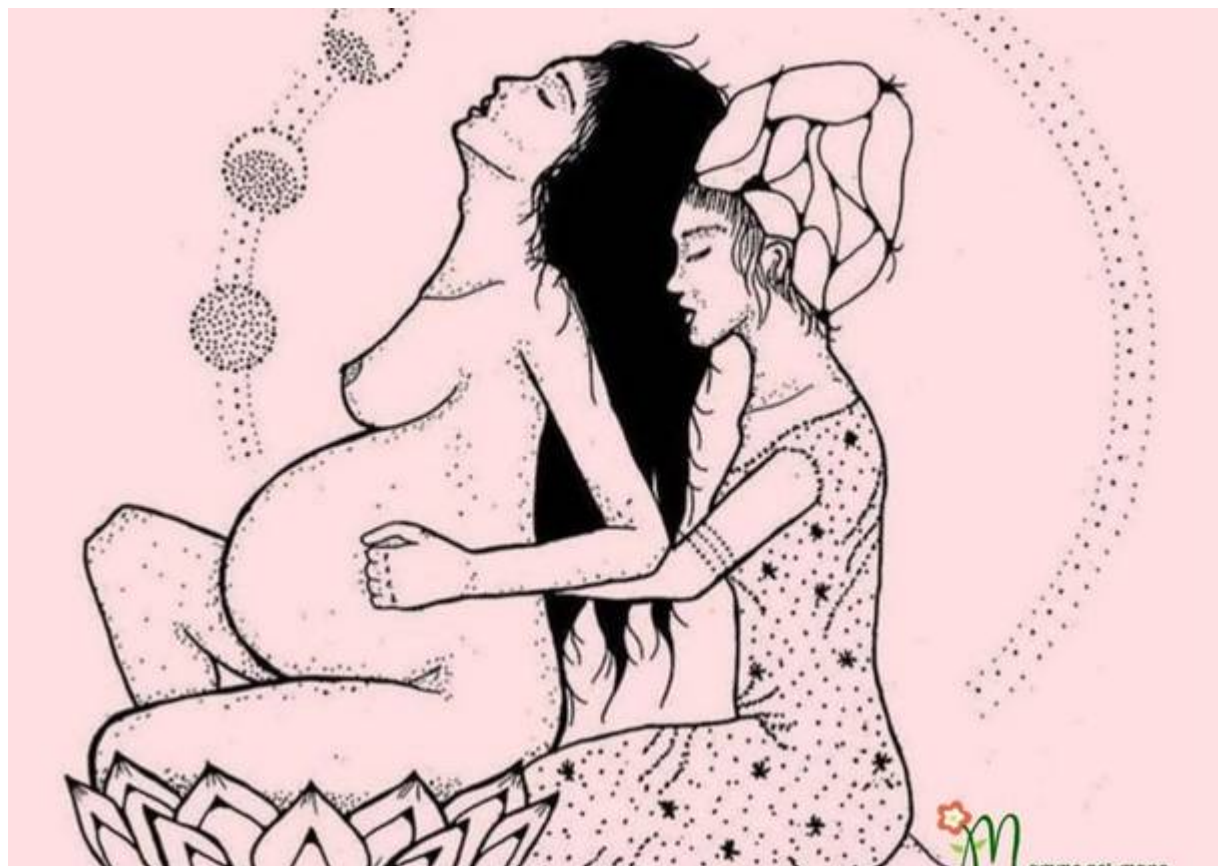


Mamme per mano: percorso gratuito di accompagnamento alla nascita

Pubblicato: Mercoledì 16 Dicembre 2020



“**Mamme per mano**” è lo sportello di sostegno alla gravidanza e ai primi mesi di vita dei neonati aperto dall’associazione **Insieme Donna** (che promuove iniziative in difesa dei diritti delle donne), grazie alla collaborazione della **doula e custode della nascita Samantha Mazzilli** e con il Patrocinio del Comune di Caronno Pertusella.

Lo sportello si trova al civico 69 di via Adua ma in tempo di pandemia tutti gli incontri si sono spostati online, incluso il **nuovo corso preparto: un percorso in 5 tappe a partire dal 16 gennaio al 13 febbraio, il sabato pomeriggio dalle 14 alle 16 su piattaforma Skype e rivolto ai futuri genitori, mamme e papà**, per prepararsi insieme ad accogliere la nuova vita, con informazioni su parto, allattamento portare in fascia e acquisti, futili o necessari, per il figlio in arrivo.

“Il periodo della gravidanza e del puerperio sono densi di emozioni, di grandi gioie ma anche di ansia e novità – racconta Samantha – per questo le coppie hanno bisogno di informazioni aggiornate e di una rete di supporto, soprattutto in questi tempi di particolare stress sociale e collettivo. A questo serve il corso che propongo grazie alla collaborazione del Comune di Caronno Pertusella”.

Della rete fanno parte le giovani famiglie che hanno da poco avuto un bimbo e altre **figure non sanitarie di supporto alla pari della maternità, come consulenti del portare o dell’allattamento che pure partecipano agli incontri online** “in cui capita di avere, ad esempio, una mamma in diretta dal Canada, dove è rimasta bloccata per via del lockdown”, racconta Samantha con riferimento al corso che si è concluso pochi giorni fa.

Di seguito [il calendario e il programma del corso](#) nel dettaglio.

1* INCONTRO 16 gennaio

DEA MADRE con Samantha

- Mamme in cerchio: la gravidanza, i cambiamenti e le aspettative
- Fisiologia gravidanza: cosa accade nel tuo corpo
- Valigia Ospedale
- Lista Nascita per la mamma e il Bambino
- 15 punti OMS parto rispettato

2* INCONTRO 23 gennaio

LA NASCITA con Samantha e Silvia di Domenico Custode della Nascita, Consulente Babywearing, Aromaterapeuta, Breastfeeding Peer Counselor

- Nascere durante il COVID
- Prodromi e travaglio, come si presentano e cosa fare? E il tappo? E se rompo le acque?
- Tipologie di parto: parto in acqua, cesareo, induzione, Vbac
- Analgesia: visualizzazione del dolore, respirazione o vocalizzazione cosa sono?
- La Placenta, conosciamola

3* INCONTRO 30 gennaio

GOCCIA A GOCCIA con Samantha

- Devo preparare il seno già in gravidanza?
- Montata lattea: quando avviene?
- Colostro: gocce di vita
- La spremitura manuale
- Attacco corretto e possibili posizioni
- Piccoli consigli

4* INCONTRO (eventuale)

ALLATTAMENTO.. E LAVORO

- Quanto latte estrarre?
- Quale tiralatte usare?
- La conservazione del latte materno
- E se non vuole il biberon?

5* INCONTRO 6 febbraio

A CASA CON TE con Samantha e Debora Palumbo (Consulente Babywearing)

- Acquisti utili (e futili)
- Leggiamo le etichette e l'INCI
- Come funziona il suo sonno?
- Gestione primi giorni: crosta lattea, acne neonatale, evacuazioni
- Colichette, quel pianto...
- Tips di sicurezza: auto, casa, nanna

6* INCONTRO 13 febbraio

LEGAMI IN UN ABBRACCIO con Debora

- Portare in fascia o marsupio: cosa vuol dire ergonomico?
- I supporti

- Le legature: impariamo a legare

Per maggiori informazioni scrivere a info@mammepermano.com – 340 9089471 oppure consultare il sito mammepermano.com.

di bambini@varesenews.it