

La socialità è fondamentale, anche nell'esperienza del diventare genitori

Pubblicato: Mercoledì 22 Febbraio 2023



La socialità è fondamentale, anche nell'esperienza del diventare genitori. Ne sono convinte le Ostetriche di Montallegro che per questo propongono, anche nel 2023 nella sede di Varese, diversi **corsi dedicati alle mamme e ai papà in attesa o appena nati**. Lo fanno a partire dall'imprescindibile cerchio delle mamme, riproponendo percorsi pratici sullo svezzamento e sul portare in fascia ma anche diverse novità, sempre **con l'obiettivo di «creare salute, benessere, buonumore e fiducia nel corpo e nelle sue competenze, e per ribadire come la socialità**, stare insieme agli altri in un cerchio, in gruppo e in presenza, siano una condizione centrale nella esperienza del diventare genitori», spiega **Marta Campiotti**, fondatrice di Casa Maternità e dello Studio Ostetriche di Montallegro.

IL TEMPO DELLA GRAVIDANZA

Il Corso di coppia di preparazione alla nascita naturale conta di sette incontri e viene riproposto ogni due mesi (l'ultimo è partito l'8 febbraio) ogni mercoledì dalle 19 alle 21, in presenza perché **«abbiamo scelto di non parlare di nascita davanti ad uno schermo»**. Il corso ha lo scopo di conoscere, assieme alle ostetriche, “la straordinaria meraviglia del corpo femminile che si prepara al travaglio e al parto, dando spazio all'ascolto, alla curiosità e alle emozioni”. Un percorso a tappe attraverso proposte pratiche per la coppia tra massaggio, posizioni per il travaglio, confronto attivo.

Tra le novità un lavoro corporeo con gli elementi in “Benessere e movimento”, in mattinata e nel tardo

pomeriggio del lunedì con Marta Campiotti

IL TEMPO DOPO LA NASCITA

Diversi percorsi dedicati allo svezzamento naturale, al portare i piccoli e al messaggio neonatale si affiancano il **tradizionale Cerchio delle mamme del mercoledì mattina** assieme ai bambini nel loro primo anno di vita per parlare di latte, coccole, nanna e tutto ciò che di fondamentale c'è nell'accudimento e nella relazione con i bambini.



C'è poi una novità dedicata al **“Lavoro corporeo nel dopo parto”**, per le mamme assieme ai loro bambini, sempre il mercoledì ma nel primo pomeriggio alle ore 14. «Un'ora per la mamma ed il suo bambino nel primo anno di vita, per riconoscersi nel corpo trasformato – spiega l'ostetrica **Mamì Pirali** – Un tempo dedicato per lavorare insieme sul respiro ed il rilassamento delle tensioni muscolari, sul perineo e la sua tonificazione per divertirsi e ridere insieme alle altre mamme!»

E su questa linea **si allarga alle donne di tutte le età la proposta**, anch'essa nuovissima, **di un percorso di Ginnastica al femminile con Elisa D'Angelo, esperta del metodo ipopressivo per postura, diastasi e salute pelvica** (dal 1 marzo, il mercoledì dalle 17.30 alle 18.30)

CANTIAMO INSIEME CON TUTTA LA FAMIGLIA

Il canto rilassa, apre, unisce, vibra e trasforma, proprio quel che serve alle famiglie in formazione. Ne è convinta la **Maestra Valeria Bottacin** che propone alle donne in gravidanza, alle coppie e alle mamme e i papà insieme ai loro figli (fino ai due anni) e anche agli operatori che la vorano con la primissima infanzia “Cantiamo insieme”, uno spazio dove giocare con la voce e con il ritmo insieme ai bambini, ogni martedì pomeriggio alle 17.30, sempre allo **Studio ostetriche di Montallegro** in via del Cairo 26 a Varese.

[Qui la locandina](#) delle iniziative.

Per maggiori informazioni scrivere a casamaternita.varese@gmail.com.

di bambini@varesenews.it