



INCONTRI

calendario
2024

Dialogando con i genitori in attesa

Quando

Giovedì 19.30-21.30

Dove

Studio Levatrice Bellinzona
Via Federico Pedotti 10

Iscrizioni

info@studiolevatrice.ch

entro le 12.00

del giorno stesso

Incontri gratuiti

MAGGIO

02.05 - Il sapere e le competenze della mamma e del neonato: conoscerli per vivere al meglio la gravidanza, il parto, accudimento

16.05 - Il benessere del corpo: movimento e salute del pavimento pelvico in gravidanza per favorire il momento del parto con Ashley Bolis (*fisioterapista specializzata in pavimento pelvico*)

23.05 - Le sfide del rientro a casa: riflessioni su vari temi dai bisogni del neonato passando per quelli della mamma, del papà e dei fratellini

GIUGNO

06.06 - Il sapere e le competenze della mamma e del neonato: conoscerli per vivere al meglio la gravidanza, il parto, accudimento

13.06 - Nutrizione in gravidanza e oltre: consigli, consapevolezza e soluzioni per un percorso salutare con Isabel De Luigi (*dietista ASDD-CRS, nutrizionista*)

20.06 - Maternità e lavoro: diritti delle lavoratrici e conciliazione delle esigenze familiari e professionali in collaborazione con [Equi-Lab](#)

SETTEMBRE

05.09 - Dialogare con il pancione: la relazione tra genitori e bambino inizia dalla gravidanza con Stefania e Marlène (*Doula e Conduatrici Basic Bonding PSE in formazione*)

12.09 - Oltre il silenzio: il tabù delle emozioni nella maternità con Lara Meloni (*presidentessa associazione Creiamoci, mamma di Levi*)

19.09 - Il benessere del corpo: movimento e salute del pavimento pelvico in gravidanza per favorire il momento del parto con Ashley Bolis (*fisioterapista specializzata in pavimento pelvico*)

26.09 - Come si aspetta di nascere il bambino? con Delta Geiler Caroli (*Presidente onoraria Associazione Nascere Bene Ticino*)

Gli incontri proseguiranno anche nei mesi successivi

In collaborazione con



Con il sostegno dell'UfaG



Dipartimento della sanità
e della socialità

Promosso da

nascere bene