

# DIVENTARE GENITORI

## Nascer-Nascendo

INCONTRI DI ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA:  
Consultori Ravenna, Faenza, Lugo, Cervia e Centri per le Famiglie

**Gli Incontri di Accompagnamento alla Nascita hanno la finalità di essere un supporto per i futuri genitori nel momento di transizione che la nascita di un figlio/a rappresenta. Durante gli incontri verranno fornite tutte le informazioni per vivere l'attesa serenamente, affrontando senza timori e con la giusta consapevolezza il processo di cambiamento.**

Nel corso degli incontri di gruppo sarà possibile:

- **condividere l'esperienza della maternità con altre donne**, in un contesto protetto e capace di ascoltare i bisogni, offrire spazio a domande, esporre dubbi e paure, facilitando la creazione di gruppi di auto aiuto.
- **ricevere informazioni** riguardo i cambiamenti dell'ultimo trimestre di gravidanza, il travaglio e parto, il puerperio, l'allattamento, la cura del neonato, il ruolo del partner nel percorso che accompagna la nascita e nei primi giorni di rientro a casa, i cambiamenti che segnano il passaggio dall'essere coppia all'essere genitori.
- **prepararsi al parto attraverso il lavoro corporeo**, l'acquisizione di tecniche di respirazione profonda e rilassamento, di metodiche naturali utili nel travaglio e parto, offrendo inoltre suggerimenti pratici e possibili strategie per favorire il miglior adattamento del corpo ai cambiamenti che la gravidanza genera.

### A CHI E' RIVOLTO

A tutte le donne in gravidanza.

Quattro incontri sono aperti alla coppia. Si svolgono in gruppi omogenei per età gestazionale (a partire dalle 28 - 32 settimane).

### COME SI SVOLGONO

Sono offerti dieci incontri di gruppo, cui nove proposti in gravidanza e uno dopo il parto dedicato alla conoscenza della nuova famiglia. Ogni incontro ha una durata di due ore, a cadenza settimanale. Sono condotti dalle Ostetriche dei Consultori Familiari di Ravenna, Faenza, Lugo e Cervia e dagli operatori dei Centri per le Famiglie

### GLI INCONTRI SONO GRATUITI

### MODALITA' DI ISCRIZIONE

Per partecipare agli incontri è necessaria l'iscrizione, a partire dalle 22 settimane di gravidanza. Se desideri iscriverti [CLICCA QUI](#) oppure inquadra il QR CODE.



Per ulteriori informazioni può contattarci tramite mail scrivendo a: [consultoriogravidanza.ra@auslromagna.it](mailto:consultoriogravidanza.ra@auslromagna.it) oppure telefonicamente ai seguenti recapiti:

- Consultorio Familiare Distretto di Ravenna: 0544/286930 oppure 3358283354
- Consultorio Familiare Distretto di Faenza: 0546/602139 oppure 3351374825
- Consultorio Familiare Distretto di Lugo: 0545/213941 oppure 3357714760