

CORSO DOPO PARTO

INCONTRI per NEO-MAMME
per ricercare l'armonia con te stessa ,
il tuo bambino e il tuo partner
accompagnata dalla musica



Questo corso è uno spazio per la neo mamma e il suo bambino o la sua bambina, per stare insieme con altre mamme e bambini, per confrontarsi sui quesiti che sorgono e trovare soluzioni, per parlare di sé, del proprio bambino, del nuovo ruolo di madre.

Per rilassarsi, recuperare energie e ritrovarsi
in un luogo dove sentirsi accolte nel profondo.

L'incontro con la MUSICA sarà un'esperienza sorprendente, facilitante e divertente.

L'invito a partecipare a questi incontri è rivolto alle donne che stanno vivendo la nuova ed impegnativa esperienza di essere madre. Spesso ansia, mancanza di fiducia in sé stesse, solitudine, senso di inadeguatezza e dubbi possono creare una condizione di profondo disagio.

Ma diventare genitore è, prima di tutto, un'esperienza unica e meravigliosa: esprimere e condividere tutte queste emozioni positive aumenta la propria consapevolezza e dà **energia e sicurezza nello stare accanto ai propri figli.**

Durante gli incontri proponiamo strategie e strumenti per favorire una **buona relazione tra madre e figlio**, e riflettiamo anche sul delicato passaggio che la coppia vive nel diventare genitori. Nella fase conclusiva del corso ci sarà l'occasione per un incontro di coppia, in cui **i neo genitori potranno ricercare una nuova intesa** attraverso semplici attività sempre sostenuti dalla musica.

Il corso è condotto da un'educatrice esperta in musicoterapia con una specifica esperienza in tematiche legate alla maternità in collaborazione con un'ostetrica, che si alterneranno nella conduzione dei vari incontri.

Il corso si propone di dare risposta ai bisogni del gruppo.

INFORMAZIONI

Numero incontri: 8 con cadenza settimanale

Durata incontri: 1,30 h

A che è rivolto: mamme e neonati da 0 a 6 mesi

Quando: 10.00 - 11.30

Il calendario degli incontri verrà comunicato al primo incontro

Dove: Asilo nido Ninna Nanna, Gadesco Pieve Delmona - via E. Berlinguer (vicino centro commerciale Cremona 2)

Materiale occorrente: abbigliamento comodo (tuta e calzoncini) e... voglia di mettersi in gioco, di condividere e di stare bene.

Per informazioni su date e costi e per prenotazioni contattare:

Manuela Gnaccarini presso Cooperativa Iride
Tel. 0372 / 458146

ORARI SEGRETERIA

lun e mar	9,00 - 14,00;
mer	9,00 - 18,00;
gio e ven	14,00 - 18,00

Tea Irene Galli (dopo le 19)
cell. 347 / 1769773
e-mail: teagalli@gmail.com

Lodi Cosetta
cell. 329 / 2124933 (dopo le 16)
e-mail: cosettalodi@unh.net