

# **Programma di incontri aprile- maggio 2010**

**Presso lo studio di Paola Greco  
Via dei Pilastrì 3r**

**telefono 055241257 – 3498086535 - email [renpalm@tin.it](mailto:renpalm@tin.it)  
[www.paolagreco.com](http://www.paolagreco.com)**

## **Accoglienza al neonato: un incontro**

I primi momenti all'ospedale  
Linee guida della comunicazione del neonato

**giovedì 15 aprile**

**Dalle 15.00 alle 16.30**

## **Preparazione del bacino: due incontri**

Esercizi di flessibilità e mobilità  
Percezione e preparazione del perineo  
Respirazione durante il travaglio e il parto

**Martedì 4 e 11 maggio**

**Dalle 15.00 alle 16.30**

## **Il dolore nel parto: due incontri**

Preparazione al contenimento e alla accettazione del dolore  
Elaborazione personale dei vissuti  
Strumenti di analgesia naturale

Lavoro sul corpo per affrontare il dolore del parto

**Martedì 18 e 25 maggio**

**Dalle 15.00 alle 16 e 30**

## **Preparazione della coppia: quattro incontri**

Come stare assieme nel travaglio e nel parto  
Massaggi analgesici

**Giovedì 13, 20 e 27 maggio. Lunedì 24 maggio**

**Dalle 18.30 alle 20.00**

## **L'importanza dell'allattamento al seno: un incontro**

Come avviare un allattamento soddisfacente per mamma e bambino

I primi giorni a casa

I massaggi e le coliche d'aria

**Martedì 1 giugno**

**Dalle 15.00 alle 16.30**