

SHANGRI-LA A.S.D e A.P.S.

Centro "Il Sagittario" - Via del Santo 3 - San Giorgio delle Pertiche (Pd)

PREPARIAMOCI AL PARTO

INCONTRO PER LA COPPIA

un meraviglioso viaggio attraverso le varie fasi del travaglio

fino alla nascita del vostro bambino

PER UN TRAVAGLIO SERENO E CONSAPEVOLE

PER UN PARTO NATURALE...INSIEME



**SABATO 7 MAGGIO
DALLE 15.00 ALLE 18.00**

Un incontro teorico-pratico durante il quale potrai chiarirti le idee, chiedere tutto ciò che non hai mai osato e soprattutto sperimentare, assieme al tuo partner (o alla persona che ti assisterà durante il travaglio) tecniche di visualizzazione, posizioni ed esercizi di respirazione, semplici ma efficaci che ti possono aiutare a sfruttare al meglio le risorse del tuo corpo e partorire in modo naturale e sereno.

Parleremo di:

FASI DEL TRAVAGLIO

CONTRAZIONI, cosa sono e perchè avvengono

COME USARE IL RESPIRO e IL MOVIMENTO durante le contrazioni;

L'IMPORTANZA DI SAPER RIPOSARE TRA UNA CONTRAZIONE E L'ALTRA

COME IL PARTNER PUO' AIUTARTI NEI MOVIMENTI ED ALLEVIARE IL DOLORE

POSIZIONI PER PARTORIRE e molto altro

Conducono Manuela Paronetto, Ostetrica ed Educatrice naturoterapica
e Barbara Carlon, Insegnante di Yoga

L'incontro è a numero chiuso e l'iscrizione è obbligatoria

Per informazioni e adesioni contattaci ai numeri

349 3635006 - 348 0658133

info@shangri-la-padova.org www.shangri-la-padova.org