

Muoviti, mamma!

Gruppo di movimento in gravidanza



Per l'iscrizione

Contatta le ostetriche del Consultorio Familiare di Via Boifava, 25 al 0281845395 oppure scrivi un'email a consultorio.boifava@asst-santipaolocarlo.it lasciando il tuo indirizzo email e il numero di cellulare

A chi è rivolto e quando?

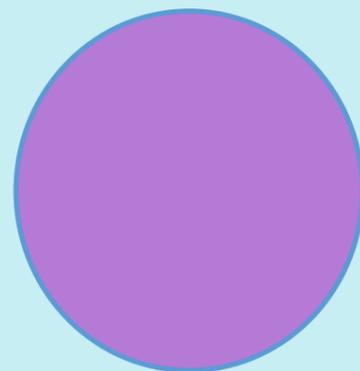
Il gruppo si svolgerà a cadenza settimanale il venerdì mattina dalle 09.30 alle 11.00 presso il salone dei gruppi del poliambulatorio di Via Costantino Baroni, 48 Milano.

Potranno partecipare le donne in gravidanza dopo la 13esima settimana di gravidanza previo colloquio conoscitivo con le ostetriche del Consultorio

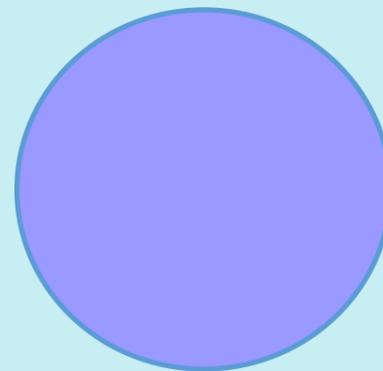
Cosa serve?

La partecipazione è gratuita.

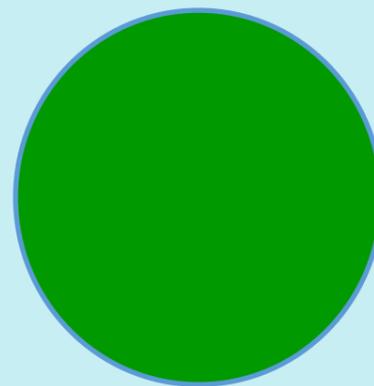
Munirsi di telo o asciugamano personale e calze antiscivolo



Promozione del movimento corporeo in gravidanza



Mobilizzazione del bacino, presa di coscienza e percezione del perineo, esercizi di rilassamento



Creazione rete territoriale di future mamme