



Dipartimento della Salute della Famiglia

UOC Organizzazione Sanitaria dei Servizi alla Famiglia



## PERCORSO DI ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA

### 3° PAN 2026 Distretto 42 Palermo- Partecipazione gratuita

Rivolto a tutte le mamme e coppie per rafforzare la fiducia in se stessi e nelle proprie capacità di gestire la gravidanza, il parto, la cura, l'accudimento del bambino, l'allattamento e la genitorialità

Per **INFORMAZIONI** e **PRENOTARE** chiamare al 091/7036434-3358204080 oppure scrivere alla [mail: lucia.terzo@asppalermo.org](mailto:lucia.terzo@asppalermo.org) o rivolgersi direttamente all' Ostetrica del Consultorio Familiare più vicino al domicilio il cui Elenco è pubblicato nel sito aziendale <https://www.asppalermo.org>

Il corso si svolge in orario pomeridiano dalle ore 15.00 alle ore 17.30 ed è accessibile già dal **secondo trimestre di gravidanza**. **SEDE:** Aula LA VIGNICELLA in Via Gaetano La Loggia n.5 e P.O. Ingrassia Rep. di Ginecologia

	DATA	SEDE	TEMA INCONTRO	CONTENUTI
1	giovedì 3 settembre	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<i>Presentazione corso</i> <i>Obiettivi del corso</i>  <i>Gravidanza e genitorialità</i>	Aspetti psicologici della gravidanza Diventare mamma e papà dalla diade alla triade Emozioni in gravidanza Tecniche di rilassamento respirazione diaframmatica profonda

2	Giovedì 10 settembre	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<i>Gravidanza</i>	Fisiologia della gravidanza, bilanci di salute, controlli sanitari, stili di vita Sessualità in gravidanza Vaccinazioni in gravidanza Esercizi di rilassamento
3	Giovedì 17 settembre	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<i>Prev. Incidenti domestici</i>  <i>Tutela gravidanza e maternità</i>	Prevenzione incidenti domestici Legislazione a tutela della maternità Esercizi di rilassamento
4	Giovedì 24 settembre	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<i>Benessere psicologico in gravidanza</i>	Tutela e prevenzione salute mentale Esercizi di rilassamento
5	Giovedì 1 ottobre	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<i>Gestione del dolore</i> <i>Strategia vaccinale</i>	Strategie medicalizzate e strategie demedicalizzate Prime vaccinazione del neonato Esercizi di rilassamento
6	Giovedì 8 ottobre	P.O. Ingrassia	<i>Travaglio-parto</i> <i>Visita reparto e sala parto</i>	Il travaglio, il parto Visita reparto e sala parto Esercizi di rilassamento
7	Giovedì 15 ottobre	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<i>La vita dopo il parto</i>	Bisogni di assistenza dopo il parto Contraccezione Informazioni sull'impiego delle cellule staminali Esercizi di rilassamento

8	Giovedì 22 ottobre	P.O. Ingrassia	<i>Neonato</i>	Cure e gestione del neonato- Sviluppo fisico ed emotivo del neonato-Manovre disostruttive in caso di soffocamento Esercizi di rilassamento
9	Giovedì 29 ottobre	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<i>Allattamento</i>	Benefici dell'allattamento materno- Segnali di fame, attacco, ingorgo, ragadi e mastite Esercizi di rilassamento
10	Giovedì 5 novembre	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<i>Aspetti psicologici dell'allattamento chiusura corso</i>	La relazione con il neonato, cura e accudimento Esercizi di rilassamento test di gradimento