



Dipartimento della Salute della Famiglia

UOC Organizzazione Sanitaria dei Servizi alla Famiglia



## PERCORSO DI ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA

### 4° 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	Martedì 20 ottobre	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	<b>Martedì 27 ottobre</b>	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<b><i>Gravidanza</i></b>	Fisiologia della gravidanza, bilanci di salute, controlli sanitari, stili di vita Sessualità in gravidanza Vaccinazioni in gravidanza Esercizi di rilassamento
3	<b>Martedì 3 novembre</b>	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<b><i>Prev. Incidenti domestici Tutela gravidanza e maternità</i></b>	Prevenzione incidenti domestici Legislazione a tutela della maternità Esercizi di rilassamento
4	<b>Martedì 10 novembre</b>	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<b><i>Benessere psicologico in gravidanza</i></b>	Tutela e prevenzione salute mentale Esercizi di rilassamento
5	<b>Martedì 17 novembre</b>	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<b><i>Gestione del dolore Strategia vaccinale</i></b>	Strategie medicalizzate e strategie demedicalizzate Prime vaccinazione del neonato Esercizi di rilassamento
6	<b>Martedì 24 novembre</b>	P.O. Ingrassia	<b><i>Travaglio-parto Visita reparto e sala parto</i></b>	Il travaglio, il parto Visita reparto e sala parto Esercizi di rilassamento

7	<b>Martedì 1 dicembre</b>	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	<b>Giovedì 10 dicembre</b>	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	<b>Martedì 15 dicembre</b>	P.S. Pisani (aula Vignicella)	<i>Allattamento</i>	Benefici dell'allattamento materno- Segnali di fame, attacco, ingorgo, ragadi e mastite Esercizi di rilassamento
10	<b>Martedì 22 dicembre</b>	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