



## Percorso Nascita

Il Consultorio Familiare offre un servizio di accompagnamento all'evento nascita, garantendo alla donna e/o alla coppia assistenza sanitaria, sostegno ed ascolto psicosociale.

L'ostetrica facilita, nella relazione con la futura mamma, la presa di coscienza delle sue competenze, favorendo scelte responsabili ed autonome.

### Per appuntamenti:

Telefonare al numero  
035 4245 538/530



**Zanica**  
via Serio, 1

Telefonare al numero  
035 378 120/138



**Dalmine**  
viale Betelli, 2

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ASST Bergamo Ovest



Consultori Familiari  
**PERCORSO NASCITA**

Consultori Familiari ASST Bergamo Ovest - Dalmine e Zanica



*Consulenza sanitaria pre concezionale e visite ostetriche/ginecologiche periodiche nel corso della gravidanza fisiologica.*

## In gravidanza

dal 2° trimestre di gravidanza

### Corsi di accompagnamento alla nascita

I corsi sono strutturati in 8 incontri, a cadenza settimanale, il mattino dalle 9.00 alle 12.00 circa, con l'obiettivo di creare uno spazio protetto di condivisione e confronto fra donne in attesa di un figlio per: ● prepararsi alla nascita con consapevolezza; ● ricevere informazioni sulla gravidanza, sul parto, sul puerperio e sui servizi psicosociali a favore della maternità; ● condividere l'esperienza della maternità con altre donne.

## Sostegno all'allattamento

Gruppo "allattamento e... non solo"

Gruppo di sostegno all'allattamento dove poter portare pensieri, emozioni e fantasie che la maternità porta con sé.

Con la partecipazione di una psicologa esperta.

### Dalmine

giovedì dalle ore 10.00 alle ore 12.00

### Zanica

venerdì dalle ore 10.00 alle ore 12.00



### Massaggio al bebé

#### Zanica

tutti i venerdì

dalle ore 10.00 alle ore 12.00

## Corsi di Massaggio Infantile

4/5 incontri gratuiti a cadenza settimanale con mamme/papà e bambini tra 1-12 mesi, finalizzati ad apprendere tecniche di massaggio per favorire il legame di attaccamento e rafforzare la relazione genitore-bambino (richiesta iscrizione).

**Ehi ci siamo anche noi!**

**Gruppo per i papà, con i papà.**

Spazio aperto a tutti i papà affinché un confronto di esperienze li aiuti di fronte alla paternità. I gruppi si tengono alla sera, una volta al mese. Per informazioni:

**Dalmine** - Tel. 035 378 138/120

**Zanica** - Tel. 035 4245 530

(vers.006\_aggiornamento apr 2016)

*Sono presenti c/o il Consultorio Familiare psicologi che collaborano per l'accoglienza psicologica durante la gravidanza e post partum.*