

## PER PRENOTARE

Il periodo ideale per iniziare il corso è dopo la venticinquesima settimana.

**Il corso ti spiegherà come ti accoglieremo, ti toglierà qualche dubbio e permetterà di conoscersi.**

Il corso sarà tenuto dalle ostetriche che saranno coadiuvata dalla partecipazione di:

- Ginecologo
- Pediatra
- Anestesista
- Psicologo

E dall'equipe della sala parto del Policlinico.

Munirsi di ricetta dematerializzata compilata dal medico curante (medico di base). La ricetta dovrà riportare la dicitura: "TRAINING PRENATALE" codice 9337 e chiamare il numero verde:

**CUP: 800 066 233**

(lun.-ven. h. 8-19)

Oppure on line con il servizio **Sovracup**, all'indirizzo internet:  
<https://sovracup.regione.sicilia.it/home>

In questo caso entrare nel servizio Sovracup e cercare nella casella di ricerca (Inserisci nome o codice prestazione) "training prenatale"

Per informazioni generali (non prenotazioni) chiamare il numero dell'accettazione degli ambulatori:

**095 3781317**

(lun-ven. h. 12-14)



## Corso di accompagnamento al parto

*Nel momento in cui nasce un bambino, nasce anche una madre*

**U.O. Ginecologia e Ostetricia**  
**P.O. Rodolico**  
**via S. Sofia 78, Catania**  
Direttore: Prof. L. Mereu



photo credits: PublicDomainPictures  
Fotorech, KathrinPie, gdakaska

## COS'È IL CORSO

Il corso di accompagnamento alla nascita sarà uno spazio da dedicare a se stesse e al bimbo in arrivo. Non è un manuale che spiega come si partorisce, ognuno lo farà come vorrà e secondo le proprie esigenze e particolarità. Non saranno solo incontri teorici ma spiegheranno praticamente come avviene il parto e si accudisce il neonato, sarà anche uno spazio di crescita e di confronto dove trovare ascolto e risposte ai propri bisogni.



## COSA FAREMO

Parleremo di argomenti che interessano le future mamme, sia che lo siano per la prima volta che se già lo sono già. Ci sarà spazio anche per i futuri papà.

Tratteremo dei cambiamenti della gravidanza, della crescita del bambino in utero, del dolore del parto e dell'uso dell'epidurale, alle condizioni predisponenti per un buon parto, all'allattamento e al primo periodo di vita del bambino. Capirai quando e se andare in ospedale, come prepararsi e cosa aspettarsi.

Piccolo spazio sarà dedicato ai problemi che possono sorgere in gravidanza e cercheremo di risolvere i dubbi più comuni che le donne hanno in questo periodo della loro vita. Un po' di movimento e rilassamento aiuterà a conoscere meglio il proprio corpo che, durante il travaglio e il parto è protagonista.



## QUANDO CI VEDREMO

Il Corso si svolge una volta la settimana per un totale di cinque incontri. In uno di questi incontri si faranno piccole sedute di rilassamento e lavoro corporeo per cui sarà meglio indossare abiti comodi e portare un tappetino da ginnastica (o un telo da mare), sarà l'ostetrica a comunicare quando sarà il momento.

Consigliamo di portare piccoli spuntini e una bottiglietta d'acqua per le pause

