

CON IL PATROCINIO DELLA
REGIONE LIGURIA



ANEB LIGURIA
PRESENTA

E dopo il parto?

CORSO PER LE
NEO-MAMME



E dopo il parto? Corso per le neo-mamme (patrocinio della Regione Liguria)

E dopo il parto?

Dopo il parto, quando il bimbo arriva a casa, tutte le attenzioni e le energie sono rivolte a lui. Ma chi pensa alla neomamma?

Il *Corso per le neo-mamme* vuole fornire alcuni strumenti utili per superare i momenti di difficoltà e per vivere con gioia il rapporto con il figlio e con il proprio partner.

Ritornare in forma

I piccoli dolori, il peso e la forma fisica: come ritornare in forma con l'automassaggio psicosomatico.

Essere serene

La depressione post partum e lo stress post traumatico: come riconoscere e come gestire i cambiamenti di umore.

Le cure dolci del neonato

L'irritabilità: come attrezzare la stanza, quali colori, profumi, musiche e giochi proporre al neonato. Il massaggio psicosomatico del bambino, per aiutarlo a stare bene.

Lei e lui

Le insoddisfazioni di coppia: come migliorare la comunicazione nella coppia.

Puoi scegliere tra:

- Corsi individuali - Corsi di gruppo

Dove

ANEB Liguria, presso Studio Maio
Via Malta 4a -14 - GENOVA

Informazioni e prenotazioni

ANEB Liguria
cell. 349 3630771
segreteria@anebliguria.it