



# ASSOCIAZIONE DIFFERENZA MATERNITÀ

“L'Associazione  
Differenza Maternità  
opera per la promozione e  
la valorizzazione delle tematiche  
della donna e delle scelte  
di maternità attraverso  
iniziative di accoglienza  
e consulenze, corsi,  
gruppi di auto  
mutuo aiuto,  
ricerche e progetti.”

**CORSI  
E INIZIATIVE  
SETTEMBRE  
OTTOBRE  
2020**

## **Per informazioni e prenotazioni:**

ASSOCIAZIONE DIFFERENZA MATERNITÀ  
strada Vaciglio Nord, 6 - 41125, Modena  
e-mail: [differenza.maternita@gmail.com](mailto:differenza.maternita@gmail.com)  
Tel: 340 861 3834  
Sito: [www.informanascita.com](http://www.informanascita.com)  
Fb: [www.facebook.com/Informanascita](https://www.facebook.com/Informanascita)  
130335930457738





## RACCONTI SOTTO L'ALBERO

**0-3 ANNI IL 16 SETTEMBRE 2020  
E 3-6 ANNI IL 23 SETTEMBRE 2020  
ORE 17:00**

Leggere ad alta voce ai bambini durante i primi anni di vita ne stimola le capacità. Ma soprattutto, è un'attività semplice e coinvolgente che aiuta a costruire e rafforzare la relazione adulto-bambino/a. Proponiamo due pomeriggi di lettura sotto gli alberi secolari di Villa Ombrosa per promuovere la lettura ad alta voce e creare un momento di socialità fra le mamme e le famiglie.

## CORSO DI MASSAGGIO INFANTILE

**5 INCONTRI DAI PRIMI DI OTTOBRE 2020  
ORE 16:00**

Obiettivo del corso è quello di rafforzare i legami d'amore tra mamma e la bambina o il bambino, stimolare i sistemi respiratorio, circolatorio, muscolare, immunitario e gastro-intestinale.

Permettere alla bambina/al bambino di confrontarsi con le stimolazioni esterne e comunicare con la mamma. Rivolto a mamme con bambine e bambini da 0 a 6 mesi.



## CORSO DI GINNASTICA PERINEALE

**5 INCONTRI DAI PRIMI DI OTTOBRE 2020  
ORE 18:00**



Mantenere il piano perineale in salute significa imparare a prendersi cura di quest'area del proprio corpo, aumentare la propria consapevolezza, modificare alcune abitudini errate al fine di migliorare la propria qualità di vita e, contemporaneamente, mettersi in contatto con la propria identità femminile. Adatto a donne di tutte le età.

## CORSO DI ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA PER COPPIE



**5 INCONTRI DAI PRIMI  
DI OTTOBRE 2020  
ORE 18:00**

Una madre non nasce nell'istante in cui il neonato emette il primo vagito, ma da un lungo percorso di presa di coscienza.

Obiettivo degli incontri è attivare le risorse endogene delle donne e sostenerle, fornendo loro gli strumenti necessari a compiere una scelta informata e consapevole riguardo a gravidanza, parto e allattamento, oltre a coinvolgere i futuri papà ad accogliere la bambina o il bambino secondo una paternità responsabile.

## GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO

**INCONTRI BISETTIMANALI  
ORARI DA CONCORDARE INSIEME**

Questo gruppo di auto mutuo aiuto si rivolge a tutte quelle donne che, trovandosi in un momento di difficoltà, sentono il bisogno di rafforzare la stima in sé stesse e nel proprio corpo attraverso l'individuazione precoce di alcune condizioni di malessere femminile. Gli incontri, alla presenza di una facilitatrice, inizieranno non appena si raggiungerà un gruppo di 6-8 partecipanti.

**PRIMO INCONTRO PREVIO APPUNTAMENTO.**



**Per tutte le iniziative e i corsi  
la prenotazione è obbligatoria  
al fine di garantire il rispetto  
delle norme di distanziamento.**

**Le prenotazioni per i corsi chiudono  
il 27 settembre 2020  
e le date di inizio verranno  
comunicate alle interessate  
la settimana successiva.**