

COME PRENOTARE

Per prenotare e partecipare in presenza è necessario compilare il modulo online inscrivendosi dal sito www.ausl.vda.it alla pagina accessibile anche inquadrando questo Qrcode:



CONTATTI

Puoi contattare l'ostetrica del consultorio della tua zona dal lunedì al venerdì dalle ore 09:00 alle 14:30



**Incontri di
accompagnamento
alla nascita 
e alla genitorialità**





Gli Incontri di Accompagnamento alla Nascita (IAN) sono parte integrante del percorso dell'assistenza che viene offerto dall'Azienda USL Valle d'Aosta ai futuri genitori, in linea con quanto definito dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. Gli incontri sono condotti dalle ostetriche Territoriali dell'Ausl Valle d'Aosta.

Gli **IAN** sono **gratuiti** e sono svolti **IN PRESENZA** salvo disposizioni differenti

A CHI SI RIVOLGONO

A tutte le donne in gravidanza e alle coppie **a partire dalla 24^o settimana.**

SVOLGIMENTO DEGLI INCONTRI

Ogni Incontro di Accompagnamento alla Nascita dura circa 2 ore.

Il Percorso prevede:



- Un ciclo di 6 incontri con l'ostetrica in **Consultorio**
- un incontro presso il punto nascita dell'**Ospedale Beauregard**



L'obiettivo degli incontri è quello di aiutare la donna e la coppia a:

- **esplorare e comprendere** le proprie emozioni e i cambiamenti fisici e sociali durante la gravidanza;
- **confrontarsi** su aspettative e paure rispetto al travaglio, al parto;
- **conoscere** la fisiologia del travaglio, del parto dell'allattamento al seno;
- **riconoscere e contenere** il dolore in travaglio con tecniche di sollievo;
- **parlare** del rientro a casa e del successivo prendersi cura del bambino;
- **approfondire** i dubbi che nascono da bisogni personali
- **accrescere** la fiducia nelle proprie competenze a far nascere e crescere bene il bambino.

Ogni incontro può essere articolato in una parte attiva, che prevede un lavoro corporeo (*esercizi e tecniche di rilassamento e respirazione*), e in una parte educativa, informativa e teorica.

DOVE

Gli incontri si tengono attualmente nelle sedi di:

**Morgex • Saint-Pierre • Aosta • Nus
Châtillon • Verrès**

I posti disponibili sono assegnati in ordine di iscrizione.

È prevista la presenza di un **numero massimo di 15 partecipanti** per incontro, a cui può aggiungersi la persona di fiducia scelta dalla futura mamma.