

## MODALITÀ DI PRENOTAZIONE

Per prenotare e partecipare in presenza è necessario compilare il modulo on-line iscrivendosi dal sito:

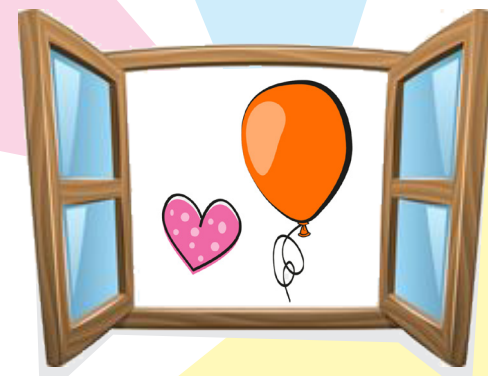
**[www.ausl.vda.it](http://www.ausl.vda.it)**

*(percorso nascita > incontri di accompagnamento alla nascita > modulo iscrizione IAN)*

## CONTATTI

Per informazioni si può **contattare l'ostetrica del consultorio della propria zona** da lunedì a venerdì dalle ore 9.00 alle 14.30

Ti aspettiamo!



**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 **IAN** sono gratuiti e sono svolti in **PRESENZA** (salvo disposizioni differenti).

### A CHI SI RIVOLGONO

Gli incontri sono condotti dalle ostetriche Territoriali dell'Ausl Valle d'Aosta e consigliate a tutte le donne in gravidanza e alle coppie **a partire dalla 24° 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
- **accreocere** 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.

