

SERVIZI

B-WOMAN

Nutrizione

Psicologia

Accompagnamento al parto

Osteopatia

Yoga

Gyrotonic e Gyrokinesis

Ginnastica addominale ipopressiva

Pavimento pelvico

Pancafit

Massaggio Shiatsu

Massaggio antistress

Linfodrenaggio

Microdermoabrasione

Elettroporazione



B-Woman offre un percorso altamente professionale e personalizzato a tutte quelle donne che si trovano in fasi specifiche della loro vita. Attraverso la sinergia di un'equipe multidisciplinare altamente qualificata, B-Woman si pone come punto di riferimento per la donna prima e durante il concepimento, in gravidanza e nel periodo successivo al parto. L'obiettivo è la promozione del concetto di salute e di benessere sia fisico che psichico attraverso la pianificazione di un percorso che sia parallelo a quello medico.

Scopri i percorsi b-woman e l'importanza della nutrizione:

- Durante la ricerca di una gravidanza: chiedi percorso **B-fertile**
- Durante un trattamento di fecondazione assistita: chiedi percorso **B-supported in IVF**
- Durante la gravidanza: chiedi del percorso **B-Pregnant**
- Dopo la gravidanza: chiedi del percorso **B-mum**
- Durante la prima infanzia: chiedi del percorso **B-family**

☎ 0692599080/81 - 393 9259908

🌐 www.b-woman.it

✉ info@b-woman.it

📍 Via dei Monti Parioli 6 - 00197 Roma

CORSO PREPARTO



B-WOMAN
IL CENTRO SEI TU



Corso di accompagnamento al parto

1° Incontro: "IL PARTO" la teoria

- Presentazione del corso e illustrazione del programma
- Prepariamo la valigia
- Le tipologie di parto e quando recarsi in clinica
- Dichiarazione di nascita e iscrizione all'anagrafe

2° Incontro: "TRAVAGLIO E PARTO" la pratica

- Il travaglio di parto: respirazione e spinta
- Il parto: posizioni e secondamento
- Il perineo e l'armonia del movimento

3° Incontro: "IL PUERPERIO"

- Allattamento
- Il ritorno casa: il primo bagnetto
- Prime cure del neonato: la medicazione del cordone ombelicale

4° Incontro: LA PSICOLOGA E LA NUTRIZIONISTA

- Come regolare il sonno veglia del bambino
- Gestione del pianto e dell'addormentamento
- Come abituarlo alla sua cameretta
- Alimentazione in gravidanza e in allattamento

5° Incontro: IL NEONATOLOGO

- Scelta del Pediatra
- Crescita e Peso
- Ittero
- P° visita
- Farmaci da avere a casa

Corso di accompagnamento al parto "Full immersion"

UNICO INCONTRO DI 4 ORE

- "IL PARTO" la teoria
- "TRAVAGLIO E PARTO" la pratica
- "IL PUERPERIO"
- LA PSICOLOGA E LA NUTRIZIONISTA

NB: Per tutte le partecipanti ai corsi pre-parto B-woman è prevista inoltre:

- Una lezione di prova gratuita di ginnastica ipopressiva per il trattamento delle diastasi addominale post-partum
- Una consulenza gratuita con la nostra fisioterapista per una valutazione dello stato del pavimento pelvico
- Servizio SOS mamma



SOS MAMMA

Un pomeriggio a settimana il nostro personale qualificato è disponibile per aiuto, chiarimenti e supporto per tutte le mamme alle prese con le difficoltà e i mille dubbi del periodo post partum. Prenota la tua consulenza gratuita!

BABY MASSAGE

Il baby massage è uno dei sistemi più efficaci per coccolare il bambino, comunicargli tranquillità e a rendere il rapporto con il genitore molto più profondo. Attraverso una combinazione di esercizi si stimolano gli organi sensitivi, si favorisce la digestione prevenendo le coliche e si invoglia il rilassamento e il sonno favorendo lo sviluppo di un intenso legame affettivo tra mamma/papà e bambino e la comunicazione profonda.

PUERPERIO A DOMICILIO

Tornata a casa i dubbi li assalgono? Chiamaci ed una delle nostre professioniste verrà a casa tua per farti vivere serenamente il puerperio

- Medicazione cordone ombelicale
- Primo bagnetto
- Pulizia nasale: i lavaggetti
- Tagliare le unghiette
- Posizioni per l'allattamento e come evitare le ragadi
- E tanto altro...

I corsi di accompagnamento alla nascita rappresentano uno strumento importante nell'ambito della prevenzione e del sostegno alla genitorialità. Un'occasione importante per promuovere salute, umanizzare il percorso nascita e stimolare l'empowerment delle donne e delle coppie. In quest'ambito si inserisce il supporto ostetrico, inteso come sostegno nelle varie fasi del percorso nascita: dalla gestazione, al parto e al puerperio.

Sono tantissime le domande e altrettanti i dubbi che interessano le donne che si accingono a vivere (o a rivivere) questa esperienza. Dunque, perché non cercare di ottenere delle risposte e, magari, anche delle rassicurazioni, frequentando un corso ad hoc? Frequentare corsi specifici permette di conoscere professionisti esperti del settore, ma anche altre future coppie, con le quali stabilire contatti mirati al confronto e alla crescita reciproca.

In più la frequenza in coppia non può far altro che bene, perché incentiva la partecipazione e la consapevolezza dei papà e dona maggiore appoggio alle mamme, che si sentono rassicurate.