

# L'ARTE DI ESSERE GENITORI

**A Rimini, la Giornata di accompagnamento alla gravidanza**

**dedicata alle donne in gestazione dalla 12<sup>a</sup> settimana**

**Si parlerà di benessere della donna e della coppia, di alimentazione**

**e dei benefici psicofisici prodotti dal massaggio infantile**

**La partecipazione è gratuita**

*Rimini, 16 gennaio 2015* – Con il titolo **“L’arte di essere genitori”** si svolgerà una giornata dedicata alla gravidanza e alla genitorialità pensata su misura per le future mamme attraverso la quale cogliere suggerimenti e consigli di esperti per affrontare al meglio i mesi della gravidanza e il nuovo impegno di essere genitori.

L’iniziativa è rivolta alle donne in gravidanza dalla 12<sup>a</sup> settimana ed è in calendario a **Rimini per sabato, 17 gennaio, dalle ore 10,00 all’interno della palestra Futura**, in via Beltrame 2 (traversa via Marecchiese).

*“L’arte di essere genitori”* nasce da un’idea di Luana Piroli e viene realizzata in collaborazione con Synlab (Servizio Diagnostica), Lenovelune (Centro integrazione discipline naturali e ostetrico) e InScientiaFides (Biobanca dedicata alla ricerca e alla conservazione delle cellule staminali da cordone ombelicale).

Interverranno nel corso della giornata **Pier Maria Fabbiani** (laureato in scienze motorie e istruttore AIMI), il dott. **Diego Palazzini** (Biologo Nutrizionista-Ordine Nazionale Biologi, laureato in Scienza della Nutrizione e laureato in Biologia Molecolare Sanitaria e della Nutrizione) e la dr.ssa **Rita D’Altri** (Ostetrica).

Nello specifico verranno trattati argomenti quali **il benessere della donna, della coppia e della gravidanza** per affrontare al meglio la nascita di una nuova vita, la **corretta alimentazione** da seguire e il **massaggio infantile**.

Il **cibo** racchiude tradizioni, pensieri e bisogni perciò ognuno ha un proprio stile alimentare che viene trasmesso al bimbo, con colori odori e sapori. Condividere uno stile alimentare sano è fondamentale per tutelare la salute, molte affezioni che si manifestano con dolori ed irritabilità trovano origine in errate scelte alimentari o problematiche a carico del sistema digerente.

Il **massaggio infantile** consente, sin dai primi giorni di vita del bimbo, di entrare in comunicazione con lui. Non si tratta dunque di una tecnica ma di **“un modo di stare con i propri bambini”**, adattabile anche alle diverse età ed esigenze dei piccoli, le cui radici si ritrovano nelle culture di diversi Paesi.

Il massaggio infantile favorisce lo sviluppo armonico dell’essere umano.

Produce diversi benefici nei piccoli favorendone benessere, rilassamento, sollievo alle tensioni provocate da situazioni nuove, stressanti o da piccoli malesseri, stimola, fortifica e regolarizza il sistema circolatorio, respiratorio, muscolare, immunitario e gastro-intestinale.