

# Invito a MammAiutaMamma



MammAiutaMamma è un gruppo di auto-mutuo aiuto in cui, tra una merenda e una chiacchierata, ciascuno può trovare uno spazio per raccontare, ascoltare, confrontarsi.

**È un gruppo aperto a chi si sta preparando alla gravidanza ed alla nascita e a chi sta accompagnando la crescita dei propri bimbi e bimbe da zero a tre anni.**

Nasce dal desiderio di un gruppo di mamme e di professioniste della nascita e dell'educazione di scambiarsi idee, dubbi e sogni sulla loro esperienza e sulla crescita dei piccoli.

**È uno spazio per tutti, dove bimbi e bimbe sono i benvenuti, hanno uno spazio dedicato e sono liberi di esplorare, ridere e chiacchierare con i grandi e tra di loro.**



MammAiutaMamma è organizzato dall'Associazione Nascere Insieme. Puoi trovare i gruppi Mam a Bellinzago Novarese, Domodossola, Omegna e Verbania.

Gli incontri MammAiutaMamma sono gratuiti.

Se vuoi sostenere la nostra associazione puoi diventare **"Amico di Nascere Insieme"** o effettuare una donazione sul CCP 1005072192.

Nascere Insieme sostiene e promuove il progetto Oms-Unicef per gli ospedali e i territori amici delle bambine e dei bambini.

Per questo garantisce ad ogni incontro Mam la presenza di una consulente per l'allattamento.

Per informazioni su MammAiutaMamma Bellinzago puoi contattare **Francesca al 3452110253**  
Per conoscere Nascere Insieme visita il sito [www.nascereinsiemevco.blogspot.it](http://www.nascereinsiemevco.blogspot.it)

# Mamma Aiuta Mamma Bellinzago Novarese

*Uno spazio per stare insieme e confrontarsi alla pari*

I nostri appuntamenti 2016-2017

5 settembre **Tutte le mamme hanno il latte** Buoni consigli per sostenere l'allattamento materno

3 ottobre **La riscoperta dei pannolini lavabili** Salute, ecologia e risparmio

7 novembre **Tra limiti e libertà** Regole e educazione per i più piccoli

5 dicembre **Primi passi sereni e... sicuri!** Consigli e accertanze dagli osservatori del 118

9 gennaio **Umore ed emozioni nel post partum**

6 febbraio **L'importanza del contatto** Il massaggio neonatale

6 marzo **La meraviglia della nascita** Birth photography

3 aprile **Portami con te** Portare attraverso la fascia

8 maggio **La nascita indisturbata**

5 giugno **Un aiuto dalla natura.** I rimedi naturali in gravidanza e dopo il parto

Pausa estiva... ma non perdiamoci di vista!

***Vi aspettiamo con le vostre pancette, i vostri bimbi e bimbe e chiunque vorrete portare con voi***

Tutti gli incontri si tengono di lunedì, **dalle 17 alle 19** circa

presso la **Biblioteca comunale** di Bellinzago Novarese, in Piazza Monsignor Raspini.

Per info: **Francesca Bovio 3452110253**



Con il patrocinio di



Comune di Bellinzago Novarese

