

## Insegnano

**Laura Carta**, educatrice Pre-Neonatale,  
Consulente del Portare il bebè in fascia  
e mamma di due bambini.

**Margherita Chiappini**, educatrice,  
istruttrice, formatrice Portare i Piccoli® e  
mamma di due bambini.

**Sara Barone**, yogini, conduttrice di  
cerchi di consapevolezza e risveglio  
femminile, consulente per l'allattamento  
alla pari, ricercatrice della verità  
femminile e mamma di una bambina.

**Giovanna Vendramin**, farmacista  
specializzata in terapie naturali e  
insegnante certificata di Yoga in  
gravidenza secondo il programma  
Conscious Pregnancy®

### Organizzato da:

Associazione  
Casa Muladhara



### In collaborazione

con:

Laura Carta  
Consulente del Portare®



Margherita Chiappini  
educatrice, istruttrice, formatrice  
Portare i Piccoli®



### Info e iscrizioni:

Giovanna Vendramin  
[www.casamuladhara.it](http://www.casamuladhara.it)  
[Info@casamuladhara.it](mailto:Info@casamuladhara.it)  
Tel. 347 8024203  
Facebook & Instagram: Casa  
Muladhara  
Evento riservato Soci ARCI

Associazione Casa Muladhara  
presenta

## Il dono di dare alla Luce

Un percorso di consapevolezza  
rivolto a Mamme e Papà  
in dolce attesa e nel post parto

**dal 27 settembre**  
**tutti i giovedì mattina dalle 10 alle 12**

con **Laura Carta, Margherita Chiappini**  
**Sara Barone e Giovanna Vendramin**



**Presso: Casa Muladhara**  
Via Maggiore, 75  
35045 Ospedaletto Euganeo  
a 30 Km da Padova,  
ai piedi dei Colli Euganei



## Giovedì 27 Settembre OPEN DAY:

10:00 -10:15 Accoglienza  
e benvenuto con  
Giovanna

10:15 -11:15 Portare i  
Piccoli® tra natura e  
cultura, un viaggio tra i  
supporti: fascia lunga,  
elastica, mei tai, ring e  
marsupi. Informazioni per  
una scelta consapevole  
con Margherita

11:15 -12:00 Presentazione  
degli incontri in  
programma e gioco di  
condivisione con Laura

**Ingresso aperto a tutti**

## Programma

### Giovedì 4 Ottobre

Kundalini Yoga: influenza dello stato emotivo e mentale della madre sul Bambino

### Giovedì 11 Ottobre

Kundalini Yoga: aspettative: speranze e paure durante la gravidanza e dopo...

### Giovedì 18 Ottobre

Nascita e Parto Attivo (\*)

### Giovedì 25 Ottobre

Gravi-Danza: una danza che coinvolge il pavimento pelvico

### Giovedì 8 Novembre

Le posizioni per facilitare il parto (\*)

### Giovedì 15 Novembre

Nasce una mamma e vive in una donna. Come il ruolo materno si possa conciliare con l'identità di donna (\*)

### Giovedì 22 Novembre

Consigli per la cura del corpo & Charan Jap

### Giovedì 29 Novembre

Gestione del Dolore e Paura del Parto(\*)

### Giovedì 6 Dicembre

Kundalini yoga: processo fisico in gravidanza, respiro e nutrizione

### Giovedì 13 Dicembre

Massaggio con Rebozo e tecniche di visualizzazione (\*)

### Giovedì 20 Dicembre

La gioia del parto (\*)

### Con date da destinarsi:

È nato un papà. La Funzione del padre (\*)

Me lo legge il mio papà (\*incontro aperto ai papà)

Latte di Mamma | Amore Liquido (2 incontri\*)

## Struttura di un incontro

- \* Tutti gli incontri si svolgono il giovedì mattina dalle ore 10 alle 12.
- \* Le date contrassegnate dall'asterisco sono aperte sia alle Mamme che ai Papà.
- \* Con attinenza ai temi trattati, il corso è aperto anche ai genitori dopo il parto
- \* È raccomandato, ma non obbligatorio seguire un minimo di 4 incontri continuativi. In caso di assenze si può recuperare al massimo una sola lezione
- \* Si può iniziare in qualsiasi momento, contattando preventivamente l'organizzatrice (Giovanna).
- \* Solo gli incontri contrassegnati con l'asterisco \* sono aperti a coloro che non desiderano frequentare tutte le settimane

