



PISCINA
MONTEPULCIANO



GESTAZIONE E ATTIVITÀ IN ACQUA



LUNEDÌ-MERCOLEDÌ ORE 11.20



DOMENICA ORE 9.30 (3-12 MESI)

10.15 (13-24 MESI) - 11.00 (25-36 MESI)



GESTAZIONE E ATTIVITÀ IN ACQUA

Se stai leggendo questa brochure probabilmente sei una mamma in attesa, una donna che sta vivendo il cambiamento psicofisico più intenso e dolce della propria vita.

A te ci rivolgiamo, con la nostra proposta di attività acquatiche per gestanti potremo soddisfare le esigenze legate alla dolce attesa senza controindicazione alcuna. L'attività in acqua durante la gestazione è consigliata perché

- ♥ Tonifica e drena migliorando il micro circolo che consente lo sgonfiamento di piedi e gambe.
- ♥ Allevia il peso che grava sulle articolazioni inferiori, sulla schiena e sull'addome; infatti il peso in acqua è 1/6 di quello che si registra a terra.
- ♥ Riduce il rischio di diabete gestazionale.
- ♥ Non induce ne' pospone l'inizio del travaglio
- ♥ Facilita il controllo della respirazione durante il parto.
- ♥ Riduce il tempo del travaglio e la percezione dolorosa.
- ♥ Favorisce la condivisione e la socializzazione.

... **E una volta nato...** Portalo al più presto al Baby Splash!

Lo sai che già dai 3 mesi di vita il tuo bambino può sperimentare l'attività acquatica?

Attraverso il percorso acquatico, senza prescindere dal GIOCO e dalla RELAZIONE, si può stimolare, accompagnare e proteggere la crescita e la salute del bambino costruendo le sue SICUREZZE.

I benefici di una precoce attività acquatica:

- ☀ Favorisce lo sviluppo motorio e cognitivo in maniera naturale
 - ☀ Sviluppa il senso di empatia
 - ☀ Aumenta la sua autostima
- ...E i vantaggi per voi genitori?
- 👣 Consente la partecipazione attiva allo sviluppo motorio del bambino
 - 👣 Offre alla famiglia un momento ludico
 - 👣 Favorisce momenti di socializzazione e condivisione di esperienze con le altre famiglie.

CONTATTACI SUBITO PER INFORMAZIONI



☎ 0578 799 147



PISCINAMONTEPULCIANO.SIENA@UISP.IT

 PISCINA MONTEPULCIANO