



Provincia
di Milano

Politiche
sociali



Guida ai servizi per donne in gravidanza e durante il puerperio nella provincia di Milano



**Provincia
di Milano**

Politiche
sociali

Guida ai servizi

per donne in gravidanza
e durante il puerperio
nella provincia di Milano

numero verde 800 400 400

Ci auguriamo che le informazioni sui servizi pubblici e privati raccolte in questa guida siano il più possibile complete.

Se siete a conoscenza di qualche servizio non segnalato, vi preghiamo di scriverci all'indirizzo mail: madre_segreta@provincia.milano.it.

Grazie a tutti coloro che hanno reso possibile la realizzazione della guida e a tutti gli operatori che lavorano nei servizi dedicati a sostenere le madri e i loro bambini.

Ristampa: Maggio 2013

Provincia di Milano
Settore Centro assistenza minori e famiglia
Servizio Madre segreta
Viale Piceno 60, Milano
Tel. 02.7740 3451
madre_segreta@provincia.milano.it

Progetto grafico e impaginazione:
Ufficio grafico, Settore comunicazione, Provincia d Milano

Stampato dal Centro stampa della Provincia di Milano

Indice

Introduzione	pag. 7
Servizi /progetti sovrazonali	8
Ospedali	11
Servizi a Milano	20
<i>Zona 1</i>	20
<i>Zona 2</i>	25
<i>Zona 3</i>	27
<i>Zona 4</i>	30
<i>Zona 5</i>	32
<i>Zona 6</i>	34
<i>Zona 7</i>	37
<i>Zona 8</i>	39
<i>Zona 9</i>	42
Servizi in provincia	44
<i>Abbiategrasso</i>	44
<i>Arluno</i>	44
<i>Assago</i>	44
<i>Basiglio</i>	45
<i>Binasco</i>	45
<i>Bollate</i>	46
<i>Bresso</i>	47
<i>Buccinasco</i>	47
<i>Bussero</i>	48
<i>Busto Garolfo</i>	48
<i>Castano Primo</i>	48
<i>Cesano Boscone</i>	49
<i>Cernusco sul Naviglio</i>	49
<i>Cinisello Balsamo</i>	50
<i>Cologno Monzese</i>	51
<i>Corbetta</i>	51
<i>Cormano</i>	52

<i>Corsico</i>	52
<i>Cuggiono</i>	53
<i>Cusano Milanese</i>	53
<i>Garbagnate Milanese</i>	54
<i>Gessate</i>	54
<i>Gorgonzola</i>	54
<i>Legnano</i>	54
<i>Magenta</i>	55
<i>Melegnano</i>	56
<i>Melzo</i>	56
<i>Nerviano</i>	57
<i>Opera</i>	57
<i>Paderno Dugnano</i>	57
<i>Parabiago</i>	58
<i>Paullo</i>	58
<i>Pieve Emanuele</i>	58
<i>Pioltello</i>	59
<i>Rho</i>	60
<i>Rozzano</i>	61
<i>San Donato Milanese</i>	62
<i>San Giuliano Milanese</i>	63
<i>Segrate</i>	63
<i>Sesto San Giovanni</i>	64
<i>Settimo Milanese</i>	65
<i>Trezzano sul Naviglio</i>	65
Centri Aiuto alla Vita	66
Servizi per il sostegno e la cura della depressione post partum	69
Sitografia	73

Introduzione

*"Quando nasce un bambino,
il mondo non è mai pronto".
W. Symborska*

La maternità può costituire una esperienza unica e irripetibile, "gravida" di speranze per il futuro, di aspettative e di desideri, di realizzazioni personali, di grande felicità. Ma questa "mitologia positiva" -anche sociale, culturale, religiosa- impedisce spesso di esprimerne i lati oscuri: le molte paure, i dubbi, le colpe, le frustrazioni, a volte la rabbia; quasi sempre le donne se ne vergognano e li tengono nascosti.

Il servizio Madre segreta si occupa, dal 1996, delle "gravidanze difficili" e del disagio materno: raccoglie e analizza i bisogni delle donne e delle persone a loro vicine, rileva le risorse disponibili nel territorio, promuove -attraverso iniziative di formazione e attività di consulenza- reti specifiche di servizi.

Il numero verde di Madre segreta 800.400.400 è attivo tutti giorni dalle 9.00 alle 21.00. Offre ascolto, comprensione, sostegno e informa sulle leggi che prevedono interventi concreti di aiuto alla maternità, regolando la nascita e il riconoscimento del neonato. Gli operatori orientano alle risorse più idonee per ogni situazione.

Madre segreta intende allargare l'orizzonte a tutta la sfera della maternità, alle grandi potenzialità e ai molti interrogativi che accompagnano ogni donna durante la gravidanza, il parto, il momento così delicato del puerperio, i primi mesi di vita del bambino. Vuole offrire risposta ai tanti dubbi che affliggono le donne in un periodo emozionante e ricco di cambiamenti, ma anche di incognite e di incertezze, e indirizzarle verso i servizi del territorio.

È nata così l'idea di questa guida: offrire un aiuto alle donne per orientarle nella giungla dei servizi, perché possano scegliere quello più adatto alle proprie esigenze e affrontare l'avventura della maternità in modo più sereno; ma non solo: si vuole anche valorizzare l'impegno che le strutture attive sul territorio dedicano a una nuova cultura della maternità e dell'infanzia.

Servizi/progetti sovra zonali

Associazione Ostetriche "Felicità Merati"

APS - Associazione di Promozione Sociale

Via Arese 18, Milano

Tel. 346.7351186

infoaofm@gmail.com - www.associazioneostetriche.it

Attività

Corso di accompagnamento alla nascita, sabato o in orario serale, condotto da un'ostetrica • Allat-ti-amo ogni giovedì dalle 10.30 alle 15.00, ingresso libero, aperto a tutte le mamme che stanno allattando • Assistenza a domicilio, per le puerpere nei giorni successivi alle dimissioni ospedaliere • Incontri di gruppo a tema (svezzamento, sonno, vaccinazioni, separazione ecc.) • Corsi di massaggio infantile AIMI: attraverso un contatto pelle-pelle si accresce il legame mamma e bambino, si favorisce il rilassamento, si stimolano tutte le funzioni corporee e si riducono i fastidi e disturbi della crescita • Coccole sonore, percorso dove la voce e la musica favoriscono la relazione tra mamma e bimbo e la scoperta del mondo • Osteopata per gravide e neonati.

Costo: quota associativa obbligatoria, attività libere o a pagamento.

Centro di Aiuto alla Vita Ambrosiano

Associazione d'ispirazione cattolico/cristiana

Via Tonezza 3, Milano

Tel. 02.48701502 - 02.4043182

Info@cavambrosiano.it - www.cavambrosiano.it

Attività

Il servizio offre l'accompagnamento di una mamma in difficoltà e del suo bambino, per tutto il periodo della gravidanza e del post partum attraverso: sostegno psicologico alla donna, per aiutarla ad affrontare la nuova condizione di vita; consulenza della educatrice e della ostetrica, anche a domicilio, per aiutare la mamma ed il bimbo a crescere bene insieme; fornitura di ciò che serve a garantire il benessere della famiglia (sussidi in denaro).

Costo: gratuito.

Centro di Aiuto alla Vita - Mangiagalli

Associazione d'ispirazione cattolico/cristiana

Via della Commenda 12, Milano

Tel. 02.55181923

info@cavmangiagalli.it - www.cavmangiagalli.it

Attività

Il servizio offre l'accompagnamento di una mamma in difficoltà e del suo bambino,

per tutto il periodo della gravidanza e fino a quando il bimbo compie un anno, attraverso: sostegno psicologico alla donna, per aiutarla ad affrontare la nuova condizione di vita • Consulenza della educatrice e della ostetrica, per aiutare la mamma ed il bimbo a crescere bene insieme • Fornitura di tutto ciò che occorre al neonato (pannolini, corredi, giochi, attrezzature) • Fornitura di ciò che serve a garantire il benessere della famiglia (“borsa della spesa”, sussidi in denaro).

Costo: gratuito.

Progetto Mammarsupio

Cooperativa sociale Focus

Sede legale: Via Umberto Fogagnolo 11, Sesto San Giovanni

Tel. 02.2428478

Sede operativa: Via Esiodo 12, Milano

Tel. 02.45484338

info@focuscoop.it - www.focuscoop.it

Attività

Alle mamme è offerta l'opportunità di partecipare ad alcuni incontri di formazione sul territorio milanese che trattano temi relativi alla gravidanza e al primo anno di vita del neonato. L'obiettivo è divulgare la “cultura del portare” e l'importanza del contatto fisico tra il bambino e i suoi genitori nei primi anni di vita. La cooperativa produce anche internamente delle fasce lunghe porta bambino, denominate appunto “Mammarsupio”.

Costo: gli incontri sono gratuiti per i gruppi di almeno 6 mamme.

Progetto Mamma Sicura

Tel. 02.64444006

telefonodonnaonline@libero.it - www.telefonodonna.it/mammasicura

Associazione Telefono Donna

Telefono Donna

Azienda Ospedaliera Niguarda Ca' Granda

Piazza Ospedale Maggiore 3, Milano

Sportello Rosa Magenta

Municipio, Piazza Camillo Formenti 1, Magenta

Il progetto è nato con l'obiettivo di fornire una risposta adeguata e un aiuto concreto a tutte le donne in gravidanza e alle neo-mamme, italiane e straniere, che si trovano in situazioni di disagio psico-sociale ed economico.

Attività

Assistenza sociale e pedagogico-educativa • Rete informale di auto-aiuto: gruppi di condivisione informale delle esperienze • Assistenza ai genitori nella preparazione del corredo madre-bambino, con creazione di sistema dowry-sharing per carrozzine, passeggini • Sviluppo di interventi attivi finalizzati a facilitare un reinserimento delle donne nel mondo del lavoro dopo la maternità • Assistenza legale.

Progetto Meno 9+1

Cooperativa sociale Focus

Sede legale: Via Umberto Fogagnolo 11, Sesto San Giovanni

Tel. 02.2428478

Sede operativa: Via Esiodo 12, Milano

Tel. 02.45484338

info@focuscoop.it - www.focuscoop.it

Attività

Il servizio viene proposto in occasione di fiere, manifestazioni o eventi per famiglie. È un servizio d'accoglienza per donne in gravidanza e neofamiglie, che offre uno spazio allattamento, spazio cambio pannolini, un'area gioco del neonato e uno spazio informazione per le mamme su gravidanza e primo anno di vita del bambino.

Costo: gratuito; in caso di incontri individuali che assumono carattere di consulenze private il servizio è a pagamento.

Moms@park

Zona 1: Parco Sempione e Giardini di Porta Venezia

Zona 6: Parco Solari

Zona 8: Parco Montestella e Parco Guido Vergani (Pagano)

Gruppi di incontro al parco per le neomamme e i loro bambini (0-6 mesi).

Tel. 346.1625031

momsatpark@gmail.com - www.mammealparco.blogspot.it

Attività

Gruppi d'incontro al parco per le neomamme e i loro bambini (0-6 mesi): incontrarsi tra donne che stanno attraversando lo stesso momento di vita e condividere gioie, dolori, paure, dubbi della nuova o rinnovata avventura, condividere informazioni ed esperienze, esprimere e affrontare le profonde trasformazioni in atto; ridere, piangere e sorridere dicendo: "Allora non capita solo a me". Scoprire che mamme non si nasce ma si diventa: siamo tutte mamme in cammino, creare una rete di mamme.

Costo: a pagamento.

Conciliazione Lavoro - Famiglia

Il Servizio politiche giovanili e di genere della Provincia di Milano ha attivato uno sportello on line sulle tematiche della conciliazione lavoro-famiglia. Sul sito Donne-Politiche di genere, (www.provincia.milano.it/donne) cliccando su "Conciliazione Lavoro Famiglia - Dialoga con noi", sarà possibile richiedere via e-mail informazioni e orientamento specifico in materia di conciliazione. L'Associazione per la Famiglia, in stretta collaborazione con la Provincia di Milano, mette a disposizione le sue esperte che entro 48 ore risponderanno a quesiti su maternità e paternità, congedi parentali, normative e prassi previste dai contratti, nonché sui servizi territoriali dedicati (info@assofamiglia.it).

Ospedali

A.O. "Fatebenefratelli" e Oftalmico

Presidio Ospedaliero "Macedonio Melloni"

Via Macedonio Melloni 52, Milano

Tel. 02.6363.1

www.fbf.milano.it

Attività

Corso pre parto

Cinque lezioni teoriche con vari specialisti (ginecologo, pediatra, dietista, psicologa e anestesista) della durata di un'ora e mezza circa • Otto incontri teorico-pratici con le ostetriche • Un incontro dopo il parto con la presenza del bambino.

Analgesia peridurale

Servizio gratuito di analgesia peridurale durante il travaglio nelle 24 ore.

Ago puntura

Indicata per attenuare nausea, vomito gravidico, rivolgimento del bambino in posizione podalica e stress psicofisico pre e post-parto.

Ambulatorio dietiste

Consulenze nutrizionali in gravidanza e durante l'allattamento.

Banca del Latte e Corso di massaggio del bambino nei primi mesi di vita

Un servizio offerto da personale infermieristico appositamente formato dall'AIMI con l'obiettivo di incoraggiare la comunicazione e la relazione del bambino con i genitori durante il periodo della crescita.

Visita domiciliare da parte dell'ostetrica

È garantita, su base volontaria, una visita al domicilio entro le 24/48 ore dal parto.

Progetto ICARO

Prevede la denuncia di nascita per via telematica con assegnazione del codice fiscale e del pediatra di base durante il ricovero.

Il primo vagito via Skype

Videotelefonini per dare la possibilità alle neomamme di video chiamare gratuitamente parenti e amici lontani desiderosi di dare il benvenuto al bambino.

Donazione del cordone ombelicale

Valutazione anamnestica di idoneità alla donazione e compilazione del consenso informato.

Centro depressione donna

Interviene a supporto del "rischio depressivo" con percorsi terapeutici che si modulano in relazione all'evoluzione del quadro clinico in un contesto personalizzato di cura (Centro Psiche Donna tel. 02.63633313).

Associazione pro-ammalati "Francesco Vozza" Onlus

Tel. 02.63633288

info@assovozza.it

A favore delle mamme, dei bambini e delle famiglie: i volontari cercano ogni giorno di dare un aiuto concreto: pannolini, latte, carrozzine, passeggini, corredini.

A.O. Istituti Clinici di Perfezionamento

Ospedale dei Bambini "Vittore Buzzi"

Via Lodovico Castelvetro 32, Milano

Tel. 02.5799.1

www.icp.mi.it/buzzi

Accettazione/Pronto Soccorso Ostetrico Ginecologico 24 h/24: tel. 02.5799.5458

Pronto Soccorso Pediatrico: tel. 02.5799.5363

Accettazione prelievi con accesso diretto: ore 7.30-10.00

Attività

Corso di accompagnamento alla nascita

Incontri teorici e pratici sull'esperienza dell'attesa, del parto e del puerperio; apprendimento del training autogeno respiratorio (tel. 02.57.99.53.61).

I corsi sono convenzionati con il S.S.N. o in libera professione.

Diagnosi perinatale

Amniocentesi e villocentesi, accesso diretto ogni lunedì mattina (tel. 02.5799.5377).

Assistenza all'allattamento e al puerperio (tel. 335-5792050).

Mediazione linguistico - culturale

Per i pazienti di lingua straniera attivabile su richiesta da Caposala o Assistente Sociale.

Presenza dei mediatori fissi di lingua araba e cinese.

Donazione del cordone ombelicale

Colloquio informativo - valutazione anamnestica dell'idoneità alla donazione e compilazione del consenso informato.

Centro aiuto alla vita

Presenza di volontari dei CAV per offrire un supporto alle donne disorientate per una gravidanza imprevista e incoraggiare a scegliere il bene del figlio in arrivo.

Progetto ICARO

Denuncia di nascita per via telematica con assegnazione del codice fiscale e del pediatra di base durante il ricovero.

A.O. Polo Universitario

Ospedale "Luigi Sacco"

Viale Giovan Battista Grassi 74, Milano

Tel. 02.39041

www.hsacco.it

Attività

Corso di accompagnamento al parto

Si avvale del contributo di ginecologi, dietologi, pediatri, anestesisti, fisioterapisti e psicologi e prevede l'insegnamento, da parte del personale ostetrico, di varie tecniche di rilassamento, compreso lo yoga e lo shiatsu.

Assistenza al travaglio di parto

È personalizzata in accordo con la paziente e si avvale della continua disponibilità dell'anestesia peridurale.

Rooming-in

Il neonato, nei tre giorni di ricovero dopo il parto (sia naturale sia taglio cesareo) può passare i suoi primi giorni in camera con la mamma.

Assistenza alla puerpera e al neonato

È finalizzata a favorire un immediato contatto mamma-bambino, ad avviare l'allattamento al seno, a educare la neomamma ad accudire il nuovo nato e a prevenire le malattie neonatali (tel. 02.39042256).

Alimentazione e stile di vita in gravidanza

Ambulatorio presso l'unità operativa di ostetricia e ginecologia aperto i martedì 12/14. Per informazioni: tel. 02.39042034 - tutti i giorni 14/15.

Blog

Luogo di comunicazione tra operatori e mamme (www.partobello.org).

Con_Tatto: un SACCO mamma

Progetto realizzato in collaborazione con il consultorio CEMP e rivolto a tutte le neomamme con bambini da zero a 6 mesi. Una pedagoga e un'educatrice accolgono le neomamme (degenti ed "esterne") e i loro bambini per condividere l'esperienza della maternità. Per iscrizioni: tel. 02.55188588/338.4043714 oppure: progettocon_tatto@alice.it

Fondazione I.R.C.C. Cà Granda

Ospedale Maggiore Policlinico - Clinica "Mangiagalli"

Via Commenda 12, Milano

Tel. 02. 55031

www.policlinico.mi.it

Attività

Corso pre parto

Sette incontri informativi pre parto su: gravidanza, parto, allattamento, puerperio, neonato, con la presenza anche del papà; un incontro post parto con la presenza del papà; esercizi corporei di preparazione al parto. Gli incontri si svolgono dalla 30a alla 37a settimana di gravidanza. I corsi sono convenzionati con il SSN o in libera professione. Iscrizione: tel. 02.5503.4265

Donazione del cordone ombelicale

Colloquio informativo - valutazione anamnestica dell'idoneità alla donazione e compilazione del consenso informato (tel. 02.5503.2276/2279/2272 - lun/ven 9/14).

Progetto Slalom

In collaborazione con il CBM (Centro per il Bambino Maltrattato): home visiting, attività di incontro e gioco, gruppi genitori e consulenza familiare (tel. 02.66201076 - www.cbm-milano.it).

Progetto ICARO

Denuncia di nascita per via telematica con assegnazione del codice fiscale e del pediatra di base durante il ricovero.

Centro aiuto alla vita

Presenza di volontari dei CAV per offrire un supporto alle donne disorientate per una gravidanza imprevista e per incoraggiare a scegliere il bene del figlio in arrivo.

Soccorso Violenza Sessuale (SVS)

Assistenza sanitaria presso Pronto Soccorso del Policlinico 24 ore su 24 in via F. Sforza, 35. Ascolto telefonico da parte di un'operatrice delle associazioni Telefono Donna Onlus e SVS DonnAiutaDonna Onlus • Accoglienza e sostegno da parte di assistenti sociali e psicologhe • Accompagnamento all'utilizzo dei servizi presenti sul territorio • Consulenza legale, penale e civile, da parte dell'associazione SVS DonnAiutaDonna Onlus.

A.O. Ospedale "San Carlo Borromeo"

Via Pio II 3, Milano

Tel. 02.4022.1

www.sancarlo.mi.it

Corso pre parto

Corso per la coppia e Corso per il massaggio al bambino. È preceduto da un colloquio.

Diagnosi Prenatale invasiva

Amniocentesi, prelievo villi coriali (CVS) prenotazioni presso la sala parto telefonando al numero 02.4022.2226

Partoanalgesia

Nell'ambito del Progetto ospedale senza dolore, è in grado di offrire alle donne che lo desiderano la possibilità di usufruire 24 ore su 24, per tutti i giorni della settimana, il servizio di partoanalgesia.

Ambulatorio Donne Cinesi

L'Ambulatorio si occupa dell'assistenza ostetrico ginecologica per le donne cinesi con la presenza di ginecologa, ostetrica e mediatrice linguistica culturale cinese inviata dall'Associazione Alkeos. L'ambulatorio è aperto il mercoledì mattina (tel. 02.4022.2486).

Centro di Salute e Ascolto Donne straniere e i loro bambini

Assistenza alle donne immigrate nel loro percorso riproduttivo (gravidanza, problemi ginecologici) e ai neonati fino al primo anno di vita. Nel Centro è presente una equipe multi specialistica femminile: mediatrici linguistico culturali, psicologa, assistente sociale, ginecologa, ostetrica e pediatra. Il Centro è aperto il lunedì e il giovedì mattina, dalle ore 9.00 alle ore 13.00, il martedì pomeriggio dalle ore 13.30 alle ore 17.00. La prima visita può avvenire senza appuntamento (tel. 02.4022.2486).

Centro Aiuto alla Vita

Presenza di volontari dei CAV per offrire un supporto alle donne disorientate per una gravidanza imprevista e incoraggiare a scegliere il bene del figlio in arrivo.

A.O. Polo Universitario

Ospedale "San Paolo"

Via Antonio Di Rudinì 8, Milano

Tel. 02.81841

www.ao-sanpaolo.it

Attività

Corso pre parto

Il corso è rivolto a tutte le gestanti dalla 32° alla 34° settimana. Dura due mesi e prevede una parte teorica e una parte pratica (stretching). È prevista anche una visita alla sala parto e al reparto di Ostetricia. Prenotazione diretta telefonando al numero della libera professione: 02.81844141

Centro Salute Donne straniere e i loro bambini

Assistenza alle donne immigrate nel loro percorso riproduttivo (gravidanza, problemi ginecologici) e ai neonati fino al primo anno di vita • Mediazione linguistico-culturale (Egitto, Marocco, Algeria, Centro Sud America, Cina, Filippine, Albania, Romania). Tel. 02.89181040, martedì e venerdì 9.00/13.00, giovedì 13.30/17.30

Ambulatorio per la prevenzione e la cura della depressione post partum

Colloqui d'informazione sui fattori di rischio, sintomatologia e decorso della depressione post partum • Colloqui di valutazione dello stato d'umore e dei fattori di rischio della donna in gravidanza e nel post partum • Psicoterapia individuale, di coppia e familiare • Colloqui psichiatrici • Trattamento farmacologico • Corsi di massaggio infantile. Tel. 02.81843833 - 393.1425281

Servizio di accompagnamento alla crescita

Incontri con le coppie madre-bambino condotti da psicomotricista.

Viale Famagosta 46, Milano

Tel. 02.8184.2464, martedì 9.00/13.00

mammebambini@ao-sanpaolo.it

Giovani gravidanze

Sostegno e affiancamento durante la gravidanza e spazi d'incontro mamma-bambino.

Via Antonio di Rudinì 8, Milano

Tel. 02.8184.4286

giovani.gravidanze@ao-sanpaolo.it

Ospedale "San Raffaele"

Istituto di ricovero e cura a carattere scientifico

Via Olgettina 60, Milano

Tel. 02.26431

www.sanraffaele.org

Attività

Corso di preparazione alla nascita

I corsi si propongono di accompagnare lungo la gravidanza i futuri genitori dando loro tutto il sostegno e l'attenzione di cui hanno bisogno, promuovendo il valore profondo e bellissimo della nascita. Prevedono momenti di informazione e incontri in piccoli gruppi che diventano occasione di espressione, condivisione, lavoro sul corpo, per aumentare il benessere e la fiducia nelle proprie potenzialità.

Tel. 02.2643.2694 (segreteria telefonica)

Tel. 02.2643.2956 (h. 9.00/9.30)

Incontri dopo il parto

Gli incontri dopo il parto sostengono la madre e arricchiscono il suo rapporto con il bambino attraverso la pratica del massaggio neonatale.

Negli incontri si impara a conoscere la psicologia del neonato, si parla di allattamento e cure al bambino, si apprendono esercizi fisici specifici per il puerperio.

Tel. 02.2643.2977 (segreteria telefonica)

Tel. 02.2643.2956 (h. 9.00/9.30)

A.O. Ospedale Niguarda - Ca' Granda

Piazza Ospedale Maggiore 3, Milano

Tel. 02 6444.1

www.ospedaleniguarda.it

Attività

Ambulatori ostetrici

Seguono le future mamme dalla prima ecografia fino al parto; sono in grado di assistere anche le gravidanze a rischio in collaborazione con altri specialisti (cardiologo, diabetologo ecc.).

Corso di preparazione al parto

Incontri tra le gestanti e il personale specializzato che seguirà l'evento nascita. Gli incontri di un'ora e mezza iniziano due mesi dalla data presunta del parto e proseguono per circa due mesi e mezzo; hanno cadenza settimanale.

Centro Studi e Trattamenti per i Disturbi della fertilità

Centro regionale di riferimento per la diagnosi e la terapia della sterilità di coppia.

Centro Spina Bifida

Prevenzione e diagnosi prenatale, gestione gravidanza e parto. Gestione multidisciplinare del neonato e successiva presa in carico ambulatoriale del bambino (organizzazione dei follow-up) e accompagnamento anche psicologico della sua famiglia.

Depressione post partum

È stato attivato un programma che prevede una stretta collaborazione tra Ostetricia e Psichiatria: lo psicologo partecipa all'attività ambulatoriale lungo il percorso di visite che anticipano la nascita. Il suo ruolo è quello di sensibilizzare le donne a non temere il periodo post parto, sostenendole per affrontare le difficoltà che lo accompagnano.

Ospedale “San Giuseppe” - Gruppo Multimedica Milano

Struttura accreditata con il Servizio Sanitario Nazionale

Via San Vittore 12, Milano

Tel. 02.85991

www.multimedica.it

Attività

Corso Accompagnamento alla nascita

Percorso di educazione alla nascita dalla 32a settimana di gestazione con 1 o 2 incontri settimanali fino al parto.

Corso di massaggio neonatale - Ambulatorio per l’allattamento

I corsi si svolgono in gruppi di 4-5 bambini con le proprie mamme con frequenza di una volta alla settimana per 5 incontri. Servizio dell’ambulatorio del puerperio per problematiche inerenti all’allattamento e puerperio nei primi 40 giorni post partum.

Casa di cura “S. Pio X” - Fondazione “Opera San Camillo”

Struttura accreditata con il Servizio Sanitario Nazionale

Via Francesco Nava 31, Milano

Tel. 02.69511

www.casadicurasanpiox.it

Attività

Corso di accompagnamento alla nascita

Sei incontri: oltre al rilassamento respiratorio vengono affrontati diversi argomenti (l’igiene, le fasi del travaglio e le varie posizioni, il parto spontaneo, il taglio cesareo, l’allattamento, il ritorno a casa).

Corso “alimentazione in gravidanza”

Quattro incontri di gruppo di un’ora e mezza che tratteranno l’alimentazione e l’idonea attività fisica in gravidanza. Supplementi nutrizionali, sostanze eccitanti, dolcificanti in gravidanza. Lo stile alimentare nei periodi successivi al parto.

Corso di massaggio neonatale

L’insegnamento avviene in piccoli gruppi di genitori e di bambini a partire dal 1°- 2° mese di vita. Il corso, condotto da un’ostetrica specializzata, è articolato in cinque incontri della durata di circa un’ora.

A.O. “Guido Salvini” - Garbagnate Milanese

Viale Forlanini 121, Garbagnate

Tel. 02.994302349

www.aogarbagnate.lombardia.it

Corso di preparazione alla nascita

I corsi prevedono momenti di informazione e incontri in piccoli gruppi che diventano occasione di espressione, condivisione, lavoro sul corpo, per aumentare il benessere e

la fiducia nelle proprie potenzialità. Il corso è a numero chiuso (20 mamme) e prevede sette incontri con l'ostetrica, uno con il pediatra e uno con la psicologa. È prevista la partecipazione del partner ad un incontro.

Ambulatorio per i Disturbi d'Ansia e Depressione

Presidio ospedaliero "Giuseppe Casati"
via Luigi Settembrini 1, Passirana di Rho
Tel. 02.994301

Il progetto prevede: una fase preliminare di informazione e sensibilizzazione delle neo-mamme al rischio di sviluppare una depressione post partum; una fase di screening per individuare i casi di depressione post partum fra le neo mamme; un programma specifico di trattamento psicologico, individuale o di gruppo, per aiutare le mamme affette da depressione.

A.O. "Ospedale Civile di Legnano"

Via Papa Giovanni Paolo II, Legnano

Tel. 0331.449111

ginecologialegnano@ao-legnano.it - www.ao-legnano.it

Presidio

Ospedale Magenta

Via Al Donatore di Sangue 50, Magenta

Tel. 0297963361 (h. 13/14)

ginecologiamagenta@ao-legnano.it - www.ao-legnano.it

Parliamo di Allattamento

La neonatologia dell'ospedale incontra le famiglie in attesa di un bimbo per parlare di allattamento. Gli incontri sono tenuti da personale specializzato e sono aperti alle mamme e ad altre figure interessate a partecipare.

Mamma si diventa, genitori pure

Programma innovativo territoriale sull'individuazione e sul trattamento della depressione in gravidanza e nel post partum.

A. O. Ospedale di Circolo di Melegnano

www.aomelegnano.it

Presidi

Ospedale di Cernusco sul Naviglio

Via Uboldo, Cernusco Sul Naviglio

Tel. 02.923601

Ospedale di Melzo

Via Volontari del Sangue 5, Melzo

Tel. 02.951221

Ospedale di Vizzolo Predabissi

Via Pandina 2, Vizzolo Predabissi

Tel. 02.98051

ostetricia.vizzolo@aomelegnano.it

Corso di preparazione alla nascita

Momenti di informazione, condivisione, lavoro sul corpo, per aumentare il benessere e la fiducia nelle proprie potenzialità. Training prenatale, Training psicofisico per il parto naturale. Intero ciclo. *Per le iscrizioni: tel. 02.98052263*

Corso di stretching

Sono previsti sette incontri specifici di stretching per la preparazione al travaglio di parto e verranno proposti esercizi di rilassamento con l'ausilio di musica e aromi per favorire il relax.

Partoanalgesia

Visita anestesiológica con impegnativa per "visita anestesiológica per partoanalgesia". Tel. 02.98052791

Ospedale "di Circolo" di Rho

Corso Europa 250, Rho

Tel. 02.994303758 (martedì 13.00/15.00)

ostr@aogarbagnate.lombardia.it - www.aogarbagnate.lombardia.it

Corso di preparazione alla nascita

I corsi prevedono momenti di informazione e incontri in piccoli gruppi che diventano occasione di espressione, di condivisione, di lavoro sul corpo per aumentare il benessere e la fiducia nelle proprie potenzialità. Si tratta di undici incontri, sei con l'ostetrica e cinque con gli specialisti (pediatra, psicologo, ginecologo ecc.).

A.O. Istituti Clinici di Perfezionamento

Ospedale Città di Sesto San Giovanni

Via Giacomo Matteotti 83, Sesto San Giovanni

Tel. 02.57991

www.icp.mi.it

Corso di preparazione alla nascita

Momenti di informazione, condivisione, lavoro sul corpo, per aumentare il benessere e la fiducia nelle proprie potenzialità.

Casa del parto

Attivo un servizio a pagamento, riservato alle gestanti e denominato Casa del Parto: veri e propri ambienti dotati di camera, bagno e cucina per vivere l'"evento nascita" con tutta la famiglia.

Servizi a Milano

ZONA 1

Associazione Il Club delle Mamme

Via Canonica 20, Milano

Tel. 393.1294993

info@ilclubdellemamme.com - www.ilclubdellemamme.com

Attività, spazi d'incontro e corsi:

Corso preparto • In forma al parto • Corso yoga in gravidanza • Sostegno al puerperio e all'allattamento alle neomamme nei 40 giorni successivi al parto • Massaggio neonatale • Gioco motricità mamma-bambino • Musicoterapia mamma-bambino • Ginnastica post partum • Bimbo up: per bambini affetti dalla sindrome di down da 0 a 12 mesi.

Costo: a pagamento.

Associazione Mammamondo

Via Domenico Cimarosa 8, Milano

Tel. 348.8025265

francesca@mammamondo.net - www.mammamondo.net

Accompagnamo le mamme (e i papà!) nel meraviglioso ed impegnativo percorso che, a partire dalla gravidanza, trasforma la coppia in famiglia.

Attività

Luogo dedicato alle neo-mamme ma anche a coloro che sono mamma già da tempo, mette a disposizione lo spazio e lo staff altamente qualificato (ostetriche, osteopati, psicomotricista, counselors e psicologa, pediatra, insegnanti di musica e musicoterapiste, istruttrici di yoga, pilates e danza del ventre, educatrici artistiche), ma sono le mamme che scelgono come vivere questo spazio e le attività proposte.

Costo: quota associativa.

Centro assistenza La Famiglia Ambrosiana

Consultorio d'ispirazione cattolico/cristiana

Via S. Antonio 5, Milano

Tel. 02.58391361

info@consultoriofamigliambrosiana.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

CED - Centro Educazione Demografica

Consultorio laico

Via degli Amedei 13, Milano

Tel. 02.8690078

ced@cedassociazione.it - www.consultorioced.it

Attività

Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria, psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza dietologica • Consulenza pediatrica.

Costo: a pagamento.

Centro Progetti Donna

Consultorio laico

Via Silvio Pellico 6, Milano

Tel. 02.861145

info@cpdonna.it - www.cpdonna.it

Attività consultoriali

Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria, psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza nutrizionista • Consulenza legale.

Costo: a pagamento.

Centro Umanamente

Psicologia e Pediatria per la famiglia

Via Giuseppe Vigoni 5, Milano

Tel. 327.3937664

info@centroumanamente.it - www.centroumanamente.it

Attività

In gravidanza: ascolto attivo della madre e della coppia • Informazioni e sostegno per un parto consapevole (doula) • Sostegno psicologico e psicoterapie individuali e di coppia • Incontri informativi gratuiti sul portare i bambini con la fascia • Massaggio sia in gravidanza che nel puerperio • Accompagnamento e sostegno continuativo emotivo-pratico durante il travaglio-parto.

Per neomamme: sostegno pratico ed emotivo a domicilio nel puerperio (doula) • Avviamento e sostegno dell'allattamento • Problem solving dai primi giorni all'anno di vita del bambino • Incontri di gruppo mamma-bambino con arte-terapeuta e doula • Sostegno psicologico • Psicoterapie e osservazioni mamma-bambino, pedagoga, massaggio neonatale, spazio doula • Corsi per portare i bambini con la fascia, di pronto soccorso pediatrico, pediatria naturale.

Costo: a pagamento. Alcune attività gratuite grazie a progetti in collaborazione con Associazione Il Sole Bircicò.

Consultorio CEMP

Consultorio non accreditato

Via Eugenio Chiesa 1, Milano

Tel. 02.55188588

progettocon_tatto@alice.it - www.consultoriocemp.org

Attività consultoriali e spazio d'incontro:

Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria, psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Massaggio infantile (AIMI) • Spazio Mamma: incontri settimanali di confronto e di supporto per mamme con bambini 0-12 mesi • Cestino dei tesori: attività ludiche e di stimolo per mamme con bambini 6-12 mesi (presso TheMilkBar).

Progetto "Con_Tatto: nascere e crescere mamma"

Ospedale Sacco c/o reparto di Ostetricia e Ginecologia

TheMilkBar in via Giuseppe Mazzini, Milano

La Margherita Blu, via del Crocefisso 40, Corbetta

"Con_Tatto" è uno spazio e un tempo in cui ogni donna, con il proprio bambino, può confrontarsi con altre mamme, fare domande, esprimere e condividere emozioni. Gli incontri hanno cadenza settimanale e durata di due ore ciascuno.

Costo: gratuito e a pagamento.

Consultorio Familiare Genitori Oggi

Consultorio d'ispirazione cattolico/cristiana, accreditato

Via della Commenda 37, Milano

Tel 02.54120224

info@genitorioggi.it - www.genitorioggi.it

Attività

Consulenza e visita ginecologica ed ostetrica • Corsi di preparazione al parto • Massaggio infantile • Consulenza pediatrica, consulenza psicologica, psicoterapia • Psicomotricità.

Costo: gratuito; convenzionato/ticket.

Consultorio Familiare Integrato

ASL - Milano

Corso Italia 52, Milano

Tel. 02.85788119

ConsultorioFamiliareItalia@asl.milano.it

Via Conca del Naviglio 45, Milano

Tel. 02.85788121

CFConcadeINavigli@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.

Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

GEPO - Gruppo d'Educazione Pediatrica Ostetrica

Via San Giovanni sul muro 5, Milano

Tel. 02.8057045

www.gepoconsultorio.com

Attività

Controlli ostetrici e consulenza sanitaria, psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Ginnastica per mamme, spazio per mamme e bambini dove ritrovarsi, allattare, cambiare i bimbi o solo scambiare quattro chiacchiere • Happy popping: consulenza sull'allattamento • Corso di pronto soccorso pediatrico.

Costo: a pagamento.

Il cerchio delle mamme

Associazione Alice Onlus

Viale Severino Boezio 12, Milano

Tel. 393.1043658

info@aliceonlus.org - www.aliceonlus.org

Attività

Riunire mamme e bambini attraverso la pratica dell'incontro collettivo, un'occasione di conoscenza e di socializzazione importante per le mamme; concedersi del tempo per sé in un clima accogliente e rilassato; condividere emozioni; scoprire modalità diverse per relazionarsi con il proprio bambino; trovare sostegno nell'allattamento e nella risoluzione di piccoli problemi pratici; seguire lo sviluppo psico-motorio del proprio bambino attraverso giochi e attività sensoriali. Il cerchio delle mamme si riunisce a cadenza quindicinale con incontri della durata di un'ora.

Costo: corsi a pagamento; area clinica: un colloquio gratuito.

Insieme: uno spazio di incontro per mamma e bambino

Piazza San Fedele 4, Milano

Tel. 02.863521

mail@centrogiovanicoppiesanfedele.it - www.centrogiovanicoppiesanfedele.it

Attività

Incontri di gruppo mamme e bambini, da 1 a 18 mesi, per condivisione, giochi, massaggio Shantala.

Costo: a pagamento.

La casa Rosa

Associazione

Largo Augusto 3, Milano

Tel. 349.5110500

viviana.garbagnoli@associazionelacasarosa.net - www.associazionelacasarosa.net

Attività

Incontri di confronto e di dialogo sia in gruppo sia individuali • Laboratori interattivi psicopedagogici per i più piccoli, momenti per tutta la famiglia, momenti per le mamme • Home-visiting per offrire risposte rapide e immediate ai bisogni pratici o emotivi • Percorsi psicoterapici • Corsi pre e post parto.

Costo: a pagamento.

Open-minds, corsi pre e post parto

Corso Magenta 52, Milano

Tel. 02.26300666

claudiaadamo@hotmail.com - www.corsipreparto.com

Attività

Open-minds offre corsi pre parto personalizzati oppure collettivi a Milano • Corsi di yoga e ginnastica dolce in gravidanza • Corsi post parto inerenti allattamento, puericoltura, babysitter • Assistenza ostetrica a domicilio. Oltre ai corsi privati a domicilio, i corsi sono offerti in varie strutture in tutte le zone di Milano per permettere alle mamme di seguire corsi di qualità senza andare lontano da casa.

Costo: a pagamento.

Tempo per le famiglie

Comune di Milano

Piazza SS. Trinità 5, Milano

Tel. 02.31809008

Attività

Servizio rivolto ai bambini e alle bambine dai 3 mesi ai 3 anni, ai loro genitori e ai familiari. Luogo d'incontro e scambio tra adulti e tra adulti e bambini. Offre ai bambini l'opportunità di stare con gli adulti e con i pari in una situazione privilegiata di gioco, in un ambiente protetto e strutturato in spazi stimolanti e consoni all'età. Agli adulti accompagnatori offre l'occasione di stare insieme con i propri bambini e di osservarli in un ambiente appositamente pensato, instaurando nel contempo con gli altri adulti relazioni finalizzate al confronto, al supporto reciproco e alla condivisione di esperienze.

Costo: quota annua, non rimborsabile, definita annualmente dal Comune di Milano.

Consultorio Familiare

Consultorio d'ispirazione cattolico/cristiana

Viale Francesco Restelli 25, Milano

Tel. 02.6071593

consultorio_restelli@alice.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Sant'Elembardo 4, Milano

Tel. 02.85788349-50-51

CFD3Elembardo@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.

Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

La Luna Nuova

Via Luigi Settembrini 3, Milano

Tel. 02.66984453

Fax 02.66984451

info@lalunanuova.it - www.lalunanuova.it

Attività

Assistenza da parte dell'ostetrica nelle varie fasi della gravidanza e della nascita • Corsi di preparazione al parto • Yoga in gravidanza • Gruppi di mamme e bambino dopo il parto per scambio d'informazione e assistenza • Sportello telefonico per il sostegno all'allattamento e le cure del neonato • Riabilitazione perineale • Spazio gemelli (pre e post parto).

Costo: gratuito e a pagamento.

Tempo per le famiglie

Comune di Milano

Via Giuseppe Giacosa 44/46, Milano

Tel. 02.2820703

Attività

Servizio rivolto ai bambini e alle bambine dai 3 mesi ai 3 anni, ai loro genitori e ai familiari. Luogo d'incontro e scambio tra adulti e tra adulti e bambini. Offre ai bambini l'opportunità di stare con gli adulti e con i pari in una situazione privilegiata di gioco, in un ambiente protetto e strutturato in spazi stimolanti e consoni all'età. Agli adulti accompagnatori offre l'occasione di stare insieme con i propri bambini e di osservarli in un ambiente appositamente pensato, instaurando nel contempo con gli altri adulti relazioni finalizzate al confronto, al supporto reciproco e alla condivisione di esperienze.

Costo: quota annua, non rimborsabile, definita annualmente dal Comune di Milano.

Una famiglia, tante famiglie, una città - Quartiere Precotto

Cooperativa sociale Focus

Via Esiodo 12, Milano

Tel. 02. 45484338

info@focuscoop.it - www.focuscoop.it

Attività

Un thè, un caffè, una domanda: spazio di confronto e incontro per genitori e piccolissimi (0-12 mesi) con una pedagoga per affrontare le sfide legate al nuovo ruolo parentale, per rafforzare la fiducia nelle proprie competenze genitoriali e per creare rete con altre famiglie del territorio • Corsi di massaggio neonatale: condotti da una pedagoga insegnante AIMI • Mappatura dei servizi presenti sul territorio: dedicati alla prima infanzia e una classificazione attraverso criteri legati al tipo di offerta e alla risposta al bisogno, che verrà resa pubblica e diffusa sia ai genitori che ai servizi stessi.

Costo: gratuito, corso di massaggio 80 euro.

AIED

Consultorio familiare accreditato di ispirazione laica

Viale Regina Giovanna 36, Milano

Tel. 02.66714156

info@aiedmilano.com - www.aiedmilano.com

Attività

Servizi diagnostici preventivi, controlli ginecologici, incontri di preparazione alla nascita e assistenza al puerperio, diagnosi prenatale • Corsi di preparazione al parto e post parto • Massaggio infantile • Consulenze e terapie psicologiche individuali, di coppia, di gruppo • Gruppi formativi e informativi a tema.

Costo: convenzionato/ticket.

Associazione Doule Italia

Via Enrico Nöe 25, Milano

Tel. 348.0621521

info@douleitalia.it - www.douleitalia.it

Attività

In gravidanza: ascolto attivo della madre e/o della coppia • Informazione sui servizi alla maternità offerti sul territorio • Accompagnamento alle visite e agli esami • Informazione per scegliere il luogo dove partorire e i diversi professionisti coinvolti nel percorso nascita • Accompagnamento e sostegno in travaglio-parto • Relazione scritta della nascita.

Per neomamme: avviamento e sostegno all'allattamento • Accudimento del neonato • Sostegno alla madre e alla genitorialità • Ascolto attivo • Problem solving dai primi mesi fino all'anno del bambino.

Costo: a pagamento.

Consultorio familiare "G.B.Guzzetti"

Consultorio d'ispirazione cattolico/cristiana

Via Luigi Mancinelli 1, Milano

Tel. 02.2828288

cronchetti@tiscalinet.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Giovanni Ricordi 1, Milano

Tel. 02.85788348

CFD3Ricordi@asl.milano.it

Largo Volontari del Sangue 1, Milano

Tel. 02.85788352

CFD3VolontariSangue@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.

Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

La Diade

Piazza Francesco Guardi 15, Milano

Tel. 347.7199012

info@ladiade.it - www.ladiade.it

Attività, consulenza sull'allattamento

Consulenza sull'allattamento da parte di figure professionali IBCLC (International Board Lactation Consultant Examiner).

MaMi - Mamme a Milano

Associazione

Via Astolfo 19, Milano

Tel. 02.23164126 - 348.8104900

info@ma-mi.it - www.ma-mi.it

Attività

In gravidanza: corso preparto per futuri genitori (dal quarto mese) • Percorso di arte-terapia per mamme gestanti (dal sesto mese) • Corso di danza per gestanti (danza del ventre, africana), yoga, shiatsu.

Per neomamme: banca del latte, baby chef (ricette per svezzamento) • Il cerchio delle mamme (spazio d'incontro e di scambio) • Corso di danza del ventre, yoga, ginnastica a corpo libero o col passeggino.

Per neomamme e loro piccini: canzoni per mamme e piccini • Corso di ginnastica dolce • Corso shiatsu • Corso di massaggio neonatale • Laboratori di psicomotricità • Incontri musicali • Percorsi di arte terapia.

Inoltre: corso di pronto soccorso adulto e pediatrico • Cineforum e incontri per genitori e futuri genitori • Il TrovaTate • Counseling psicologico • Banca del tempo • Il mercatino delle mamme • Sportello lavoro • Nursery@MaMi.

Costo: tessera associativa annuale e contributo per corsi.

Progetto Mamme

Associazione Apeiron

Via Felice Poggi 2, Milano

Tel. 02.70638367

progettomamme@apeironassociazione.org - www.apeironassociazione.org

Attività, spazio d'incontro

Per future mamme: sta per nascere una mamma.

Per mamme con bimbi da 0 a 6 mesi: tempo mamma-bambino.

Per mamme con bimbi da 6 a 12 mesi: il cesto dei tesori.

L'associazione promuove iniziative finalizzate alla prevenzione del disagio nelle aree della salute, della famiglia e della comunità.

Costo: quota associativa, contributo simbolico.

Tempo per le famiglie

Comune di Milano

Via Feltre 68/1, Milano

Tel. 02.88440202

Attività

Servizio rivolto ai bambini e alle bambine dai 3 mesi ai 3 anni, ai loro genitori e ai familiari. Luogo d'incontro e scambio tra adulti e tra adulti e bambini. Offre ai bambini l'opportunità di stare con gli adulti e con i pari in una situazione privilegiata di gioco, in un ambiente protetto e strutturato in spazi stimolanti e consoni all'età. Agli adulti accompagnatori offre l'occasione di stare insieme con i propri bambini e di osservarli in un ambiente appositamente pensato, instaurando nel contempo con gli altri adulti relazioni finalizzate al confronto, al supporto reciproco e alla condivisione di esperienze.

Costo: quota annua, non rimborsabile, definita annualmente dal Comune di Milano.

Altro Tempo - Servizi e spazi per la famiglia

Cooperativa Diapason

Via Contardo Ferrini 11, Milano

Tel. 02.55191587 - 340.7038275

altro tempo@coopdiapason.it - www.altrotempo.it

Attività

Corso massaggio neonatale (0-8 mesi) con insegnanti AIMI • Corso di musica in fasce con metodo Gordon • Tempo famiglie per mamme-nonni e bambini 0-3 anni • Incontri con psicologa per genitori di bambini 0-3 anni • Ginnastica mamma-bambino 0-8 mesi • Sostegno telefonico e a domicilio per l'allattamento.

Costo: gratuito e a pagamento.

Consultorio Familiare "Gli Aquiloni"

Consultorio laico, privato e accreditato

Corso Lodi 127, Milano

Tel. 02.56808762

consultorio@gliaquiloni.net - www.gliaquiloni.net

Attività consultoriali e spazio d'incontro

Visite ed ecografie ostetriche e ginecologiche • Visite post partum e consulenze contraccettive • Mediazione linguistica culturale di lingua cinese ed araba sia per l'ambulatorio medico che per i servizi psicologici e sociali • Attività di gruppo di preparazione al parto • Visita domiciliare dell'ostetrica alla dimissione ospedaliera nel post parto • Consulenze per il sostegno all'allattamento al seno e per il monitoraggio dell'accrescimento del neonato • Incontri mamma-bambino di massaggio infantile e il cestino dei tesori • Servizio di consultazione psicologica per i genitori di bambini da 0 a 5 anni • Bilancio delle competenze per la ripresa dell'attività lavorativa dopo la maternità • Percorsi di sostegno psicologico per la coppia e per la donna • Assistenza sociale e legale di diritto di famiglia anche internazionale.

Costo: è pari all'importo del ticket.

Consultorio familiare "G.B. Guzzetti"

Consultorio d'ispirazione cattolico/cristiana

Viale Corsica 86, Milano

Tel. 02.70006393

cronchetti@tiscalinet.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica, educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Gaudenzio Fantoli 7, Milano

Tel. 02.85788430

ConsultorioFamiliareFantoli@asl.milano.it

Via Oglio 18, Milano

Tel. 02.85788427

CFD4Oglio@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.

Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Istituto La Casa - Associazione non profit

Consultorio accreditato

Via Serviliano Lattuada 14, Milano

Tel. 02.55187310

info@istitutolacasa.it - www.ist-lacasa.it

Attività

Consulenza e visita ginecologica e pediatrica • Consulenza etica, legale ed educativa • Supporto psicologico • Gruppi di confronto • Gruppo danza-movimento mamma-bambino • Spazio migranti.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Tempo per le famiglie

Comune di Milano

Via Guido Uccelli di Nemi 48, Milano - Tel. 02.88446906

Corso XXII Marzo 16/18, Milano - Tel. 02.59900118

Attività

Servizio rivolto ai bambini e alle bambine dai 3 mesi ai 3 anni, ai loro genitori e ai familiari. Luogo d'incontro e scambio tra adulti e tra adulti e bambini. Offre ai bambini l'opportunità di stare con gli adulti e con i pari in una situazione privilegiata di gioco, in un ambiente protetto e strutturato in spazi stimolanti e consoni all'età. Agli adulti accompagnatori offre l'occasione di stare insieme con i propri bambini e di osservarli in un ambiente appositamente pensato, instaurando nel contempo con gli altri adulti relazioni finalizzate al confronto, al supporto reciproco e alla condivisione di esperienze.

Costo: quota annua, non rimborsabile, definita annualmente dal Comune di Milano.

CAF Onlus

Associazione

Progetto "Diventare Genitori"

Viale Papiniano 45, Milano

Tel. 02.8378360

diventare.genitori@cafonlus.org - www.cafonlus.org

Attività

Intervento domiciliare di sostegno alla genitorialità in epoca perinatale: accoglienza dal 7° mese di gravidanza al 2° mese di vita del bambino. L'operatrice si reca presso il domicilio della famiglia seguita sostenendo la mamma nella quotidianità. L'operatrice segue la famiglia in modo intensivo nel corso del primo anno di vita del bambino (incontri di due ore due volte alla settimana) e nei restanti sei mesi realizza l'intervento con un incontro la settimana in gravidanza e nella fase di accompagnamento all'autonomia.

Costo: gratuito.

Progetto "Il Girotondo delle Mamme"

via Vittorio Emanuele Orlando 15, Milano

Tel. 02.8265051

info@cafonlus.org - www.cafonlus.org

Attività

Le madri di bambini da 0 a 3 anni potranno, incontrandosi, entrare a far parte di un girotondo di conoscenza basato sul confronto e sul dialogo. Saranno organizzati corsi, attività ed eventi mirati ad aiutare e a incentivare il rapporto di comunicazione e di relazione madre-figlio.

Costo: gratuito.

Consultorio familiare "Beata G. Beretta Molla"

Consultorio d'ispirazione cattolico/cristiana

Via Pietro Boifava 15/A, Milano

Tel. 02.89532759

consultorio.gbm@tiscali.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica, educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Consultorio Familiare “Luisa Riva”

Consultorio familiare privato e accreditato

Associazione Donna e Madre Onlus

Via Ascanio Sforza 75, Milano

Tel. 02.89546013

paola.zavagnini@donnaemadre.it - www.doema.it

Attività

Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Consulenza familiare • Gruppi di incontro e mutuo aiuto per genitori e per adolescenti • Incontri di gruppo post partum • Interventi di assistenza e sostegno alla donna • Percorsi di gruppo sulla natalità, educazione all'affettività • Gruppi di informazione e prevenzione per adolescenti.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Pietro Boifava 25, Milano

Tel. 02.85788428

ConsultorioFamiliareBoifava@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.

Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Centro Consulenza per la famiglia

Consultorio d'ispirazione cattolico/cristiana

Via Piero Strozzi 6/A, Milano

Tel. 02.4236833

ccfstrozzi@alice.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica, educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Consultorio C.A.Me.N.

Consultorio d'ispirazione cattolico/cristiana

Via San Cristoforo 3, Milano

Tel. 02. 48953740

fondazione.camen@libero.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica, educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Remo La Valle 7, Milano

Tel. 02.85788530

CFD5RemoLaValle@asl.milano.it

Via della Ferrera 14, Milano

Tel. 02.85788534

CFD5DellaFerrera@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.
Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Il sole Biricò

Via Lorenteggio 41, Milano

Tel. 333.19676598

ilsolebirico@gmail.com - www.ilsolebirico.it

Attività

Costruire una “rete sociale” virtuosa che permetta alle famiglie di sostenersi in un’ottica di mutuo aiuto e di condivisione in uno spazio di incontro, gioco, aggregazione, e formazione-informazione per i bambini e le loro famiglie e con servizi specifici a loro dedicati. Sostenere la neo-genitorialità, fornire l’accesso alla consultazione psicologica, in un contesto non “patologizzante” e offrire ai bambini che frequentano la scuola opportunità di dopo scuola che facilitino lo sviluppo cognitivo, sociale ed emotivo. Offrire uno spazio gioco attrezzato e al coperto per potersi ritrovare in ogni occasione.

Costo: Corso gratuito per neomamme.

Progetto Arcipelago famiglie

Cooperativa La Cordata

Via Bonaventura Zumbini 6, Milano

Tel. 02.36556623

centrofamiglie@lacordata.it - www.lacordata.it

Attività

Asilo nido, Giocomondo, servizio di baby sitter a domicilio. Arcipelago Famiglie è una rete di servizi dedicati alle famiglie, nata dalla partnership tra le realtà sociali che operano all’interno del Villaggio Barona, tra via Ettore Ponti e via Zumbini: offerta di spazi e servizi per l’accoglienza delle famiglie che non sono in grado di trovare risposta negli attuali servizi del territorio; apertura di uno sportello di ascolto e consulenza per supportare la famiglia nel suo complesso con azioni di prevenzione, orientamento e sostegno secondo una logica di promozione del benessere; offerta di spazi e servizi per l’accoglienza, il gioco e la cura dei bambini, coordinate con i tempi di funzionamento della città e con la flessibilità di orario delle donne lavoratrici.

Costo: offerta libera per gli spazi di gioco e prezzi low cost per il sostegno psicologico.

Tempo per le famiglie

Comune di Milano

Via dei Crollalanza 15, Milano

Tel. 02.8360235

Via Rimini 25/8, Milano

Tel. 02.84810578

Attività

Servizio rivolto ai bambini e alle bambine dai 3 mesi ai 3 anni, ai loro genitori e ai familiari. Luogo d’incontro e scambio tra adulti e tra adulti e bambini. Offre ai bam-

bini l'opportunità di stare con gli adulti e con i pari in una situazione privilegiata di gioco, in un ambiente protetto e strutturato in spazi stimolanti e consoni all'età. Agli adulti accompagnatori offre l'occasione di stare insieme con i propri bambini e di osservarli in un ambiente appositamente pensato, instaurando nel contempo con gli altri adulti relazioni finalizzate al confronto, al supporto reciproco e alla condivisione di esperienze.

Costo: quota annua, non rimborsabile, definita annualmente dal Comune di Milano.

Un posto al sole - Centro d'accoglienza e sostegno alla famiglia

Associazione Il Sole Biricò

Via Lorenteggio 41, Milano

Tel. 02.45497894 - 333.1967598

info@ilsolebirico.it www.ilsolebirico.it

Attività

Accompagnamento socio-sanitario e sostegno psicologico alla donna e alla coppia in gravidanza e nel post partum (spazio allattamento, gruppi mamma bambino, laboratori) • Sostegno alla genitorialità (gruppi di incontro e di gioco mamma-bambino 6/12 mesi, massaggio infantile, seminari dedicati ai genitori, consulenza psico educativa ai genitori, terapia di coppia).

Costo: gratuito; alcuni servizi a pagamento.

Associazione Magicomondo

Via Elba 30, Milano

Tel. 02.87381820

associazione@magicomondo.net - www.magicomondo.net

Attività

Offrire alla madre lavoratrice un servizio educativo con orario flessibile ed elastico, in relazione alle varie esigenze personali e per poter conciliare il tempo della famiglia con il tempo lavoro, in particolare la costituzione di un asilo nido famiglia o micronido • Offrire servizi sociali per la prima infanzia per bambini con difficoltà psico-fisiche, segnalati dai servizi specialistici • Promozione ed attuazione di iniziative innovative in campo socio-educativo rivolte alla famiglia, anche attraverso momenti di incontri organizzati per il confronto delle varie esperienze con la valenza di mutuo-aiuto • Realizzazione di attività educative e socio ricreative con laboratori musicali e di pittura, atelier mamma-bambino, rivolte ai bambini in età prescolare che abbiano come scopo il raggiungimento del benessere psicofisico del bambino.

Costo: quota associativa.

Casa di maternità "La via Lattea"

Cooperativa

Via Mario Morgantini 14, Milano

Tel. 02.89077589 - 335.431058

info@casamaternita.it - www.casamaternita.it

Attività

Corsi in gravidanza e di preparazione al parto • Assistenza ostetrica al travaglio e al parto in sede o a domicilio • Puerperio a domicilio • Visite ostetriche; gruppi mamma-bambino nel primo anno di vita • Corso massaggio infantile • Consulenze ostetriche in allattamento • Consulenze educative • Incontri a tema per genitori.

Costo: a pagamento.

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Masaniello 23, Milano

Tel. 02.85788532

CFD5Stovani@asl.milano.it

Via Raffaello Sanzio 9/11, Milano

Tel. 02.85788540

CFD5Monreale@asl.milano.it

Via Monreale 13, Milano
Tel. 02.85788535
CFD5Monreale@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.
Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Tempo per le famiglie

Comune di Milano

Via Anselmo da Baggio 56, Milano
Tel. 02.48915175

Via Mar Jonio 5, Milano
Tel. 02.40011778

Attività

Servizio rivolto ai bambini e alle bambine dai 3 mesi ai 3 anni, ai loro genitori e ai familiari. Luogo d'incontro e scambio tra adulti e tra adulti e bambini. Offre ai bambini l'opportunità di stare con gli adulti e con i pari in una situazione privilegiata di gioco, in un ambiente protetto e strutturato in spazi stimolanti e consoni all'età. Agli adulti accompagnatori offre l'occasione di stare insieme con i propri bambini e di osservarli in un ambiente appositamente pensato, instaurando nel contempo con gli altri adulti relazioni finalizzate al confronto, al supporto reciproco e alla condivisione di esperienze.

Costo: Quota annua, non rimborsabile, definita annualmente dal Comune di Milano.

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Antonio Aldini 68, Milano

Tel. 02.85788236

CFD2Aldini@asl.milano.it

Via Luigi Faravelli 32, Milano

Tel. 02.85788237

CFD2Faravelli@asl.milano.it

Sede distaccata via Faravelli area pediatrica:

Via Anton Cechov 27, Milano

Tel. 02.85788227

CFD2Faravelli@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.

Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Progetto Nascere Insieme

Via Sebastiano Veniero 47, Milano

Tel. 346.1625031 - 392.2454953

info@nascereinsieme.com - www.nascereinsieme.com

Nascere Insieme è un progetto di promozione del ben-essere in gravidanza e nel postparto le cui attività si svolgono in via Veniero (zona Lotto), presso strutture dislocate sul territorio milanese e a domicilio.

Attività

In gravidanza: colloqui di counseling, corsi di accompagnamento alla nascita, corsi di comunicazione psico-tattile con il bambino prenatale.

Per le neomamme: colloqui di counseling, neomamme in cerchio (gruppi di incontro e condivisione), massaggio infantile, consulenze allattamento (a domicilio).

Costo: a pagamento.

Tempo per le famiglie

Comune di Milano

Via Arsia 2, Milano

Tel. 02.33200878

Attività

Servizio rivolto ai bambini e alle bambine dai 3 mesi ai 3 anni, ai loro genitori e ai familiari. Luogo d'incontro e scambio tra adulti e tra adulti e bambini. Offre ai bambini l'opportunità di stare con gli adulti e con i pari in una situazione privilegiata di gioco, in un ambiente protetto e strutturato in spazi stimolanti e consoni all'età. Agli adulti accompagnatori offre l'occasione di stare insieme con i propri bambini e di osservarli in un ambiente appositamente pensato, instaurando nel contempo con gli altri adulti relazioni finalizzate al confronto, al supporto reciproco e alla condivisione di esperienze.

Costo: Quota annua, non rimborsabile, definita annualmente dal Comune di Milano.

Tempo per le famiglie - OPLÀ

Cooperativa Sociale "Grado 16" in collaborazione con l'Opera Don Guanella

Via Patrice de Mac Mahon 92, c/o Istituto San Gaetano, Milano

Tel. 02.39265068

direzione@ilsangaetano.it - www.ilsangaetano.it/tempo_famiglie

Attività

Il servizio è rivolto a tutte le famiglie con bambini di età compresa tra 0 e 3 anni, residenti nelle zone 8 e 9 del Comune di Milano e non frequentanti il nido. Offre spazi e tempi appositi per favorire la socializzazione, il confronto e lo scambio di esperienze tra adulti; promuove la relazione genitore-bambino; crea occasioni dove l'adulto possa riappropriarsi del proprio tempo, sperimentando la possibilità di distanziarsi dal proprio bambino; garantisce il diritto al gioco dei bambini piccoli in uno spazio pensato a loro misura.

Costo: Quota annua definita dal Comune di Milano.

Progetto Artemide

Cooperativa Farsi Prossimo

Piazza Villapizzone 12, Milano

Tel. 335.6066283

artemide@farsiprossimo.it - www.farsiprossimo.it

Attività

Gruppo di sostegno alla maternità per mamme e bimbi dai 0 ai 12 mesi: spazio morbido per i piccoli e luogo di incontro e supporto reciproco per le mamme, con la presenza di due educatrici. Spazio a tu per tu: colloqui individuali con le educatrici.

Costo: gratuito.

Villaggio della Madre e del Fanciullo ONLUS

Via Francesco Goya 60, Milano

Tel. 02.39264575

www.villaggiodellamadre.org - consultorio@villaggiodellamadre.org

Attività

Visite ginecologiche, visite ostetriche, ecografie ostetriche in gravidanza, ecografie ginecologiche, pap test • Coloscopia, visite ostetriche domiciliari nel post parto, consulenza dell'assistente sociale, colloqui psicologici • Psicoterapia individuale e di coppia, consulenza sessuale, spazio adolescenti. Equipe totalmente al femminile, referente ai principali ospedali di Milano. Mediazione linguistico-culturale (araba e cinese) • Accompagnamento alla nascita, Mamme insieme, Baby massaggio, Coccole e giochi, Spazio pesata • Progetto Prevenzione ed Educazione alla salute presso Scuole di ogni ordine e grado.

Costo: Convenzione con S.S.N.

Centro prima infanzia Arcobaleno

Fondazione Aquilone

Via Ennio Morlotti 11, Milano

Tel 02.39520455

arcobaleno@fondazioneaquilone.org - www.fondazioneaquilone.org

Attività

Il centro dedica due mezza giornate (martedì e giovedì pomeriggio) alle mamme con bambini 1/11 mesi proponendo spazi d'incontro per condividere l'esperienza e favorire percorsi d'aiuto tra mamme; fornisce supporto formativo e informativo attraverso la presenza periodica di esperti (pediatra ecc.) e propone attività di scoperta, di gioco e di stimolazione al gruppo dei bambini.

Costo: 20 € al mese.

Consultorio familiare Il caminetto

Consultorio interdecanale Milano Nord Onlus

Piazza Bruzzano 8, Milano

Tel. 02.66228182 - 02.64599324

segreteria@consultoriominord.it - www.consultoriominord.it

Attività

Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria, psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Gruppi mamme con bambini • Spazio giovani • Mediazione e consulenza familiare.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Cesare Brivio 2, Milano

Tel 02.85788233

CFD2Brivio@asl.milano.it

Via Val di Bondo 11, Milano

Tel. 02.85788234

CFD2ValDiBondo@asl.milano.it

Via Cherasco 7, Milano

Tel. 02.85788235

CFD2Cherasco@asl.milano.it

Largo De Benedetti 2, Milano

Tel. 02.85788234

CFD2DeBenedetti@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.

Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Consultorio La Famiglia Onlus

Consultorio d'ispirazione cattolico/cristiana

Via Arese 18, Milano

Tel. 02.6081065

cons.lafamiglia@tiscali.it

www.consultoriolafamigliamilano.it - www.associazioneostetriche.it

Attività

Incontri pre parto: di gruppo ed individuali o per coppie • Assistenza al travaglio a domicilio ed accompagnamento in ospedale.

Attività post partum: visite domiciliari dopo il parto • Massaggio neonatale • Incontri di coccole sonore mamma e bambino • Ginnastica per la mamma con bambini • Consulenza in allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Servizi in provincia

Abbiategrasso

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Via Edmondo de Amicis 1, Abbiategrasso

Tel. 02.9426601

consultorio.familiare.abbiategrasso@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Arluno

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Via Deportati di Mauthausen, Arluno

Tel. 02.90379074

consultorio.familiare.arluno@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito; convenzionato/ticket.

Assago

Centro di servizio alla famiglia - Onlus

Consultorio Familiare Accreditato

Via dei Caduti 10, Assago

Tel. 02.45700030

consultorio@centroserviziofamiglia.org - www.centroserviziofamiglia.org

Attività

Training prenatale • Incontri di gruppo "massaggi e parole" • Gruppi di sostegno all'allattamento • Spazio compagnia (madre con bambini 0/6 mesi - 6/18 mesi) • Progetto NASKO e accompagnamento psicologico.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket per training prenatale e per percorso psicologico.

Basiglio

L'avventura di nascere e crescere

Comune di Basiglio

Via Alessandro Manzoni, c/o Asilo nido "Pollicino", Sezione "Peter Pan", Basiglio

Tel. 02.90452245

scuola@comune.basiglio.mi.it

Attività

Attività e giochi per stimolare la crescita psico-fisica del bambino e momenti di incontro per gli adulti di riferimento, corso di massaggio al neonato e laboratori.

Costo: contributo da parte della famiglia.

Il Melograno

Centri informazione maternità e nascita

Via Cristoforo Colombo (res. Tigli 3) Milano 3, Basiglio

Tel. 338.8486697

info@ilmelgranobasiglio.com - www.melgranobasiglio.org

Attività

Incontri di preparazione alla nascita • Movimento pre e post parto • Sostegno domiciliare nel puerperio • Gruppi mamma-bimbi dopo parto (0/12 mesi) • Consulenza allattamento • Massaggio al bambino • Incontri a tema • Sostegno psicologico • Psicomotricità riabilitativa ed educativa • Logopedia, ecc.

Promuovere una cultura della nascita rispettosa dei ritmi fisiologici del parto, dell'intimità, dei bisogni affettivi della coppia e del bambino, la cultura del rispetto dei bisogni fisiologici ed emotivi di contatto, di attenzione, di affetto reciproco, ("maternage naturale"), l'allattamento al seno e la condivisione tra donne dell'esperienza della maternità.

Costo: 30 euro tessera associativa annuale. Rinnovo anni successivi 15 euro.

Binasco

Centro Assistenza alla Famiglia

Consultorio Familiare Accreditato

Via Alessandro Manzoni 5, Binasco

Tel. 02.9054843

cafbn@hotmail.com

Attività

Consulenza ostetrica, ginecologica e sessuologica • Consulenza psicologica, sociale e pedagogica • Consulenza etica e legale • Corsi pre parto.

Costo: convenzionato/ticket.

Bollate

Consultorio Familiare

ASL

Piazza Martiri della Libertà angolo via Giacomo Matteotti, Bollate

Tel. 02.49510306

consultorio.familiare.bollate@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Bambini si nasce

Azienda Comuni insieme

Solaro, Cesate, Senago, Garbagnate, Bollate, Baranzate, Novate, Paderno Dugnano.

Sede centrale: Piazza Martiri della Libertà 1, Bollate

Tel. 02.38348401

direzione@comuni-insieme.mi.it - www.comuni-insieme.mi.it

Attività

Supporto precoce alla famiglia ed in particolare alla diade madre-bambino nel proprio contesto di vita (domicilio) attraverso: visite dell'ostetrica con compiti di supporto e rassicurazione rispetto ai nuovi compiti (allattamento, cura del neonato, riorganizzazione familiare); interventi delle educatrici della prima infanzia per favorire il consolidamento delle competenze materne o paterne.

Costo: gratuito.

Consultorio Familiare

Consultorio d'ispirazione cattolico/cristiana

Via Repubblica 1, Bollate

Tel. 02.3590525

cfdbollate@virgilio.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica, educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Bresso

Consultorio Familiare Integrato

ASL - Milano

Via Dante Alighieri 2, Bresso

Tel. 02.85786650

cfddante@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.
Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Centro della Famiglia del Decanato di Bresso

Consultorio accreditato

Via Eugenio Villorosi 43, Bresso

Tel. 02.66503439

centrofamiglia@libero.it - www.centrofamiglia.it

Attività

Area ginecologica: visite ecografiche, eco morfologiche • Pap test • Assistenza in gravidanza.

Area psicologica sociale: sostegno al singolo, alla coppia e alla famiglia.

Costo: convenzionato/ticket.

Buccinasco

Spazio Matrika

Via Marsala 11/A, Buccinasco

Tel. 331.3046278

info@spaziomatrika.it - www.spaziomatrika.it

Attività

Yoga in gravidanza • Massaggio neonatale AIMI • Ginnastica mamma e bambino.

Costo: a pagamento.

L'Asiello Raffaella Vallieri

Via Odessa 3/a, Buccinasco

Tel. 338.2046366

www.associazionedimora.it

Attività

Oltre alle attività dell'asilo nido puoi trovare corsi di massaggio infantile AIMI, incontri della Leche League sull'allattamento materno e altro ancora.

Costo: a pagamento

Bussero

Consultorio adolescenti

ASL Milano 2

Via S. Carlo 5, Bussero

Tel. 02.92654751

Attività

Rivolto ai giovani di età compresa fra 15 e 21/25 anni per informazioni, consulenza e assistenza in materia di sessualità e contraccezione; problematiche concernenti la sfera genitale; disagio e/o criticità nelle relazioni sentimentali: fra pari, con la famiglia; abuso, maltrattamento e violenza sessuale. Analogamente a quanto avviene nei consultori familiari, anche il consultorio adolescenti assicura inoltre prestazioni ostetrico/ginecologiche, interruzione volontaria della gravidanza e assistenza in gravidanza, parto e puerperio, ecc.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Busto Garolfo

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Via XXIV Maggio 17, Busto Garolfo

Tel. 0331.566853

consultorio.familiare.bustog@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Castano Primo

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Via Giovan Battista Moroni 12, Castano Primo

Tel. 0331.888734

consultorio.familiare.castanop@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Cesano Boscone

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Via Amerigo Vespucci 7, Cesano Boscone

Tel. 02.48617726

consultorio.familiare.cesanob@aslm1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Cernusco sul Naviglio

Consultorio Familiare

ASL Milano 2

Via Filippo Turati 4, Cernusco sul Naviglio

Tel. 02.92654454

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

CAF - Centro Assistenza alla Famiglia

Consultorio di ispirazione Cattolica/Cristiana

Piazza Giacomo Matteotti 20, Cernusco sul Naviglio

Tel. 02.9241342

cerceaf@libero.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Cinisello Balsamo

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Oreste Terenghi 2, Cinisello Balsamo

Tel. 02. 85783378

cfdterenghi@asl.milano.it

Via 5 Giornate 2, Cinisello Balsamo

Tel. 02.85784392

cfd5giornate@asl.milano.it

Via Friuli 2, Cinisello Balsamo

Tel. 02.85784420

cfdfriuli@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.

Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Centro della famiglia

Consultorio di ispirazione Cattolica/Cristiana

Via Giosuè Carducci 21, Cinisello Balsamo

Tel. 02.6171927

famiglia.cinisello@fastwebnet.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica, educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Centro risorse per la famiglia - La porta magica

Via Alberto da Giussano 3/e, Cinisello Balsamo

Tel. 02.6170219 - 349.8646340

www.famigliealcentro.org

Attività

“La porta magica” è un centro pensato per essere un’utile risorsa per le famiglie con figli in età infantile. Offre servizi ed opportunità sia per bimbi e bimbe che per genitori. Lo Spazio Bimbo accoglie bambini dai 6 mesi accompagnati dall’adulto.

Costo: a pagamento.

Cologno Monzese

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Giovanni Boccaccio 12, Cologno Monzese

Tel.02.85784550

Attività, "Percorso Nascita"

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.
Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

"L'Erbavoglio" Servizio Tempo per le Famiglie

Cooperativa sociale

Via Giovanni Boccaccio 12, Cologno Monzese

Tel.02.26700404

Attività,

Servizio rivolto ai bambini e alle bambine dai 3 mesi ai 3 anni, ai loro genitori e ai familiari. Luogo d'incontro e scambio tra adulti e tra adulti e bambini. Offre ai bambini l'opportunità di stare con gli adulti e con i pari in una situazione privilegiata di gioco, in un ambiente protetto e strutturato in spazi stimolanti e consoni all'età. Agli adulti accompagnatori l'occasione di stare insieme con i propri bambini e di osservarli in un ambiente appositamente pensato, instaurando nel contempo con gli altri adulti relazioni finalizzate al confronto, al supporto reciproco e alla condivisione di esperienze.

Costo: quota mensile definita annualmente dal Comune di Cologno Monzese.

Corbetta

La Margherita Blu

Associazione

Via del Crocefisso 40, Corbetta

Tel. 02.97271762

www.lamargheritablu.wordpress.com

Attività

Corsi pre parto • Corsi di yoga in gravidanza e per adulti e bambini • Ginnastica per la mamma • Massaggio infantile • Spazio aperto per incontri con specialisti • Laboratori di creatività.

Costo: tessera socio.

Cormano

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via dell'Innovazione 1, Cormano

Tel. 02.85786020

cfdellinnovazione@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.
Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Corsico

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Via Armando Diaz 49, Corsico

Tel. 02.48617741

consultorio.familiare.corsico@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Aua - Laboratorio culturale di gioco e movimento

Via Giuseppe Mazzini 8/B, Corsico

Tel. 347.8200744

info@associazioneaua.it - www.associazioneaua.it

Attività

Spazio gioco per i bimbi a partire dai primi mesi accompagnati dai genitori, nonni, tate • Incontri per neomamme e gestanti • Corso massaggio neonatale dai 15 gg di vita ai 9 mesi • Spazio genitori.

Costo: a pagamento.

Cuggiono

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Via Roma 4, angolo via Domenico Rossetti, Cuggiono

Tel. 02.97242406

consultorio.familiare.cuggiono@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Da mamma a mamma

Associazione di volontariato per il sostegno all'allattamento

Via Carlo Zenoni 11, Cuggiono

Tel. 320.8936665 oppure 333.4627401

info@damammaamamma.org - www.damammaamamma.org

Attività

Consulenza diretta e telefonica sull'allattamento, sostegno anche a domicilio, gruppi di incontro sul tema dell'allattamento.

Costo: quota associativa.

Cusano Milanino

Consultorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Ginestra 1, Cusano Milanino

Tel 02.85784595

cfldginestra@asl.milano.it

Attività

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.
Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Garbagnate Milanese

Consultorio Familiare

ASL

Via Giacomo Matteotti 66, Garbagnate Milanese

Tel. 02.99444815

consultorio.familiare.garbagnatem@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Gessate

Consultorio Familiare

Consultorio di ispirazione Cattolica/Cristiana

Piazza della Pace 7, Gessate

Tel. 02.39624284

cf.gessate@gmail.com

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Gorgonzola

Consultorio Familiare

ASL Milano 2

Via Vincenzo Bellini 11, Gorgonzola

Tel. 02.92654641

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Legnano

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Via Colli di S. Erasmo 29, Legnano

Tel. 0331.884611

consultorio.familiare.legnano@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Centro della famiglia

Consultorio di ispirazione Cattolica/Cristiana

Piazza S. Leone Magno 21, Legnano

Tel. 0331.547205

consultorio@consultoriolegnano.191.it - www.diocesi.milano.it/felceaf

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Magenta

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Viale Lombardia 1, Magenta

Tel. 02.97973520

consultorio.familiare.magenta@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Centro Consulenza per la famiglia

Consultorio di ispirazione Cattolica/Cristiana

Via San Martino 13, Magenta

Tel. 02.97291832

consultoriomagenta@tiscali.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Progetto MammeOnOffline

Cooperativa Farsi Prossimo

Viale Lombardia 15, Magenta

Tel. 335.6066283

mammeonoffline@farsiprossimo.it

Attività

Gruppo di sostegno alla maternità per mamme e bimbi da 0 ai 12 mesi: uno spazio morbido per il piccolo e un luogo di confronto e supporto per le mamme, con la presenza di figure educative. Attività formative e aggregative per la famiglia.

Costo: gratuito.

Melegnano

Consultorio Familiare

ASL Milano 2

Via Sandro Pertini 2, Melegnano

Tel. 02.92655420

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Melzo

Consultorio Familiare

ASL Milano 2

Via Mantova 10, Melzo

Tel. 02.92654857

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Consultorio Familiare Decanale

Consultorio accreditato

Via Monsignor Cesare Orsenigo 7, Melzo

Tel. 02.95732039

cf.d.melzo@libero.it

Attività

Consulenza ostetrico, ginecologica e sessuologica • Consulenza psicologica, sociale e pedagogica • Consulenza etica • Consulenza legale • Corsi pre parto.

Costo: convenzionato/ticket.

Nerviano

CaMa La Casa delle Mamme

Associazione

Viale Eugenio Villoresi 42, Nerviano

Tel. Chiara 339.8039721, Lorella 349.2230327

lacasadellemamme@gmail.com - www.lacasadellemamme.altervista.org

Attività

Spazio aperto: luogo d'incontro per le donne e le famiglie dove condividere esperienze, competenze, tempo libero e amicizia • Massaggio shiatsu in gravidanza • Corso di accompagnamento alla nascita • Consulenza allattamento e svezzamento • Corso di massaggio infantile (AIMI) • Incontri di consulenza ai neogenitori.

Costo: quota associativa e contributo per i corsi.

Opera

Casa delle Mamme

Comune di Opera

Via S. Bernardo 19, c/o sezione Zanzara, scuola materna "Don Milani", Opera.

Tel. 349.4060413

casadellemamme@artiemestierisociali.org - www.comune.opera.mi.it

Attività

Spazio aperto: luogo di scambio, ascolto e supporto per madri in cerca di aiuto o di semplici consigli • Negozio delle cose (carrozine, vestiti ecc.) • Home visiting (visite a domicilio di un'ostetrica e di una educatrice per dare supporto alla neo mamma) • Counselling psicologico • Albo delle baby sitter certificate a cui rivolgersi in caso di bisogno.

Costo: gratuito.

Paderno Dugnano

Consultorio Familiare

ASL

Via Repubblica 16, Paderno Dugnano

Tel. 02.49510388

consultorio.familiare.padernod@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Parabiago

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Via XI Febbraio 31, Parabiago

Tel. 0331.449635

consultorio.familiare.parabiago@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Paullo

Consultorio Familiare

ASL Milano 2

Via Giuseppe Mazzini 17, Paullo

Tel. 02.98115241

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Pieve Emanuele

Consultorio Familiare

ASL Milano 2

Piazza Giacomo Puccini 4, Pieve Emanuele

Tel. 02.82456611

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Spazio aperto alle neomamme - casa delle mamme

Comune di Pieve Emanuele

Viale dei Pini 8/A, Pieve Emanuele

Tel. 02.90788244

giustina.raciti@comune.pieveemanuele.mi.it

www.comune.pieveemanuele.mi.it

Attività

Spazio aperto: luogo di scambio, di ascolto e di supporto per madri in cerca di aiuto o di semplici consigli • Negozio delle cose (carrozine, vestiti ecc.) • Home visiting (visite a domicilio di un'ostetrica ed una educatrice per dare supporto alla neo mamma) • Counselling psicologico • Corso per costituzione dell'albo delle baby sitter riconosciuto dal Comune di Pieve Emanuele.

Costo: gratuito.

Pioltello

Consultorio Familiare

ASL Milano 2

Via Aldo Moro 22, Pioltello

Tel. 02.92654019

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Centro famiglia - Tempo per la famiglia

Comune di Pioltello

www.comune.pioltello.mi.it - www.aziendafutura.org

Pianeta famiglia

Via Roma 117, Pioltello

Tel. 02.92101330

Parco laboratorio 0/3 anni

Via alla Stazione Pioltello, località Seggiano

Tel. 02.92163861

Attività

È rivolto a bambini tra 0 e 3 anni ed ai loro accompagnatori e offre spazi e tempi per stare insieme. Propone, ai piccoli, nuove figure adulte di riferimento integranti quelle familiari e, agli adulti, opportunità di confronto e aiuto per affrontare i problemi ed eventuali difficoltà della crescita dei figli.

Costo: Quota di iscrizione e tariffa mensile in vigore.

Saremo genitori

Comune di Pioltello

c/o Il Pianeta Famiglia: via Roma 117, Pioltello

Tel. 02.92101330

www.comune.pioltello.mi.it - www.aziendaefutura.org

Attività

Percorso d'accompagnamento alla nascita.

Sportello genitori

Comune di Pioltello

c/o Il Pianeta Famiglia: via Roma 117, Pioltello

Tel. 02.92101330

www.comune.pioltello.mi.it - www.aziendaefutura.org

Attività

Un'occasione di ascolto per affrontare insieme ad un esperto i dubbi e le difficoltà dei genitori di fronte ai comportamenti dei propri bambini. Sono previsti sia uno spazio d'ascolto individuale sia incontri di gruppo. È rivolto a genitori di bambini di età compresa tra 0 e 6 anni, residenti nel comune di Pioltello.

Costo: gratuito.

Rho

Cooperativa Sociale Stripes

Progetto "Crescere Insieme"

Via Papa Giovanni XXIII 2 e Via Marziale 9, Rho

Tel. 02.9316667

famiglia@pedagogia.it - www.famiglia.stripes.it

Attività

Il progetto si rivolge alle neomamme e ai papà dei nove comuni del rhodense (Rho, Arese, Cornaredo, Lainate, Pero, Pogliano, Pregnana, Settimo Milanese, Vanzago).

Incontri di piccoli gruppi mamme-papà e bambini • Incontri presso il proprio domicilio con un'ostetrica e un'infermiera o un'educatrice per un supporto alla cura del bambino • Incontri tematici aperti alla cittadinanza • Supporto di ricerca di un lavoro • Possibilità in caso di reddito basso di avere un kit con oggetti di prima necessità per il bambino e l'apertura di credito presso una farmacia convenzionata • Prestazioni sanitarie specialistiche a tariffe agevolate.

Costo: gratuito.

Centro di consulenza per la famiglia

Consutorio d'ispirazione Cattolica/Cristiana

Via Madonna 67, Rho

Tel. 02.9306523

decanato@tiscali.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica, educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Consultorio familiare

ASL - Milano 1

Via Zara 10, Rho

Tel. 02.93180779

consultorio.familiare.rho@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Rozzano

Consultorio Familiare

ASL Milano 2

Via Glicini 8, Rozzano

Tel. 02.82456115

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Il Melograno, centro informazione maternità e nascita

Associazione

c/o palestra WELLFIT in via Mincio 14 a Quinto Stampi, Rozzano

Tel. 338.848667

info.melograno@gmail.com - www.melogramilanosud.org

Attività

Preparazione alla nascita • Consulenza domiciliare puerperio • Gruppo mamme • Incontri a tema • Massaggio infantile • Informazioni e counselling.

Costo: a pagamento.

San Donato Milanese

Consultorio Familiare

ASL Milano 2

Via Sergnano 2, San Donato

Tel. 02.98115953

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Spazio Due

Comune di San Donato Milanese

Via Unica Bolgiano 2, San Donato

Tel. 02.52772397

spaziodue@comune.sandonatomilanese.mi.it - www.comune.sandonatomilanese.mi.it

Attività

Yoga per gestanti • Momenti di ginnastica mamma con bambino (2/10 mesi) • Momenti d'incontro con altre mamme • Corso di primo soccorso pediatrico • Massaggio infantile • "Il cestino dei tesori": momenti di gioco con i bambini per consolidare la relazione genitori/bambini e per promuovere l'esperienza sensoriale dei più piccoli • Consulenza legale su questioni di diritto di famiglia e di ambito civile • Consulenza psicologica.

Costo: a pagamento.

Tempo per le famiglie

Comune di San Donato

Edificio polifunzionale Via Ferruccio Parri 10, San Donato

Tel. 02.52772414

servizi.infanzia@comune.sandonatomilanese.mi.it

Attività

È rivolto a bambini tra 0 e 3 anni ed ai loro accompagnatori e offre spazi e tempi per stare insieme. Propone, ai piccoli, nuove figure adulte di riferimento integranti quelle familiari e, agli adulti, opportunità di confronto ed aiuto per affrontare i problemi ed eventuali difficoltà della crescita dei figli. Il servizio interagisce con altri servizi presenti sul territorio (asilo-nido, scuola materna, biblioteca).

Costo: Quota di iscrizione e tariffa mensile in vigore.

San Giuliano Milanese

Consultorio Familiare

ASL Milano 2

Via Camillo Benso di Cavour 15, San Giuliano

Tel. 02.98115622

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Ce.A.F. - Consultorio Familiare

Consultorio accreditato

Piazza della Vittoria 7, San Giuliano

Tel. 02.9845321

ceafsangiuliano@tiscali.it - www.ceafsangiuliano.org

Attività

Consulenza ostetrica, ginecologica e sessuologica • Consulenza psicologica, sociale e pedagogica • Consulenza etica • Consulenza legale • Corsi d'accompagnamento alla nascita • Massaggio infantile.

Costo: convenzionato/ticket.

Segrate

Consultorio Familiare

ASL Milano 2

Via Giovanni Amendola 3, Segrate

Tel. 02. 92654921

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Tempo per le famiglie: La casa sull'albero

Comune di Segrate

Locali adiacenti all'Asilo Nido di Milano Due, Residenza Seminario, Segrate

Tel. 02.26902335/365

Attività

Servizio rivolto a famiglie con bambini da 0 a 3 anni: un luogo d'accoglienza, d'ascolto e di socializzazione per i bambini e per gli adulti che si occupano di loro, nonché un

luogo di prevenzione del disagio nella relazione adulto-bambino.

Costo: quota mensile, definita annualmente dal Comune di Segrate.

Sesto San Giovanni

Consutorio Familiare Integrato

ASL Milano

Via Antonio Gramsci 42, Sesto San Giovanni

Tel. 02.85789530

Sede distaccata: via Carlo Marx 195, Sesto San Giovanni

Tel. 02.85784060

Attività, "Percorso Nascita"

In gravidanza: Visite ostetrico-ginecologiche • Controlli ostetrici e consulenza sanitaria psicologica e sociale durante la gravidanza e dopo il parto • Corsi di preparazione alla nascita • Assistenza, in casi particolari, a domicilio a puerpera e neonato • Gruppi di preparazione alla nascita e dopo la nascita per confrontarsi e scambiare informazioni.

Dopo la nascita: Incontri dopo parto per ritrovarsi insieme con i bambini e condividere fatiche, emozioni e gioie e infine per confrontarsi sull'allattamento.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Doctors&Doulas

Centro diagnostico e terapeutico

Via Eugenio Curiel 62, Sesto San Giovanni

Tel. 02.26263447

centro@doctorsedoulas.it - www.doctorsedoulas.it

Attività, Doula

Visite ginecologiche ed ostetriche • Ecografia morfologica e accrescimento anche 3D • Accompagnamento Doula nel post partum • Riabilitazione perineale • Trattamenti osteopatici in gravidanza e sui neonati • Reflessologia • Nutrizionista e dietologo.

Costo: a pagamento.

Piccoli passi

Cooperativa sociale

Via Andrea Costa 24, Sesto San Giovanni

Tel. 389.7956982

doula@piccolipassi.net - www.piccolipassi.net

Attività

Spazio Famiglia

Spazio Arte: via Maestri del Lavoro, Sesto San Giovanni

Un "luogo" di socialità e di aggregazione, di "tempo" dei giochi e di "persone" attente, interamente dedicato alle famiglie con bambini e bambine da 0 a 36 mesi.

Progetto "Mamme a piccoli passi"

Informazioni per un parto consapevole; sostegno al puerperio (fisiologico e in disagio)

• Incontri con specialisti (ostetrica, doula, pediatra, pedagoga, floriterapista, consulente allattamento al seno) • Promozione e sostegno dell'allattamento al seno • Movimento in gravidanza e puerperio • Massaggio del neonato • Spazio famiglia (confronto per genitori e attività ludico-educative per i bambini).

Costo: Quota annuale, servizi e corsi a pagamento.

Centro per la famiglia

Via Umberto Fogagnolo 104, Sesto San Giovanni

Tel. 02.2482933

info@centroperlafamiglia.it

Attività

Visite e controlli ostetrici ed ecografici durante la gravidanza e dopo il parto • Consulenza sanitaria, psicologica educativa e sociale • Consulenza etica per problemi inerenti a gravidanze difficili.

Costo: ticket, a pagamento.

Settimo Milanese

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Via Libertà 33, Settimo Milanese

Tel. 02.33510418

consultorio.familiare.settimom@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Trezzano sul Naviglio

Consultorio Familiare

ASL Milano 1

Via Arrigo Boito 1, Trezzano sul Naviglio

Tel. 02.48617510

consultorio.familiare.trezzano@aslmi1.mi.it

Attività

Percorso di accompagnamento alla nascita • Corso pre parto • Visite controllo gravidanza • Consulenza e gruppi per allattamento, pesata, svezzamento • Gruppi massaggio e carezza neonatale • Sostegno alla depressione post partum.

Costo: gratuito, convenzionato/ticket.

Centri Aiuto alla Vita

Il Movimento per la vita è la Federazione degli oltre seicento movimenti locali, Centri e servizi di aiuto alla vita e Case di accoglienza attualmente esistenti in Italia. Si propone di promuovere e di difendere il diritto alla vita.

PROGETTO GEMMA

Adozione prenatale a distanza che sostiene una mamma in difficoltà con un contributo minimo mensile per 18 mesi.

SOS VITA

È un telefono di aiuto, collegato ai 250 Centri di aiuto alla vita presenti su tutto il territorio nazionale. Offre ascolto e incoraggiamento e attiva immediatamente un concreto sostegno di pronto intervento attraverso i Centri di Aiuto alla Vita.

SOS VITA Numero Verde 800-813000



I Centri Aiuto alla Vita di Milano e provincia

ABBIATEGRASSO

c/o Centro Mater Misericordiae

Via Giovanni Battista Piatti 12, Abbiategrasso

Tel. 333.8693210

Orario: gio, ven: 17.00/18.30

BOLLATE

c/o Caritas

Via Leone XIII 14, Bollate

Tel. 02.33300950

Orario: lun, gio: 10.00/12.00

CERNUSCO SUL NAVIGLIO

Via Uboldo 32, Cernusco Sul Naviglio

Tel. 02.92360343

CINISELLO BALSAMO

Piazza Antonio Gramsci 1, Cinisello Balsamo

Tel. 02.66595222

mxv.cb@virgilio.it

Orario: mar 10.00/12.00 - gio 17.00/19.00

LEGNANO

CAV "Daniela Gulden"

Piazza S. Magno 13, Legnano

Tel. 0331.4573545

cavlegnano@alice.it

MAGENTA

c/o Ospedale "G. Fornaroli"

Via Donatori di Sangue 50, Magenta

Tel. 333.8277088

cavmagenta@gmail.com

Orario: lun, ven 9.00/12.00 - gio 11.00/13.00

MELZO

Via Martiri della Libertà 5, Melzo

Tel. 02.95711377

cav.melzo@alice.it

Orario: gio, sab 8.30/11.30

RHO

c/o Ospedale di Rho

Tel. 345.0781372

Orario: gio 8.30/10.30

MILANO

CAV Ambrosiano

Via Tonezza 3

Tel. 02.48701502 oppure 02.4043182

Orario: da lun a ven 9.00/12.00, 15.00/18.00; sab 9.00/12.00

Sportello Centro Famiglia Kolbe

Viale Corsica 68, IV piano

Tel. 02.70006393

Orario: da lun a gio 9.30/12.30, 14.30/17.30

Sportello C.A.Me.N

Via San Cristoforo 3/5

Tel. 02.48953740

Orario: lun 14.00/18.00, mer 9.30/12.30, ven 10.00/18.00

CAV Mangiagalli

c/o Clinica Mangiagalli

Via della Commenda 37, III piano scala B

Tel. 02.55181923 - 02.55032338 - 02.5461477

info@cavmangiagalli.it

Orario: da lun a ven 9.00/13.00, 14.00/18.00

CAV "Centro Zoè"

c/o Suore Orsoline

Piazza S. Ambrogio 24

Tel. 02.867419

centrozoe7@libero.it

Orario continuato

SAN DONATO MILANESE

Via Isonzo 40, San Donato Milanese

Tel. 02.5276008

centroaiutovita_2007@libero.it

Ricevono il pubblico in: via Mario Greppi 5, San Donato Milanese

Orario: da lun a ven 10.00/12.00

TREZZANO SUL NAVIGLIO

Sportello Centro Parrocchiale S. Ambrogio

Via Rimembranze 1, Trezzano sul Naviglio

Tel. 02.48701502

Orario: ven 10.00/12.00

Servizi per il sostegno e per la cura della depressione in gravidanza e nel post partum

Premessa

Il periodo della gravidanza e del postpartum sono momenti in cui la donna è molto vulnerabile e può essere più soggetta a problemi di depressione.

La gravidanza infatti rappresenta per la donna un periodo di profondi cambiamenti non solo fisici ma anche psicologici, tanto che alcune donne hanno difficoltà ad accettarne lo stato provando sentimenti contrastanti di felicità, paura e preoccupazione per ciò che le attende.

Oltre il 70% delle madri, nei giorni immediatamente successivi al parto, manifestano sintomi leggeri di depressione, in una forma denominata "baby blues", con riferimento allo stato di malinconia ("blues") che caratterizza il fenomeno.

La maternity blues, o tristezza post partum, è una sindrome benigna transitoria i cui sintomi includono delle crisi di pianto senza motivi apparenti, irritabilità, inquietudine e ansietà. Di norma questo fenomeno si risolve spontaneamente entro una settimana. Ben più gravi e duraturi sono i sintomi della depressione post partum.

La sintomatologia della depressione post partum si può manifestare in forma lieve e scomparire nel giro di pochi giorni. Si manifesta quando la donna presenta da e per almeno due settimane umore depresso, mancanza di piacere e interesse nelle abituali attività e almeno cinque di questi sintomi: disturbi del sonno e/o dell'appetito; iperattività motoria o letargia; fatica o mancanza di energia; sensi di colpa; bassa autostima; sentimenti di impotenza e disvalore; ridotta capacità di pensare o concentrarsi; pensieri ricorrenti di morte.

È necessario rivolgersi ad uno specialista se i sintomi sono di entità allarmante o comunque persistono oltre le due settimane, se si ha la sensazione di poter fare del male a se stesse o al proprio bambino e se i sintomi di ansietà, di paura e di panico si manifestano con grande frequenza nell'arco della giornata.

Per offrire una risposta immediata a tutte le donne che si trovano in questa situazione abbiamo raggruppato in una sezione a parte i servizi in provincia di Milano che si occupano di depressione in gravidanza e nel post partum.

Tratto dal sito: www.depressionepostpartum.it

Centro Psiche Donna

A.O. Fatebenefratelli e Oftalmico - Milano

Presidio Ospedale Macedonio Melloni

Via Macedonio Melloni 52, Milano

Tel. 02.63633313

depressione.donna@fbf.milano.it

www.centropsichedonna.it

Centro Psiche Donna è un centro pubblico ambulatoriale specializzato nello studio, nella prevenzione e nella cura delle malattie psicologiche e dei disturbi psichiatrici relativi ai passaggi più significativi del ciclo di vita femminile, quali la gravidanza, il post partum, il periodo mestruale, la menopausa. La gravidanza e il post partum sono le aree di elezione.

Attività

Consultazione e trattamento farmacologico, con particolare attenzione alla assunzione di farmaci durante la gravidanza e il post parto • Psicoterapia di gruppo e individuale per donne in gravidanza con disturbo d'ansia, per donne in post parto affette da depressione • Sessioni rilassamento muscolare progressivo, individuali e di gruppo • Incontri di gruppo per i partner di donne affette da psicopatologia che frequentano il centro • Valutazione madre-infante grazie al collegamento diretto con l'Unità Operativa di neuropsichiatra infantile e dell'adolescenza appartenente alla medesima U.O. Psichiatrica • Attività di ricerca per migliorare la prevenzione, gli interventi curativi e la pratica clinica.

A.O. Ospedale "San Carlo Borromeo"

Dipartimento di Salute Mentale

Ospedale San Carlo

Via Pio II 3, Milano

Tel 02.40222832

Orario: dal lun al ven 8.30/13.00 e 14.00/16.00

seg.psicologia@sancarlo.mi.it

Il Programma intende offrire una prima valutazione e un'opportunità di cura per chi soffre di "depressione post partum" e, laddove possibile, un intervento di prevenzione del disturbo. Questo Programma ha la finalità di ridurre i sintomi depressivi e di migliorare la qualità della vita della donna e del nucleo familiare in cui è inserita, con una possibile ricaduta positiva sulla cura dei figli.

Attività

Valutazione psicodiagnostica • Colloqui psicologici • Interventi di tipo psicoeducazionale • Psicoterapia individuale e di gruppo • Counseling di coppia • Promozione di attività di auto-aiuto dopo la terapia.

A.O. Polo Universitario

Ospedale "San Paolo"

Ambulatorio per la prevenzione e la cura della depressione in gravidanza e nel post partum

Ospedale San Paolo

Via Antonio Di Rudini 8, Milano

Tel. 393.1425281- 02.81843833

L'Ambulatorio offre un servizio di informazione, di prevenzione e di cura. In particolare si intende valutare lo stato dell'umore della donna; verificare la presenza di eventuali fattori di rischio; offrire dei percorsi di sostegno e cura di tipo individuale, di coppia e familiare.

Attività

Colloqui d'informazione sui fattori di rischio, sintomatologia e decorso della depressione post partum • Colloqui di valutazione dello stato d'umore e dei fattori di rischio della donna in gravidanza e nel post partum • Psicoterapia individuale, di coppia e familiare • Colloqui psichiatrici • Trattamento farmacologico • Corsi di massaggio infantile.

A.O. "Guido Salvini" - Garbagnate Milanese

Ambulatorio per i Disturbi d'Ansia e Depressione

Ospedale Casati

Via Luigi Settembrini 1, Passirana di Rho
Tel. 02.994304457/4463

Il Dipartimento di Salute Mentale dell'Azienda Ospedaliera "Guido Salvini" di Garbagnate Milanese, in collaborazione con l'ASL Milano 1, ha attivato un progetto finalizzato a riconoscere e trattare tempestivamente la depressione post partum. Il progetto prevede: una fase preliminare di informazione e sensibilizzazione delle neomamme al rischio di sviluppare una depressione post partum; una fase di screening per individuare i casi di depressione post partum fra le neo mamme; un programma specifico di trattamento psicologico, individuale o di gruppo, per aiutare le mamme affette da depressione.

Attività

Il trattamento, che si svolgerà nell'arco di 10/12 incontri con frequenza settimanale, si articola in tre fasi principali: interventi comportamentali per acquisire informazioni utili sulla depressione post partum e per apprendere tecniche semplici ed efficaci per imparare a rilassarsi • Interventi cognitivi, per imparare a riconoscere e a modificare stili di pensiero controproducenti • Prevenzione delle ricadute e valutazione • Nei casi in cui risulterà opportuno, verrà consigliata un'adeguata terapia farmacologica.

Progetto ITACA

Via Alessandro Volta, 7/A, Milano
linea.ascolto@progettoitaca.org
www.progettoitaca.org

Linea d'ascolto:

Numero verde: 800.274.274 - da cellulare: 02.29007166

Il numero verde è attivo da lun a ven 9.00/22.30, dom 15.30/19.00. Le chiamate sono gratuite tranne dai cellulari. *Progetto ITACA* nasce nel 1999 ad opera di un gruppo di volontari con l'intento di attivare iniziative e progetti di prevenzione, solidarietà e assi-

stenza rivolti a persone affette da disturbi della Salute Mentale e di sostegno alle loro famiglie. Il servizio è svolto da volontarie che hanno la formazione, la consulenza e la supervisione del Centro Psiche Donna del Presidio Ospedaliero Macedonia Melloni. Il progetto intende supportare le mamme che soffrono di depressione post partum con: supporto telefonico; gruppi di auto aiuto; incontri in sede.

A.O. "Ospedale Civile di Legnano"

Dipartimento di salute mentale

Mamma si diventa, genitori pure

Programma innovativo territoriale sull'individuazione e trattamento della depressione in gravidanza e nel post partum.

Ospedale di Legnano

Via Papa Giovanni II, Legnano

Poliambulatorio in via Cesare Candiani 2

Tel. 0331.449667

Centro Psicosociale di Legnano

Tel. 0331.1776001

Centro Psicosociale di Magenta

Tel. 02.97963611

Attività:

Consulenza psicologica, individuale, di coppia e di gruppo • Incontri di informazione sull'essere genitori e sullo sviluppo del bambino • Psicoterapia individuale e terapia di gruppo • Consulenza psichiatrica.

Costo: Il progetto "Mamma si diventa" è gratuito e propone un aiuto personalizzato.

Consultori familiari dell'ASL attivati sul territorio della Provincia di Milano

I consultori familiari attivati dall'ASL offrono sostegno e consulenza psicologica nella prevenzione e cura della depressione post partum.

Sitografia

Per approfondimenti:

Gravidanza

- Evidenze scientifiche in ostetricia
www.saperidoc.it
- Associazione nazionale ostetriche: indirizzi e centri in Italia per una buona nascita
www.nascereacasa.it
- Il mio baby
www.ilmiobaby.com
- Gravidanza online
www.gravidanzaonline.it
- Sostegno alla maternità
www.doula-org.blogspot.com
www.douleitalia.it

Salute della donna

- Osservatorio Nazionale sulla salute della Donna
www.ondaosservatorio.it
- Associazione Italiana di Urologia Ginecologica e del Pavimento Pelvico
www.aiug.it
- Incontinenza urinaria
www.incontinenzaurinaria.it

Massaggio infantile

- Associazione Italiana Massaggio Infantile
www.aimionline.it

Allattamento

- La Leche League Italia
www.lllitalia.org
- MAMI - Movimento allattamento materno italiano
www.mami.org
- AICPAM - Associazione Italiana Consulenti Professionali in Allattamento Materno
www.aicpam.org
- BFAN Italia - International Baby Food Action Network
www.ibfanitalia.org
- Allattare.net
www.allattare.net

Depressione post partum

- www.depressionepostpartum.it

Donazione del cordone ombelicale e cellule

- Associazione Donatrici italiane sangue cordone ombelicale
www.adisco.it
- Cordy.it – il portale dedicato al cordone ombelicale
www.cordy.it
- Sportello Informa Mamme
www.cordoneombelicale.it

E inoltre...

- Milano per bambini
www.milanoperibambini.it
- Radio mamma/Servizi e info per godersi Milano con i bambini
www.radiomamma.it
- Il paese delle mamme/guida ai servizi a sostegno di maternità e famiglia
www.ilpaesedellemamme.com
- Mamme acrobate - in equilibrio quasi perfetto
www.mammeacrobate.com
- Magazine on line - Rivista per mamme e papà su gravidanza, neonati e bambini.
www.nostrofiglio.it
- Mamme in radio
www.mammeinradio.it



Numero verde 800 400 400
