



MOTHER MATTERS

Il diritto delle donne con disabilità alla maternità

Progetto Erasmus plus numero 2023-1-IT02-KA220-ADU-000153664

PILLOLE INFORMATIVE

Le pillole informative sono brevi spiegazioni relative agli studi sulla disabilità, all'accessibilità dei professionisti sanitari e alla maternità per le donne con disabilità. Si basano sull'approccio del microapprendimento: una metodologia che divide il contenuto in brevi unità incentrate su un singolo argomento o competenza.

- DIVENTARE GENITORI -

PEDAGOGIA DEI GENITORI



Come prendersi cura del bambino nei primi mesi dopo la nascita? Come prendersi cura di sé e del rapporto con il partner? Cosa fare e cosa non fare? Come facilitare la nostra nuova routine quotidiana? Come gestire lo stress del nostro nuovo stile di vita?

La pedagogia per i genitori aiuta a rispondere a queste e a molte altre domande. Imparerete a reagire e a gestire i sentimenti legati al vostro bambino, a prendervi cura di voi stessi e della vostra famiglia, ad acquisire competenze per migliorare la vostra salute mentale e la vostra organizzazione.



momsproject.eu



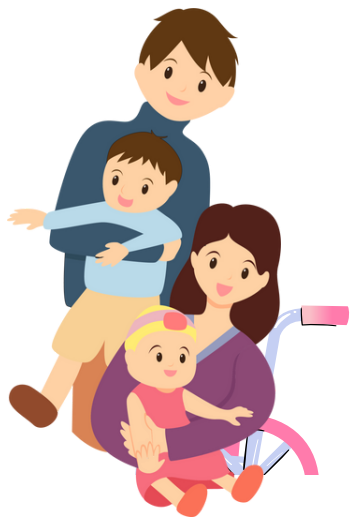
Mother Matters



[moms.mothermatters](https://www.instagram.com/moms.mothermatters)



[MoMs_MotherMatters](https://www.youtube.com/MoMs_MotherMatters)



Un neonato porta gioia, ma anche grandi responsabilità. I neogenitori di solito attraversano un periodo difficile nei primi mesi dopo l'arrivo del bambino, che comprende problemi come la mancanza di sonno, la calma del bambino e l'alimentazione. Preparatevi a cambiamenti nel vostro stile di vita, ma non devono spaventarvi perché sono naturali. Quando prendono in braccio il loro bambino per la prima volta, la maggior parte dei genitori non sa come tenerlo in braccio. Il collo del bambino è il più delicato e, quando lo si prende in braccio, bisogna tenere la mano sotto la sua testa. Poiché il bambino non è in grado di sostenere fisicamente la testa da solo, il compito spetta a voi. Assicuratevi di tenere il bambino in modo corretto: una mano sotto la testa e l'altra sotto i fianchi.

I primi mesi sono i più importanti sia per la madre che per il bambino. In questo periodo è importante che la madre si prenda cura di se stessa per poter accudire il bambino nel miglior modo possibile. L'allattamento al seno è molto importante: alle neomamme si consiglia di mangiare bene, soprattutto se stanno allattando. Il sonno è un altro grande problema che le neomamme devono affrontare. Di solito si consiglia di dormire quando dorme il bambino. In questo modo si potrà dormire a sufficienza.

La metodologia della Pedagogia dei genitori valorizza le competenze educative delle famiglie e integra la teoria con la pratica. La metodologia riconosce i genitori come esperti educativi attraverso la raccolta e la pubblicazione delle narrazioni educative dei genitori, la formazione di professionisti nelle relazioni umane, la presentazione di principi scientifici attraverso ricerche e seminari.

I genitori possono trarre grande beneficio dal collegamento con altri genitori della loro comunità per scambiare esperienze, sostenersi a vicenda e condividere preziose intuizioni genitoriali. Organizzate incontri mensili nei centri sociali, nelle biblioteche o nei caffè dove i genitori possono condividere storie e consigli genitoriali. I genitori possono utilizzare piattaforme come i gruppi di Facebook, WhatsApp o Telegram per condividere esperienze, consigli genitoriali e risorse educative. Anche i webinar o le sessioni di domande e risposte dal vivo possono essere utili per la partecipazione a distanza. I genitori scrivono post su blog, registrano video o organizzano serate di narrazione per condividere i loro percorsi genitoriali.