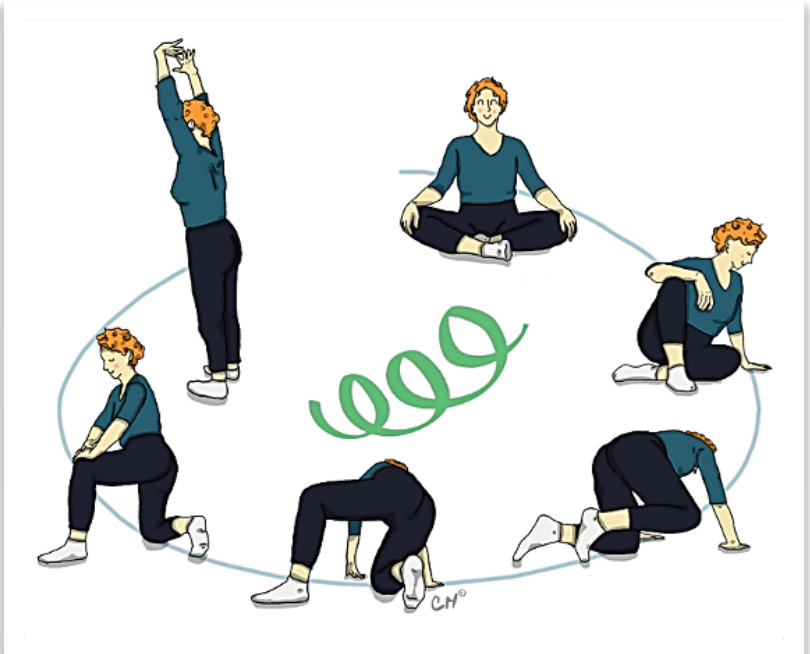

Le 5 A Amiche del movimento nei primi 1000 giorni, dalla gravidanza in poi

Incontro esperienziale gratuito online su piattaforma Zoom

Sabato 11 maggio 2024 dalle 15 alle 18

Con **Brenda Lasala e Laura Vergani,** Educatrici Perinatali e Docenti MIPA Formazione, co-autrici *In Movimento nel Dopo Nascita*.

In questo webinar sperimenteremo insieme alcune proposte per sostenere i cambiamenti corporei durante la gravidanza e accompagnare l'evoluzione funzionale del corpo nei primi due anni dopo il parto **(i primi 1000 giorni).** Sarà un incontro teorico pratico: munirsi di abbigliamento comodo, sgabello o sedia, spazio per muoversi in piedi e a terra, tappetino o coperta, cuscino, cintura da accappatoio o pareo o sciarpa lunga.

MIPA FORMAZIONE - Per iscriversi: https://mipaonline.com/webinar-mipa-2024/