

Debra Pascali Bonaro

Debra è mamma di cinque bambini. Ha diretto il documentario sulla nascita presente in Italia con il titolo 'La Nascita Estatica - il segreto celato' ed è co-autrice del libro 'La Nascita Estatica: la vostra guida ad una nascita sana, soddisfacente e piacevole'.

Debra è Presidente dell'iniziativa Internazionale Nascita/Parto Madre-Bimbo, IMBCI. E' educatrice di parto certificata da Lamaze International ed Istruttrice di Passion for Birth. Debra è parte del Consiglio di Amministrazione di Childbirth Connection ed è stata nel CdA di DONA International ed è Istruttrice certificata di Doula PostParto della stessa istituzione.

E' istruttrice di Journey Dance ed include la musica ed il movimento alla tessitura della sua ricerca e alla pratica del piacere durante la nascita e la vita. E' anche una relatrice internazionale di grande ispirazione ed è stata intervistata in tutto il mondo dai mass media internazionali.



Informazioni

Costo:
280 €
(comprensivo di traduzione simultanea)

Dove:
Loc. Pila (Gressan)
Valle D'Aosta

Referente:
Alessia
special.pupa@gmail.com
tel. 328 2147427

*Per qualsiasi ulteriore informazione
contattate alessia.*



La Nascita Estatica
con Debra Pascali Bonaro



Creazione, Sostegno e
Nutrimento di una Nascita
Sana, Soddisfacente e
Piacevole

11 e 12 Giugno 2011

Workshop creativo per esplorare ed espandere la capacità pratica e creativa attraverso il movimento, la musica e molto altro...

Programma:

Sabato 11 Giugno 2011

- 9:00 Presentazione - Gli elementi della Terra - Stabilire le nostre intenzioni. Gli ormoni del travaglio: il cammino dell'estasi, il cocktail ormonale durante il travaglio, la nascita e l'allattamento. Il percorso ha inizio con il movimento e la musica.
- 10:30 Coffe break
- 10:45 Elementi fondamentali per favorire la Nascita Estatica. Appoggio emotivo durante travaglio e parto. Stress, dolore e catecolamine. Significato delle emozioni nella progressione del travaglio. Tecniche per il sostegno e il rispetto delle emozioni femminili.
- 12:00 Pranzo
- 13:00 Misure di conforto per il travaglio: mani all'opera. Le tre R: Rilassamento, Ritmo e Rito. Far danzare i nostri sogni ed i nostri figli verso il mondo. Teoria di controllo del Dolore. Compresse calde e fredde. Idroterapia. Musica. Massaggio tatto. Agopressione HoKu. Aromaterapia. Il parto. Neonati

posteriori: Affondo, Ginocchia e Torace, posizione laterale ed altre tecniche per facilitare la rotazione.

Doppia pressione sul bacino. Rebozo.

- 14:45 Coffe break
- 15:00 Tecniche per la seconda fase, rannicchiarsi, rannicchiarsi sul ventre, dondolare, inginocchiarsi, toilet, utilizzo della fune, la corda. Iniziativa Internazionale Nascita/Parto Madre-Bambino - www.imbci.org - Dieci passi per l'assistenza Madre Bimbo. Movimento finale.

Domenica 12 Giugno 2011

- 9:00 Apertura - Movimento, l'aria come elemento: liberare i nostri sogni. Gli argomenti legati alla nascita e ai diritti dell'uomo. Rispettare e collaborare con i professionisti della nascita. I diritti delle donne in gravidanza. Decisioni informate. Le sei pratiche Lamaze per la nascita salutare: permettere che il travaglio e il parto inizino spontaneamente. Camminare, muoversi e cambiare posizione durante il travaglio. A v e r e accanto una persona cara, un'amica, una Doula per il sostegno costante.

Evitare gli interventi non necessari dal punto di vista medico. Evitare di partorire in posizione litotomica e seguire la necessità fisica di spingere. Tenere il neonato con la mamma, meglio per lei, per il bambino, per l'allattamento.

- 10:30 Coffe break
- 10:45 Danza del fuoco, incontrare la passione. La sessualità della gravidanza, del parto e della nascita.
- 12:00 Pranzo
- 13:00 La sessualità della nascita. L'acqua, l'elemento della sessualità e dell'emozione.
- 14:30 Coffe Break
- 14:45 L'arte della Nascita: liberazione dell'energia creativa e creazione di una visione. Chiusura - Far danzare la vostra visione.

