

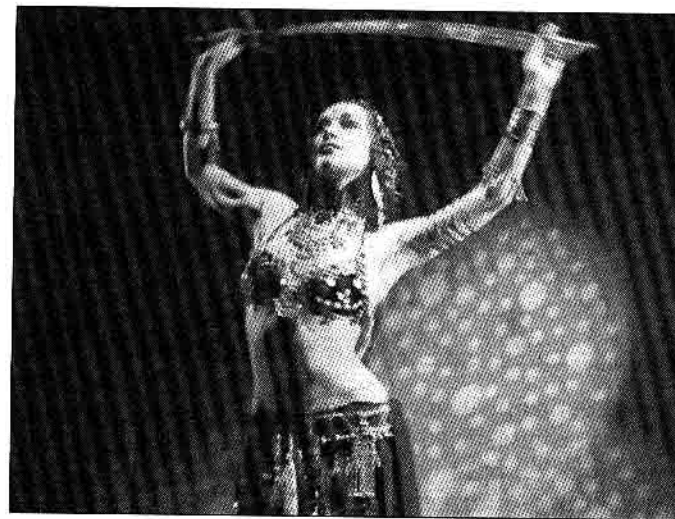
Rionero, nuove tecniche di movimento introdotte nei vari corsi

“La danza del ventre aiuta le donne in dolce attesa”

RIONERO - Presso il Consultorio familiare di Rionero, nelle ultime ore, si è parlato della prima esperienza di corso d'accompagnamento alla nascita con una sezione dedicata alla “Danza orientale in gravidanza”. Ad organizzarla con tutti i caratteri dell'originalità ed anche dell'efficienza l'Unità operativa assistenza consultoriale, pediatrica e psicologica dell'Asp area nord della regione - Consultorio familiare di Rionero. L'attività vuole

essere una sorta di programmata innovazione alle tecniche già proposte nell'ambito del progetto già più volte realizzato “Percorso Nascita”. Alcune donne vogliono raccontare la loro esperienza cercando spesso diretta conferma delle loro sensazioni ed emozioni. I consultori del nord Basilicata da tempo organizzano nei minimi e concertati corsi di accompagnamento alla nascita mettendo viva attenzione all'innovazione, alla capa-

cià comunicativa e alla capacità di attrazione degli stessi, proponendo corsi di gravidanza in acqua, prima esperienza in assoluto in Basilicata, e tante altre modalità d'attuazione. Oggi, dopo una valutazione molto attenta si vogliono introdurre nei corsi nuove tecniche di movimento partendo dalla consapevolezza che fare attività fisica durante i nove mesi è fondamentale per mantenersi in forma e per arrivare al parto preparate e to-



La danza del ventre

niche. Oltre alle tradizionali forme di ginnastica, tuttavia, le donne incinte possono dedicarsi ad un'attività particolare, da sempre ritenuta rilassante: la danza del ventre. “Le future mamme - ha spiegato la

dott.ssa Battistina Pinto, la responsabile dell'Unità operativa d'assistenza consultoriale a livello familiare, pediatrico-psicologica area nord Asp - scopriranno come affrontare la gravidanza in modo sereno e

giocoso, dedicandosi ad un'attività divertente da svolgere prevalentemente in gruppo, consentendo pure la creazione di un legame di condivisione con le altre future mamme. Conosciuta fin dai tempi più antichi e già praticata in Mesopotamia proprio per preparare le partorienti al momento del travaglio, la danza del ventre aiuta le donne in dolce attesa con grandi benefici”. “Grazie ai movimenti rotatori del bacino, fondamentali come spiegano in tutti i corsi di preparazione al parto, - ha aggiunto la Pinto - questa danza aiuta il corpo della donna e i muscoli impegnati nell'atto del parto. Una vera e propria attività prenatale che fa bene alla futura mamma e anche al bambino”. “La donna danzando si muove come cullando il piccolino dentro la pancia, creando fin dal periodo prenatale un legame indissolubile con il proprio figlio”. (C.Carli.)

L'Istituto Comprensivo di Rapolla

RAPOLLA - Arrivano fondi importanti per completare i lavori riguardanti la palestra comunale di Rapolla. Per quanto riguarda il settore del sociale e quindi per migliorare

Rapolla, fondi in arrivo per gli interventi di completamento Oltre 400mila euro per la palestra

l'accessibilità e la fruibilità degli spazi sportivi, infatti, il Fesr ha investito 450mila euro per i lavori di completamento e messa in efficienza della palestra comunale di Rapolla. L'operazione

definisce le condizioni di base per l'esercizio della pratica sportiva a beneficio degli studenti della scuola media annessa alla palestra, e potenzia inoltre la capacità di offerta a favore del-

l'intera comunità costituita da 4mila e 500 abitanti. Un intervento che sicuramente sarà accolto in maniera positiva da tutti i giovani della scuola media che usufruiranno della struttura.

