



A PASSO DI MAMMA

Uno spazio per stare bene, insieme

Per chi?

Donne in gravidanza e neomamme.



- Favorire l'attività fisica in gravidanza e nei primi mesi di vita del bambino;
- Socializzare con altre mamme in uno spazio di confronto;
- Essere informate sulle pratiche di movimento sicure e benefiche;
- Essere supportate per il benessere psicofisico.

Quando?

Ogni Mercoledì a partire da
Mercoledì 8 Ottobre 2025
dalle ore 10.00 alle ore 11.30.

Cosa faremo insieme:

- camminata dolce e attività pratiche per il benessere fisico e mentale
- condivisione di esperienze e stili di vita tra le partecipanti

Con chi?

Personale del Consultorio Familiare.



Come iscriversi:

scrivere una mail a:
infoconsultorio@asst-bgove.it



Ritrovo presso parcheggio Centro
Sportivo A. Mazza
Via Ai Malgari, Treviglio