

CORSO

“Dolce attesa in musica”

PRESENTAZIONE

“Dolce attesa in musica” è una serie di incontri organizzati per donne in gravidanza.

In un’atmosfera di piacevole rilassamento, le partecipanti, comodamente sedute o sdraiate, verranno guidate ad interagire con la musica, mezzo di comunicazione privilegiato tra mamma e bambino, alla straordinaria scoperta delle sensazioni che accompagnano i bebè in arrivo.

Non è richiesta alcuna preparazione musicale.

SCOPO

Grazie ad attività musicali mirate, ogni futura mamma si preparerà alla nascita del proprio figlio ascoltandone le azioni-reazioni motorie in risposta al suono delle voci e della musica; imparerà ad ascoltare se stessa e ad accettare i cambiamenti che si stanno verificando nel suo corpo durante questi nove mesi di attesa.

Un’occasione insomma per arricchire il periodo della gravidanza di un’esperienza musicale fatta di ascolto, di benessere e di partecipazione condivisa.

LUOGO DI SVOLGIMENTO

Scuola di musica “G.B.Rubini”, Romano di Lombardia – I piano

MODALITA' E TEMPI DI SVOLGIMENTO

<i>N. Partecipanti</i>	<i>N. Incontri</i>	<i>Durata</i>	<i>Cadenza</i>
Max 8	8	1 ora – 1ora e 15' circa	Settimanale

Il corso è aperto alle gestanti a partire dalla 24° settimana di gravidanza.

Elemento forte degli incontri è la partecipazione attiva delle mamme: a partire da un primo momento puramente conoscitivo, si procederà con l'esplicazione di nozioni musicali-culturali, in riferimento ai brani che si andranno ad esaminare, quindi con i veri e propri ascolti.

Successivamente sarà dedicato uno spazio all'esternazione delle sensazioni individuali provate durante la fase sonora, sia per quel che riguarda la sfera emotiva della singola donna che le risposte fetali agli stimoli forniti. Un significativo scambio di opinioni tra le partecipanti concluderà ogni sessione.

Il materiale didattico necessario verrà fornito dalla docente.¹

Si consiglia: abbigliamento comodo, calze antiscivolo, tappetino ginnico e asciugamano personale.

DOCENTE

Prof.ssa Arianna Moretto

¹ Si chiede all'organizzazione la possibilità di fare fotocopie e un supporto audio lettore cd