

Con il contributo di:



Servizio volontariato e lingue minoritarie

praticamente
Musica

Musica con il corpo per una mente in evoluzione



MUSICA IN ATTESA

per donne in gravidanza

Il ventre materno è un ambiente ricco di suoni e rumori: di musica. Il bambino è immerso in un bagno di stimolazioni sonore e questo gli permette di instaurare una profonda relazione con la madre e con l'ambiente esterno. Vivere la gravidanza accompagnata dalla musica è un'esperienza piacevole, confortante, rilassante, emozionante, ma ancor di più utile alla donna per vivere i mesi di attesa e il parto in maniera armonica e nel pieno benessere fisico ed emotivo, favorendo una relazione intima e speciale con il bambino. Attraverso la musica sarà possibile creare un gruppo di mamme coeso dove coltivare relazioni e scambiarsi riflessioni. Vivremo insieme le esperienze musicali attraverso l'uso spontaneo della **voce** e il **canto**, la **respirazione**, il **movimento**, attività di **rilassamento** e **ascolto**. Le attività pratiche permetteranno di creare una piccola "valigia musicale" di canti e musiche che potranno essere riutilizzati da tutta la famiglia.

da martedì 15 ottobre al 5 novembre
ore 11.15-12.15

Il corso è **GRATUITO** e riservato
ai soci di **PraticaMenteMusica**

INFO E ISCRIZIONI ONLINE



www.praticamentemusica.it
info@praticamentemusica.it
via s. Ulderico 13/11, Udine
t. 347 0423016

