



## Cari mamme e papà

**Fameis** è un'associazione di volontariato che, attraverso molteplici servizi, offre l'opportunità a persone di ogni età di conoscersi, stare insieme e aiutarsi nelle difficoltà, in alleanza con l'Amministrazione Locale e le altre Associazioni del territorio.

La **nascita** è un evento importante per tutta la comunità, perché porta con sé un bambino che è parte del nostro futuro; come Associazione crediamo nell'importanza del sostegno alle famiglie in questo periodo straordinario di cambiamento, mission che condividiamo con Francesca Tiussi, **doula**, che ha contribuito al progetto.

La **doula** è una figura professionale **non sanitaria**, ai sensi della Legge 4/2013, che si occupa del sostegno concreto, affettivo e relazionale alla donna e alla famiglia nella gravidanza e fino all'anno di vita del bambino.

In questa Fase 2, che segue dei mesi particolarmente pesanti per tutti, vogliamo essere vicini alle famiglie in attesa e alle neofamiglie sia con degli **appuntamenti informativi on line**, sia con i "Servizi di Prossimità".

Grazie infatti a "**Comunitàin@iuto**", un progetto di intervento concreto a sostegno delle persone, in collaborazione con la Regione, il Comune di Talmassons e l'Ambito Distrettuale di Codroipo, chiunque sia in difficoltà e necessiti di essere aiutato nelle piccole incombenze quotidiane, può trovare un supporto grazie ai volontari della nostra associazione.

Un operatore sarà a disposizione per informazioni o accogliere le **richieste al numero 353/3475388**, oppure è possibile inviare una mail all'indirizzo [info@fameis.it](mailto:info@fameis.it)

Vi invitiamo a seguire le nostre attività, sarà sicuramente un'esperienza molto positiva e in attesa di incontrarci, vi lasciamo in compagnia di questa bella poesia.

*Se una doula vuoi chiamare,  
È bene sapere cosa può fare:  
Se vuoi parlare di come ti senti,  
ma non gradisci consigli e commenti,  
Io sono pronta ad ascoltare,  
senza bisogno di giudicare.  
Un pasto pronto ti posso preparare,  
se con la nausea non puoi cucinare;  
Posso aiutarti con le faccende,  
Se il tuo pancione non le consente.  
Se con un neonato temi la spesa,  
andiamoci insieme: non sarà un'impresa!  
Ti senti stanca e vuoi riposare?  
Io bado al bimbo e tu puoi sognare.  
Il mio lavoro ti sembra strano?  
Te lo dico col cuore in mano:  
faccio questo e molto altro ancora,  
affinché una famiglia non resti sola;  
Perché l'arrivo di un bambino,  
che sia il primo o un fratellino,  
Ti fa incontrare momenti pesanti,  
in cui hai bisogno di molti aiutanti,  
Per poi goderti con meraviglia,  
la nuova vita della tua famiglia.*

*Doula Silvia La Rocca*

**Trovate i nostri appuntamenti  
sul retro di questo foglio →**

Incontri informative di condivisione  
**on line gratuiti,**  
facilitati da Francesca Tiussi, doula:

26 giugno 2020

ore 17:00 / 18:30

**Latte, nutrimento e dintorni,**

a cura di **Natacha Misisca**, consulente della Leche League Italia.

Un sostegno alla pari aperto a tutti: per esprimere dubbi e chiedere informazioni su allattamento, posizioni, tiralatte e molto altro ancora.



6 luglio 2020

ore 17:00 / 18:30

**Mangia con noi**, a cura di **Maddalena Bolognesi** naturopata, educatrice alimentare e **Roberta Leonarduzzi**, doula ed esperta di maternage. Una visione d'insieme su praticità, stile di vita familiare, salute ed educazione alimentare per l'introduzione ai cibi solidi (svezzamento) dei bambini.

10 luglio 2020

ore 17:00 / 18:30

**Il cervello dei bambini: una meraviglia tutta da scoprire**, a cura di **Federica Tamburlini**, biologa, educatrice prenatale e neonatale.

Rivolto a genitori con bambini da 0 a 4 anni, in cui si parlerà di come funziona il cervello dei bambini, scoprendo alcuni principi base che possono guidarci nella crescita reciproca ricca di meraviglia.

17 luglio 2020

ore 17:00 presso il Mulino Braida di Flambro

Questa volta per incontrarci di persona oltre il video! L'obiettivo sarà semplicemente quello di chiacchierare, condividere, conoscerci, divertirci assieme, stare all'aria aperta e passeggiare, per chi lo desidera, nel biotopo. È gradita la presenza dei vostri bimbi!



Gli incontri sono aperti a tutti.  
È richiesta la prenotazione per ricevere il link all'incontro al numero **340 / 2622160** tramite messaggio e/o chiamata.