

Quando le neo mamme camminano insieme

IVREA – Continuano con grandissimo successo le camminate per la città organizzate dal Gruppo di Cammino dell'Asl To4, in stretta collaborazione con il Centro Famiglie e il gruppo M'Ami del progetto Cipì. Il progetto Cipì (Canavese Insieme per l'Infanzia), finanziato con 380 mila euro su tre anni dal fondo di contrasto alla povertà educativa minorile gestito dall'impresa sociale "Con i bambini", offre a bambini da 0 a 6 anni e le loro famiglie opportunità educative, ricreative e culturali su tutto il territorio canavese.

Coordinato da Consorzio Copernico, ha 30 partner pubblici e privati, tra cui l'Asl To4. Nel corso degli incontri di

coordinamento e verifica, in modo piuttosto informale e grazie al clima di collaborazione e fiducia che si è instaurato tra i partner, è nata l'idea di integrare nel progetto una proposta che da tempo l'Asl faceva sul territorio, cioè i Gruppi di Cammino, rivolgendola però specificatamente ai genitori di bambini tra gli 0 e i 12 mesi di età.

I neo-genitori, accompagnati dalle walking leader dell'Asl Maria Grazia Gazzera e Roberta Regano, percorrono insieme tragitti di un paio d'ore, fermandosi regolarmente per fare esercizi di stretching, spingendo i propri bimbi nei passeggini o trasportandoli in fascia. Ci si prende cura in questo modo sia della

propria salute fisica che di quella psicologica: stare insieme, fare attività all'aria aperta, avere la possibilità di chiacchierare e sostenersi reciprocamente le une con le altre, aiuta a contrastare il senso di isolamento e incertezza che accompagnano spesso i primi mesi della maternità.

Il gruppo ha anche aggregato diversi volontari, strada facendo. Alcune persone, vedendo passare il gruppo di ormai 30 genitori per le strade di Ivrea, ha avvicinato le conduttrici chiedendo di poter partecipare. La loro presenza aiuta le neo-mamme a partecipare più attivamente agli esercizi proposti dalle walking leader, perché c'è sempre qualcu-

no che le può aiutare con la cura del proprio piccolo.

Il gruppo di ritrova ogni martedì nella Sala Arancione dello Zac alle 10, per poi partire insieme in passeggiata. Per la primavera sono previste alcune giornate speciali in cui si combineranno camminate e racconti. La partecipazione è, ovviamente, gratuita.

Per informazioni scrivere a mgazzera@aslto4.piemonte.it.



Peso:21%