



UN ALLATTAMENTO TANTI STILI UNA POSIZIONE COMODA



Allattare senza dolore e senza fatica si può!



UN ALLATTAMENTO TANTI STILI UNA POSIZIONE COMODA



Allattare senza dolore e senza fatica si può!



UN ALLATTAMENTO TANTI STILI UNA POSIZIONE COMODA



Allattare senza dolore e senza fatica si può!



UN ALLATTAMENTO TANTI STILI UNA POSIZIONE COMODA



Allattare senza dolore e senza fatica si può!



UN ALLATTAMENTO TANTI STILI UNA POSIZIONE COMODA

Allattare senza dolore e senza fatica si può!



Mettiti comoda, in posizione semi-reclinata su una poltrona, su una sedia o su un letto sorretta da cuscini.

- **Tutto il tuo corpo è appoggiato e rilassato: eviti così tensioni e contratture muscolari**
- **Il/la neonat* è a pancia in giù con il viso vicino al tuo seno: il suo corpo è sorretto dal tuo**
- **Il tuo respiro stimola e regolarizza il suo**
- **Siete a una distanza ideale per guardarvi negli occhi**
- **Il/la neonat* riesce a muoversi, si posiziona da solo nel modo migliore per succhiare senza farti male**

**Prova anche tu:
mettiti comoda
quando allatti!**

**Se hai bisogno di aiuto
rivolgiti ai consultori e
ai gruppi di mamme più vicini**



**Per saperne di più accedi tramite SPID, CIE o CNS
al corso on-line gratuito sull'allattamento: BREAST FEELING**