

NASCERE A MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



radiomamma.it

MILANO È FAMILYFRIENDLY



Benvenuta e benvenuto 😊

Perché questa guida? Le risposte possibili sono tante: a Milano si fanno sempre meno figli, l'età media di proliferazione si alza sempre più (siamo tra i 35 e 36 anni), mancano posti al nido...

Ma il nostro perché è soprattutto questo: non farti perdere tempo a cercare informazioni, mappare per te, per zona della città e per tipologia, cosa ti può servire durante la gravidanza, il parto e il post parto.

Raccontarti gli ospedali in cui puoi mettere al mondo tuo figlio a Milano ma anche i centri premiati con il bollino familyfriendly di Radiomamma che pensano in maniera innovativa alle future famiglie.

Cosa trovi in questa guida? Ecco l'indice:

- **Aiuti ai genitori: bonus, contributi, congedi parentali**pag 4
- **Indirizzi utili (i pronto soccorso ginecologici, ostetrici e pediatrici)**.....pag 9
- **Numeri di telefono utili (per emergenze e non solo)**pag 11
- **Ospedali e case di maternità dove partorire a Milano**pag 15
- **Corsi preparto e supporto al parto a Milano**.....pag 26
- **Salute per donne incinte, neomamme e bebè (visite, esami, eco...)**.....pag 40
- **Corsi e attività per gestanti e genitore-bebè**.....pag 54

**SCONTO
10%
RADIOMAMMA**



Piscina Clorofilla un'esperienza unica!

Corsi dedicati ai bambini dai 3 mesi ai 7 anni e agli adulti



Corsi di acquaticità 0-36 mesi



Corsi di nuoto 3-7 anni



Corsi acquamotricità gestanti
Corsi di acquafitness

**LEZIONI A
PICCOLO
GRUPPO**

**VASCA
RISCALDATA
33°**

**ISTRUTTORI
QUALIFICATI**

+39 351 7166771

Via Daniele Crespi 14, Milano

www.piscinacolorofilla.com





Aiuti ai genitori: bonus, contributi e congedi parentali nel 2026

- **Bonus Mamme Lavoratrici** E' un sostegno economico sotto forma di decontribuzione o contributo mensile erogato alle madri che lavorano. Dal 2026 è aumentato a 60 euro al mese (720 euro l'anno), pagati in un'unica soluzione a fine anno e senza effetti su reddito e ISEE. Possono richiederlo lavoratrici dipendenti, autonome e libere professioniste con reddito fino a 40.000 euro e almeno due figli. Il beneficio spetta fino ai 10 anni del figlio più piccolo (18 anni se i figli sono almeno tre) e si richiede sul portale INPS con Spid, Cie o Cns. Per le aziende è previsto un esonero contributivo parziale se assumono madri con almeno tre figli disoccupate da almeno sei mesi. Le famiglie con tre o più figli hanno priorità nell'accesso al part-time o alla modifica dell'orario di lavoro.
- **Bonus Nuovi Nati** Contributo di mille euro una tantum per ogni nascita, adozione o affido pre-adoattivo. Può essere richiesto da uno solo dei due genitori, entro 120 giorni dalla nascita del bambino o dalla data di ingresso in famiglia in caso di adozione. Requisiti: essere residenti in Italia; essere cittadini italiani o stranieri con regolare permesso di soggiorno; cittadini UE con carta di soggiorno permanente; cittadini extra-UE con permesso di soggiorno di almeno 12 mesi o per soggiornanti di lungo periodo. Bisogna avere un ISEE non superiore a 40mila euro. Il Bonus Nuovi Nati non concorre alla formazione del reddito e è compatibile con l'Assegno Unico Universale. Il pagamento avviene tramite accredito su IBAN intestato al richiedente o bonifico domiciliato.



- **Bonus Asilo Nido** È un contributo alle famiglie con figli sotto i tre anni per le rette di nidi pubblici e privati, micronidi, sezioni primavera e servizi educativi integrativi o per forme di assistenza domiciliare. **Requisiti:** genitori di bambini sotto i tre anni, inclusi affidatari, purché il richiedente sia cittadino europeo o abbia un regolare permesso di soggiorno; risieda in Italia per tutta la durata del beneficio; sia l'intestatario dei pagamenti dell'asilo nido. I bonifici all'asilo e le ricevute e tutto devono essere intestati al genitore che richiede il bonus. L'importo massimo (fino a 3600mila euro) dipende dalla data di nascita del bambino e dall'Isee familiare. Il bonus non può superare la spesa effettivamente sostenuta e rimborsa solo alcune voci, tra cui retta, pasti, imposta di bollo e Iva agevolata. La richiesta si fa online sul portale dell'INPS tramite Spid, CIE o CNS, oppure con il supporto di un patronato. La domanda per ottenere il bonus ora non deve più essere ripetuta ogni anno. Basta presentarla una sola volta perché abbia validità fino al compimento dei 3 anni del bambino. Resta però l'obbligo di inviare ogni anno la documentazione che attesti la frequenza dell'asilo e la verifica dei requisiti.
- **Congedo parentale** Il congedo parentale facoltativo si potenzia: i genitori potranno usufruirne fino ai 14 anni dei figli (oggi 12anni. I mesi restano 10 totali, estendibili a 11 se il padre utilizza almeno tre mesi. Durante il congedo la retribuzione è pari al 30% della retribuzione media giornaliera, che sale all'80% per i primi tre mesi se usati entro i sei anni del figlio. Raddoppiano anche i giorni di congedo per malattia dei figli: da 5 a 10 l'anno, e il limite d'età sale da 8 a 14 anni.



- **ISEE** Dal 2026 la **prima casa pesa meno** sul calcolo Isee. La franchigia sale da 52.500 a 91.500 euro e arriva fino a 120mila euro nei comuni capoluogo delle città metropolitane e può spingersi fino a 200mila euro per le grandi aree urbane caratterizzate da valori immobiliari più elevati, come Milano. Inoltre, la franchigia cresce di 2500 euro per ogni figlio convivente successivo al primo (finora lo scatto c'era dal secondo figlio in poi). Cambiano anche le **scale di equivalenza**, cioè i coefficienti con cui si calcola l'Isee in base al numero dei membri della famiglia (da 0,1 per due figli fino a 0.55 con cinque figli). A parità di reddito più figli quindi significherà Isee più basso. Altra novità; entrano nel calcolo anche **criptovalute, conti e giacenze all'estero**, con incrocio automatico delle banche dati. Secondo le stime della relazione tecnica alla Manovra tutto questo si tradurrà in 10 euro al mese in più di assegno unico per le famiglie interessate, 12mila beneficiari in più al bonus nido rispetto all'anno scorso e 3200 famiglie in più avranno accesso al bonus nuovi nati. Dal **2026 la Dsu precompilata diventa la regola**.
- **Dote Scuola** E' il contributo previsto dalla Regione Lombardia per sostenere economicamente le famiglie degli studenti (3-21 anni) che risiedono in Lombardia e frequentano scuole statali o paritarie, con sede in Lombardia o in regioni confinanti, oppure percorsi triennali di formazione professionale presso enti accreditati da Regione Lombardia. Sono 4 i contributi previsti: **Materiale didattico; Merito; Buono Scuola; Sostegno disabili**



- **Legge 1014:** Dal 2026 la Legge 104 viene affiancata dalla **nuova legge 106**. Le **principali novità:** 10 ore annue di permessi retribuiti aggiuntivi (per persone con invalidità $\geq 74\%$ e per i familiari di persone con invalidità $\geq 74\%$); Congedo straordinario fino a 24 mesi con conservazione del posto (non retribuito); Accesso prioritario allo smart working, compatibilmente con le mansioni. Tutele anche per lavoratori autonomi, con possibilità di sospendere l'attività fino a 300 giorni in caso di malattia grave.
- **Assegno Unico e Universale:** È un contributo economico mensile alle famiglie per ogni figlio a carico, fino al compimento dei 21 anni e senza limiti di età per i figli con disabilità. Requisiti: genitori (lavoratori dipendenti, autonomi, disoccupati, pensionati, inoccupati) con figli fiscalmente a carico che siano cittadini italiani o di uno Stato membro dell'Unione europea, oppure familiari di questi ultimi, titolari di un diritto di soggiorno o del diritto di soggiorno permanente, oppure cittadini di Stati extra UE in possesso della carta blu UE o del permesso di soggiorno per motivi di lavoro o di ricerca. Possono chiederla tutti, anche in assenza di ISEE o con un ISEE superiore alla soglia massima (46.582,71 euro per il 2026), ma in questi casi spetta solo l'importo minimo. Gli importi variano in base all'ISEE e cambiano quando i figli sono maggiorenni. Nel 2026 si va da un minimo di 58,30 euro (in assenza di ISEE o con ISEE pari o superiore a 46.582,71 euro) a un massimo di 203,80 euro al mese per figlio minorenni, per ISEE fino a 17.468,51 euro. Sono previste maggiorazioni, ad esempio per i nuclei con almeno 3 figli e ISEE fino a 46.582,71 euro (+50% per i figli tra 1 e 3 anni), per le famiglie con almeno 4 figli (maggiorazione forfettaria di 150 euro al mese) e per i figli con disabilità. L'assegno non concorre al reddito IRPEF. La domanda si fa online sul portale INPS con SPID, CIE o CNS, oppure tramite patronato o CAF. La domanda si fa una sola volta, ma ogni anno bisogna rinnovare l'ISEE

AIUTO PSICOLOGICO BAMBINI E RAGAZZI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



radiomamma.it

MILANO È FAMILYFRIENDLY



Indirizzi utili: i pronto soccorso ostetrici, ginecologici e pediatrici

- **Pronto Soccorso Ostetrico-ginecologico e Soccorso Violenza Sessuale e Domestica Clinica Mangiagalli**, Via della Commenda, 12 (**zona 1**)
- **Pronto Soccorso Pediatrico**: Clinica De Marchi, Via della Commenda, 9; Ospedale dei Bambini Buzzi Via Via Lodovico Castelvetro, 32 (**zona 1**)
- **Ospedale San Raffaele**, Via Olgettina, 60 ha un'area dedicata alle emergenze ostetrico-ginecologiche (**zona 2**)
- **Ospedale Macedonio Melloni**, Via Macedonio Melloni, 52 (**zona 4**)
- **Ospedale dei Bambini Buzzi**, Via Lodovico Castelvetro, 32 oltre alle emergenze pediatriche, gestisce il Punto Nascita e le urgenze ostetriche per le donne in gravidanza (**zona 8**)
- **Ospedale Niguarda**, Piazza Ospedale Maggiore, 3 (l'accettazione specifica si trova al Blocco Nord, Piano 2) (**zona 9**)

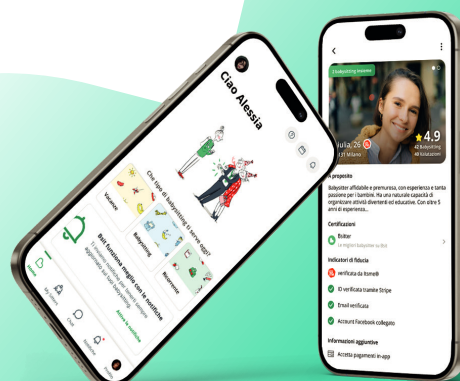


La migliore app di **babysitting**
dell'universo, finalmente **a Milano!**

Bsit mette in contatto babysitter e famiglie, anche last minute.



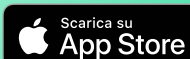
Babysitting su misura.



bsit.it



Provala ora!





Numeri di telefoni utili su emergenze, sanità, assistenza medica e psicologica

Emergenze

- **112** Numero Unico per le Emergenze che permette di allertare vigili del fuoco, polizia (o Carabinieri) e soccorso sanitario (ambulanza). L'operatore che ti risponde smista la tua richiesta immediatamente alla sala operativa competente. Se chiami i vecchi numeri tradizionali come il 113 (Polizia), il 115 (Vigili del fuoco) o il 118 (Soccorso Sanitario), la chiamata viene comunque gestita attraverso la centrale del 112.
- **02 66101029** Centro Antiveleni Milano (Ospedale Niguarda) è attivo 24/24, 365 giorni l'anno

Sanità

- **800 638 638** Numero verde da rete fissa per prenotare esami e visite specialistiche e per informazioni su prestazioni e strutture sanitarie. Dal lunedì al sabato dalle 8.00 alle 20.00, esclusi i festivi. Da rete mobile e dall'estero 02 999 599, a pagamento al costo previsto dal proprio piano tariffario.



- **116 117** Numero unico di continuità assistenziale (ex Guardia medica): È attivo nei giorni festivi, sabato e domenica h24 e dal lunedì alla domenica dalle ore 20 alle ore 8. Dopo il colloquio telefonico con il medico puoi essere indirizzato a un ambulatorio di continuità assistenziale per una visita medica in presenza. L'accesso all'ambulatorio deve avvenire dopo contatto telefonico. Gli ambulatori per le visite in presenza sono in funzione lunedì – venerdì (20-24, ultimo accesso ore 23:30) e sabato, domenica, Festivi e Prefestivi 8-20 (ultimo accesso ore 19.30).

Per la continuità assistenziale pediatrica (0-13 anni) il sabato c'è un servizio con un pediatra (dalle 8 alle 19), sempre chiamando lo stesso numero. Nei giorni ed orari in cui non è attivo il servizio di Continuità Assistenziale Pediatrica, è in funzione il servizio di Continuità Assistenziale.

- **App La Tua Farmacia** trovi la farmacia più vicina verificandone gli orari, la localizzazione, il numero di telefono e i servizi. È possibile consultare anche le farmacie in turno di guardia farmaceutica.



Tutela donne e minori

- **1522** Telefono antiviolenza e stalking
- **02 55015519** Casa di accoglienza delle donne maltrattate onlus, uno dei Centri antiviolenza della rete D.i.Re
- **114** Emergenza Infanzia È una linea telefonica gratuita attiva 24/24 per segnalare situazioni di emergenza che coinvolgono minori (abusi, maltrattamenti, violenza domestica, fughe da casa)
- **19696** è il numero nazionale gratuito di Telefono Azzurro dedicato all'ascolto e alla protezione di bambini e adolescenti fino ai 18 anni. È attivo 24 ore su 24, 365 giorni all'anno, ed è accessibile gratuitamente da telefonia fissa e mobile.

Supporto psicologico e ascolto

- **02 2327 2327** Telefono amico Italia Consulenza tutti giorni dalle 9 alle 24. WhatsApp amico 324 0117252 dalle 18 alle 21 in chat
- **0236559550** Urgenza Psicologica. Numero gratuito di supporto psicologico attivo il sabato e la domenica dalle 9 alle 21 È attivo a Milano (e in altre città come Varese, Monza, Bergamo) con psicologi professionisti che rispondono al telefono.



Accanto alle
famiglie, in ogni
fase della
crescita.

Novepassi, nel mondo Family District.
Competenze in dialogo.
Un unico percorso di cura e accompagnamento.

UN APPROCCIO INTEGRATO



Un approccio integrato tra ostetricia, psicologia, psicomotricità, logopedia, osteopatia, educazione e pedagogia, al servizio delle famiglie.

DUE SEDI. UN UNICO PROGETTO.



FAMILY DISTRICT

Via Orti • Porta Romana



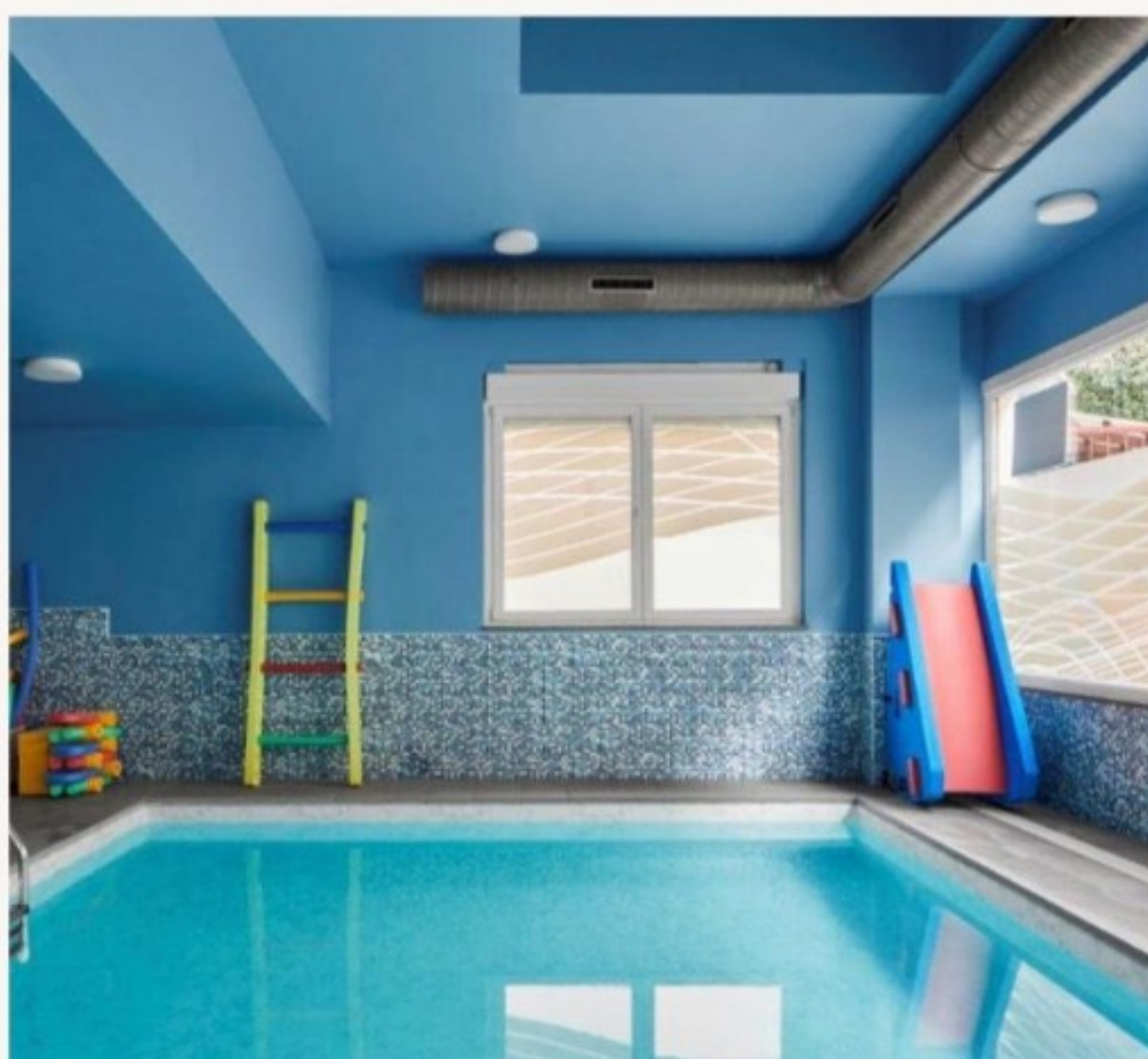
LA CASCINA DI FAMILY DISTRICT

Via Ripamonti • Porta Romana



*Scopri percorsi e
professionisti
www.novepassi.it*

*Scopri Family District.
Nido Scuola bilingue
e molto altro.*





Ospedali e case maternità dove partorire a Milano

Le strutture in cui partorire a Milano sono tante e diverse, nelle pagine che seguono le trovi mappate per zona della città e descritte in base all'offerta dedicata alle donne incinte: dal numero e tipologia di sale parto alla mediazione linguistica, dal rooming-in con il bebè al supporto psicologico alle banche del latte a....

Ecco, intanto, un elenco delle strutture:

- **Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico – Mangiagalli**
- **Ospedale Macedonio Melloni**
- **ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda**
- **Ospedale dei Bambini Vittore Buzzi**
- **IRCCS Ospedale San Raffaele**
- **Punto Nascita – Humanitas San Pio X**
- **Ospedale San Giuseppe – MultiMedica**
- **Ospedale San Carlo Borromeo**
- **Ospedale San Paolo**
- **Casa Maternità La Via Lattea**
- **La Lunanuova**
- **Nascere in casa**



Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico – Mangiagalli (zona 1) Qui trovi un programma dedicato alle future mamme che ti accompagna dall'inizio alla fine dei 9 mesi, con visite di controllo, ecografie, test di screening ed esami di laboratorio. Le prestazioni del percorso gravidanza sono gratuite se sulla ricetta è indicata l'esenzione dal medico di base o dal ginecologo (fa eccezione il Test combinato). **Hai a disposizione 9 sale parto, alcune con vasca per il parto in acqua e cromoterapia.** Al momento del parto puoi farti accompagnare in ogni momento, e subito dopo la nascita ti viene garantita la possibilità di vivere lo **skin-to-skin insieme al tuo partner**. Il servizio di partoanalgesia epidurale è gratuito e attivo 24 ore su 24, con visita anestesiológica obbligatoria nell'ultimo trimestre. Oltre al percorso pubblico, **puoi scegliere il reparto privato "Santa Caterina"**. Trovi anche un **servizio di mediazione linguistica** e, se sei sorda, puoi avere a **disposizione un'interprete della lingua dei segni (LIS)**: sul sito trovi informazioni e video tutorial multilingua e una sezione dedicata alle mamme sorde.

Info: <https://www.policlinico.mi.it/mangiagalli-center>

Ospedale Macedonio Melloni -ASST Fatebenefratelli Sacco (zona 4)

Qui trovi un presidio HUB per l'assistenza neonatale, in grado di prendere in carico i neonati già dalla 23^a settimana di gestazione. Il percorso ti offre **l'ambulatorio della Gravidanza a Basso Rischio** gestito dalle ostetriche, ecografie di I e II livello, ecocardiografia fetale, diagnosi prenatale, ambulatorio della gravidanza a termine e gemellare, ambulatorio del diabete gestazionale e, se sei di origine araba, un



ambulatorio dedicato con mediatrice culturale. Al parto puoi scegliere una persona di fiducia che ti accompagni durante tutto il travaglio. La Sala Parto ha sei posti letto da travaglio, tre box parto e una sala operatoria attigua, con équipe sempre presente nelle 24 ore, e il servizio di partoanalgesia epidurale è garantito tutto il giorno. Subito dopo la nascita hai il contatto pelle a pelle in tutti i parti fisiologici (certificazione UNICEF "Ospedale Amico del Bambino") e puoi usufruire del **Rooming-in 24 ore su 24**. Puoi scegliere anche il ricovero in regime di solvenza. Trovi la **storica Banca del Latte Umano Donato** e un **servizio di donazione del sangue cordonale**, oltre al **Centro Psiche Donna** per il supporto psicologico in gravidanza e post-partum, con linea multilingue e mediatori culturali. È garantita anche la possibilità del parto in anonimato, con il supporto del Servizio Sociale.

Info: <https://www.asst-fbf-sacco.it/reparti-e-servizi/info/ostetricia-e-ginecologia-melloni>

ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda (zona 9) Qui trovi un percorso nascita incluso nel Servizio Sanitario Nazionale che ti segue dalla prima ecografia al parto, con visite ostetriche e ginecologiche, ecografie, supporto psicologico perinatale e, quando serve, consulenza genetica. **Hai a disposizione 5 sale parto con bagno e doccia, di cui una con vasca per il travaglio e il parto in acqua**, oltre a 2 sale operatorie dedicate ai cesarei e alle urgenze. Durante il parto puoi farti accompagnare



e dopo la nascita vengono favoriti il clampaggio tardivo del cordone e il contatto pelle a pelle immediato; puoi inoltre scegliere il rooming-in, restando con il tuo bambino 24 ore su 24. Il servizio di partoanalgesia epidurale è gratuito e attivo tutto l'anno, 24 ore su 24. **È attivo anche un programma per il riconoscimento precoce della depressione post-partum e il progetto "Maternità fragili", uno sportello di sostegno psicologico per situazioni di particolare fragilità.** Niguarda fa parte della rete STAM per il trasferimento materno protetto e della rete STEN per il trasporto neonatale d'emergenza, e i Consultori collegati hanno mediatori linguistico-culturali con giornate dedicate a specifiche comunità. Oltre al percorso pubblico, **puoi scegliere il regime privato**, e trovi infine **lo sportello "Fiocchi in Ospedale"**, con Save the Children Italia, per accompagnarti nelle prime fasi di vita del bambino.

Info: <https://www.ospedaleniguarda.it/in-evidenza/leggi/nascere-a-niguarda>

Ospedale dei Bambini Vittore Buzzi - ASST Fatebenefratelli Sacco (zona 8) Qui trovi un percorso nascita gratuito, garantito dal Servizio Sanitario Nazionale, che ti segue dalla gravidanza al puerperio con visite ostetriche, ecografie, ambulatori dedicati alle gravidanze a termine e alla patologia della gravidanza, oltre a **un ambulatorio specifico se desideri un parto vaginale dopo un precedente cesareo. Puoi vivere il travaglio in acqua in una vasca dedicata**, da prenotare in anticipo, **e muoverti liberamente scegliendo le posizioni che preferisci**, anche dopo



l'epidurale. Puoi farti accompagnare durante travaglio e parto, e subito dopo la nascita hai il contatto pelle a pelle con il tuo partner sempre presente. Il servizio di partoanalgesia epidurale è disponibile, ed è attivo il **Servizio di Psicologia Clinica Perinatale**, che ti affianca durante gravidanza, parto e post-parto, sia per l'ascolto dei tuoi bisogni emotivi sia per una presa in carico più approfondita nei casi di gravidanze emotivamente complesse. **Trovi anche una linea telefonica dedicata al sostegno dell'allattamento e all'assistenza nel puerperio**, e ogni settimana sono presenti mediatrici linguistico-culturali per le pazienti straniere.

Info: <https://www.asst-fbf-sacco.it/reparti-e-servizi/info/ostetricia-e-ginecologia-buzzi>

IRCCS Ospedale San Raffaele (zona 2) Qui trovi un percorso nascita completo, dal concepimento al post partum, accessibile sia tramite il Servizio Sanitario Nazionale sia in regime di solvenza. Puoi fare visite ginecologiche specialistiche, ecografie ostetriche, screening prenatali (incluso il test non invasivo NATIVA NEXT) ed esami di laboratorio, con il Centro Salute del Feto accreditato dalla Fetal Medicine Foundation di Londra. Se la tua gravidanza arriva a termine, trovi un ambulatorio dedicato con monitoraggio dalla quarantesima settimana fino a un'eventuale induzione. **Al momento del travaglio hai un'accettazione ostetrica dedicata, separata dal pronto soccorso generale**, e puoi farti accompagnare in sala parto e, se possibile, anche in sala operatoria. Hai a



Disposizione 4 sale parto e 2 sale operatorie, con letti regolabili, sfere e altri strumenti per il travaglio. Il servizio di partoanalgesia epidurale è gratuito e attivo 24 ore su 24, con visita anestesiológica obbligatoria (anch'essa gratuita, comprensiva di ECG ed esami del sangue). L'ospedale ha la certificazione UNICEF "Ospedale Amico del Bambino" e ti offre supporto all'allattamento tramite **l'ambulatorio SOS Allattamento, oltre a supporto psicologico post partum e riabilitazione del pavimento pelvico.** Info: <https://www.hsr.it/strutture/ospedale-san-raffaele/ostetricia>

Punto Nascita – Humanitas San Pio X (zona 9) Qui trovi un **percorso che ti accompagna dal pre-concepimento al post parto**, con un team di ginecologi, ostetrici, neonatologi, ostetriche e infermiere pediatriche. Tutti gli esami preparto, incluso il monitoraggio del benessere fetale e la visita anestesiológica, si svolgono in un'unica giornata di pre-ricovero tra la 34ª e la 36ª settimana, in un solo spazio. L'accettazione ostetrico-ginecologica è attiva 24 ore su 24, con un **Triage multidisciplinare che coinvolge anestesista, ostetrica, infermieri e altri specialisti.** Trovi sale travaglio, parto e post-parto e sale operatorie, e il tuo accompagnatore può starti vicino per tutta la durata del travaglio e del parto. Subito dopo la nascita, sia nel parto naturale che nel cesareo, vengono favoriti il contatto pelle a pelle e l'attacco al seno nel tempo più breve possibile, e il parto in analgesia epidurale è disponibile 24 ore su 24. Puoi anche far raccogliere il sangue cordonale per uso autologo, e le pratiche di



riconoscimento alla nascita si svolgono direttamente all'interno del Punto Nascita. Durante tutta la gravidanza e nel post parto trovi inoltre supporto psicologico, con una psicologa e una psichiatra dedicate al **Servizio di psicopatologia perinatale**. Info: <https://www.humanitas-sanpiox.it/centri/punto-nascita/>

Ospedale San Giuseppe – MultiMedica (zona 1) Qui trovi un percorso completo che ti accompagna dagli esami prenatali ai corsi di preparazione al parto, fino al parto e al post parto. Allo **Sportello Nascite, all'ingresso, il personale specializzato ti aiuta a definire il percorso più adatto a te**. Il servizio di partoanalgesia epidurale è gratuito e attivo 24 ore su 24, ed è possibile anche il parto in acqua. Durante il travaglio e il parto, il papà può assisterti e, se le condizioni lo permettono, tagliare il cordone ombelicale. Dopo la nascita puoi tenere il tuo bambino in Sala Parto con te per favorire il contatto pelle a pelle e l'avvio dell'allattamento, e grazie al **Rooming-in** puoi tenerlo nella tua stanza giorno e notte per tutta la degenza. Le visite sono consentite in piccoli gruppi, mentre il papà ha libero accesso alla stanza. Le camere sono doppie con il SSN, oppure **puoi scegliere la clinica privata Mum2be**. Nel post-parto trovi supporto per allattamento e puerperio, **con possibilità di ostetriche a domicilio nei primi 40 giorni, supporto psicologico, osteopata per te e per il neonato, riabilitazione del pavimento pelvico, banca del latte donato e corso per la gestione del pianto del bambino**. Info: <https://multimedica.it/il-punto-nascita/>



Ospedale San Carlo Borromeo - ASST Santi Paolo e Carlo (zona 7) Qui sei seguita dalla gravidanza fisiologica o patologica fino al parto e al puerperio, con visite routinarie di follow-up, diagnosi prenatale, ecografie del 2° e 3° trimestre (morfologica e di accrescimento), ecografia di secondo livello ed ecocardiografia fetale. Se la tua gravidanza è a rischio o sta arrivando a termine, trovi ambulatori dedicati, oltre a un **Day Service per le gravidanze complicate da patologie come malattie della coagulazione, diabete, ipertensione o malattie autoimmuni**, e un ambulatorio per il tampone vagino-rettale tra la 35ª e la 36ª settimana. La sala parto è composta da 4 sale travaglio e parto, una sala operatoria per cesarei e interventi urgenti, e un'isola neonatale. Puoi farti accompagnare durante tutte le fasi del travaglio, e il servizio di parto-analgesia epidurale è disponibile 24 ore su 24, tutti i giorni della settimana, per garantirti la massima assistenza in ogni momento del percorso nascita.

Info: <https://www.ospedalesancarlo.it/dipartimenti/dipartimento-materno-infantile/ostetricia-e-ginecologia/ostetricia>

Ospedale San Paolo - ASST Santi Paolo e Carlo (zona 6) Qui sei seguita in tutti i trimestri di gravidanza, sia a basso rischio che con patologie preesistenti o insorte in gravidanza, e se hai già avuto un cesareo puoi richiedere una consulenza per valutare un travaglio di prova nel parto successivo. **Durante il travaglio puoi muoverti liberamente e scegliere la posizione che preferisci, grazie ad attrezzature dedicate** come sgabello, poltrona e letto regolabile in più posizioni; le sale travaglio e parto sono un unico



ambiente, così non devi spostarti da una stanza all'altra. Il tuo accompagnatore può starti vicino in sala parto durante il travaglio, e dopo la nascita è molto incentivato il rooming-in: il papà, o un'altra persona che scegli tu, può restare con voi dalle 8 alle 20. Il servizio di parto-analgesia epidurale è disponibile, ed è attivo anche il **"Filo Rosso" (02 8910207)**, un servizio di consulenza telefonica medica gratuita sui rischi riproduttivi e sulla salute in gravidanza, attivo dal 1988 e gestito insieme ai medici della Clinica Ostetrica e Ginecologica del San Paolo. Info: <https://www.asst-santipaolocarlo.it/strutture/ginecologia-e-ostetricia-ospedale-san-paolo>

Casa Maternità La Via Lattea (zona 7) Questa non è un ospedale, ma la prima **Casa Maternità** nata in Italia, attiva dal 1990 e gestita dalla cooperativa sociale Spazio Aperto Servizi. Qui vivi un percorso che ti accompagna, insieme alla tua coppia, dalla gravidanza al parto, fino ai primi anni di vita del bambino, in un ambiente domestico e familiare, non ospedaliero. Sei seguita da ostetriche specialiste della fisiologia della gravidanza e del parto, che garantiscono continuità assistenziale nel rispetto delle Linee Guida sulla gravidanza fisiologica dell'Istituto Superiore di Sanità, e che restano collegate con consulenti medici e con una struttura ospedaliera di riferimento per i rari casi in cui sia necessario un trasferimento. Trovi una stanza per le visite in gravidanza, ambienti per gli incontri di gruppo



e i corsi pre e post-natali, una cucina, un salotto, alcune stanze arredate e attrezzate per partorire con bagno e vasca (o una stanza con vasca grande per il parto in acqua), oltre a un giardino o una terrazza. Puoi scegliere di partorire all'interno della Casa Maternità o a domicilio. Info: <https://www.casamaternita.it/>

La Lunanuova (Via Luigi Settembrini, 3, zona 2) Il parto a casa è un percorso che prevede un primo contatto tra l'ostetrica e la famiglia nel secondo trimestre, la presa in carico della gravidanza entro la 28^a settimana, la frequenza di un corso di accompagnamento alla nascita di coppia, la stesura del piano nascita, una visita domiciliare alla 38^a settimana e la reperibilità di due ostetriche 24 ore su 24 dalla 38^a alla 42^a settimana, con assistenza al travaglio e parto a domicilio, anche in acqua. Dopo la nascita è prevista una visita pediatrica a domicilio entro 12 ore dal parto, oltre ad assistenza al puerperio e sostegno all'allattamento. <https://www.lalunanuova.it/il-parto-in-casa>

Nascere in Casa (tutta Milano) E' l'associazione nazionale di ostetriche dedicate al parto in casa. Sul sito hanno una sezione "Trova la tua ostetrica" con l'elenco delle ostetriche lombarde/milanesi che si occupano di assistere la nascita in casa e in casa maternità. <https://nascereincasa.com/>

DENTISTI PER BAMBINI
A MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



radiomamma.it

MILANO È FAMILYFRIENDLY



Corsi preparto e supporto post parto a Milano

Ci sono diversi corsi preparto a Milano. Nei consultori sono gratuiti, con impegnativa del proprio medico. **Nei consultori familiari di Milano sono gratuiti e rivolti a future mamme e coppie**, organizzati da ostetriche, psicologhe e talvolta dietiste. Prevedono in genere 6-10 incontri, dalla 28^a-30^a settimana di gravidanza, con possibili incontri dedicati ai papà. Frequentare il consultorio di zona permette di conoscere in anticipo ostetriche di zona e anche altre mamme di zona. I consultori sono gestiti da ATS Città Metropolitana di Milano e dalle ASST territoriali e l'assegnazione dipende dalla residenza o domicilio. Per trovare quello giusto si consulta il sito ATS Milano o si chiede a ginecologo, ostetrica o medico di famiglia. Nei consultori di zona dopo il parto trovi supporto per l'allattamento, incontri con le ostetriche e possibilità di incontri per neogenitori. **Per trovare il consultorio vicino a casa:** <https://www.ats-milano.it/>

Puoi fare corsi di accompagnamento alla nascita e trovare servizi post parto anche:

- **Nei consultori e centri premiati con il bollino familyfriendly di Radiomamma per accoglienza, servizi e accessibilità**
- **Negli ospedali**
- **Nei centri e poliambulatori privati**



Consultorio Cemp (zona 1)

Consultorio familiare privato laico storico per gravidanza, post-parto, salute e benessere familiare



Ti accoglie così

Accompagna la donna e la coppia per tutta la gravidanza con l'obiettivo di avere cura di chi si prende cura del neonato supportando la neo genitorialità, dando voce a vissuti, rispondendo a bisogni contingenti, proponendo tempi e spazi in cui potersi pensare e sentire madri e padri, sostenendo la crescita dei neonati/bambini.



Ti è utile per

In gravidanza: Percorsi di accompagnamento alla nascita in piccolo gruppo e/o personalizzabili in relazione al bisogno individuale/di coppia; valutazione del pavimento pelvico a partire dalla 24 settimana; sedute osteopatiche di preparazione del tessuto al parto

Post parto: visite domiciliari con ostetrica; consulenza allattamento a domicilio o presso il consultorio; percorsi personalizzati con puericultrice a domicilio o presso il consultorio; massaggio neonatale; visite osteopatiche



Consultorio Cemp



Ti è utile per

pediatriche a domicilio o presso il consultorio; riabilitazione del pavimento pelvico; supporto psicologico; consulenze pedagogiche; spazio allattamento e pesate



Ti risponde qui

Via Eugenio Chiesa, 1

- info@consultoriocemp.org
- www.consultoriocemp.org
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/consultorio-cemp>



Family District/Novepassi (zona 1)

Centro per le famiglie con professionisti, percorsi e servizi per futuri e neogenitori



Ti accoglie così

La sinergia tra gli spazi di Family District, con la sua piscina interna e la Parents' Zone, e i professionisti di Novepassi permette di accompagnare le famiglie prima, durante e dopo la nascita attraverso percorsi dedicati alla gravidanza, al parto e ai primi mesi di vita del bambino.



Ti è utile per

In gravidanza e nel post parto: l'Incontro TERRA ACQUA: un incontro dedicato alla coppia genitoriale che unisce movimento, respiro e connessione in preparazione alla nascita potendo usufruire della piscina di Family District. Trovi poi riabilitazione pavimento pelvico; circle time delle mamme, incontri per neogenitori, consulenza su allattamento e avvio allo svezzamento. Ci sono anche incontri e consulenze online per chi ha dubbi, per chi ha già ripreso a lavora, per chi abita lontano. Periodicamente organizzati per neogenitori, nonni e tate corsi di primo soccorso pediatrico, corsi di disostruzione, corsi di Massaggio neonatale, Incontri sullo svezzamento



Family District/Novepassi



Ti risponde qui

Via Orti 18

- novepassi@familydistrict.it
- info@familydistrict.it
- www.familydistrict.it
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/family-district>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/novepassi>



Welcomed/Gepo (zona 1 e 4)

Centro polispecialistico per famiglie con specialisti e servizi dal pre parto e post parto



Ti accoglie così

Welcomed ha tre sedi a Milano e dal 2025 ha accolto nella propria famiglia GEPO, che da oltre 40 anni accompagna ogni famiglia dalla gravidanza ai primi anni di vita del bambino. Insieme, condividono la stessa visione di cura, ascolto e accompagnamento in ogni fase della crescita.



Ti è utile per

In gravidanza: Tre diversi percorsi di accompagnamento alla nascita, con incontri in fascia mattutina, serale e nel fine settimana. **Edizione serale:** percorso di preparazione al parto e alla nascita, con un'équipe di professionisti: ostetrica, psicologa e pediatra. Il percorso è flessibile e può essere personalizzato in base agli interessi e ai bisogni di ciascuno. **Edizione weekend:** per le coppie che non hanno frequentato un corso preparto, che non si sono sentite pienamente soddisfatte dell'esperienza già fatta o che sentono il bisogno di approfondire e acquisire qualche strumento in più. **Edizione pre-ufficio:** dedicato alle coppie che desiderano ritagliarsi uno spazio di preparazione alla nascita al mattino, prima di iniziare la giornata lavorativa, dalle 8.00 alle 9.30.



Welcomed/Gepo



Ti è utile per

Post parto: con Gepo all'interno della sede di Welcomed di Via Burlamacchi trovi consulenza allattamento e visite ostetriche anche domiciliari tutto l'anno anche d'estate. In sede trovi il momento dell'Happy Popping il lunedì alle 11:30 nella sede in via Burlamacchi 1/A, e ogni martedì nella sede in via degli Olivetani 2/A sempre alle 11:30. Un momento di sostegno all'allattamento e alla genitorialità, in cui un'Ostetrica si mette a disposizione di un gruppo di donne per valutare la poppata e i segnali di salute di mamma e bambino. Periodicamente organizzati per neogenitori, nonni e tate corsi di primo soccorso pediatrico, corsi di disostruzione, corsi di Massaggio neonatale, Incontri sullo svezzamento



Ti risponde qui

Via Burlamacchi 1/A; Via degli Olivetani, 2A; Via Muratori 32

- info@centrowelcomed.it
- <https://www.centrowelcomed.it/>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/welcomed-burlamacchi>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/welcomed-olivetani>



Negli ospedali pubblici/accreditati SSN, la "gratuità" è un'esenzione del ticket legata alla gravidanza: basta l'impegnativa del medico/ginecologo con la dicitura corretta (chiedi all'Ospedale dove vuoi fare il corso) e il codice di esenzione M. **Senza impegnativa, anche negli ospedali pubblici il corso può diventare a pagamento.**

- **Clinica Mangiagalli-Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico Milano (zona 1).** Il corso prevede un primo incontro online e sette appuntamenti, principalmente in presenza, di un'ora e mezza ciascuno. Gli incontri, condotti da ostetriche insieme a ginecologo, neonatologo, anestesista e psicologa. Il corso si svolge presso la Clinica Mangiagalli (via della Commenda 12) o il Consultorio Familiare (via Pace 15), con lo stesso programma. La prenotazione è consigliata tra la 20^a e la 24^a settimana di gravidanza, scrivendo a prenota.mangiagalli@policlinico.mi.it Nel Consultorio familiare di via Pace 15 ci sono spazi per incontrare altre mamme, condividere le esperienze della maternità e ricevere supporto per la gestione e cura del bambino, compresi incontri tematici sul sonno e l'allattamento
- **Ospedale Macedonio Melloni (zona 4)** Il corso di accompagnamento alla nascita prevede nove incontri di gruppo con l'ostetrica, affiancata da specialisti del percorso nascita come psicologa e anestesista. Il programma affronta gravidanza, travaglio, parto, allattamento, puerperio e rientro a casa, con alcuni appuntamenti dedicati anche ai futuri papà e un incontro di condivisione dopo la nascita. L'iscrizione va effettuata entro la 21^a settimana di gravidanza, fino a esaurimento dei posti, inviando una mail a accompagnamentonascita.melloni@asst-fbf-sacco.it



- **ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda (zona 9)** Il percorso di accompagnamento alla nascita inizia tra la 28^a e la 30^a settimana di gravidanza e comprende 8 incontri in presenza (7 con l'ostetrica e 1 con la psicologa) su gravidanza, parto, puerperio e allattamento. Gli incontri si svolgono nei consultori o in ospedale, con visita ai servizi del percorso nascita. Per il consultorio basta inviare una mail a consultori@ospedaleniguarda.it (senza impegnativa), mentre per il corso in ospedale serve l'impegnativa per "Training prenatale" (esenzione M99) e la prenotazione tramite i canali di Regione Lombardia. È attivo anche un programma di collaborazione tra Ostetricia e Psichiatria per il riconoscimento precoce dei segnali di depressione post-partum, e il progetto "Maternità fragili", uno sportello di sostegno psicologico per le donne e le coppie in condizioni di particolare fragilità durante la gravidanza.
- **Ospedale dei Bambini Vittore Buzzi (zona 8)** Corsi di accompagnamento, con un percorso pratico tenuto dalle ostetriche (6 incontri, comprensivi della visita alla sala parto) e con interventi di anestesista, neonatologo e psicologa. Sono previsti anche due incontri pomeridiani aperti ai futuri papà, dedicati alla genitorialità di coppia e all'esperienza del parto, e un incontro a cura dei vigili urbani sulla sicurezza in auto per gravide, puerpere e neonati. Per prenotazioni: **02 6363.5361**. E 'attivo il Servizio di Psicologia Clinica Perinatale, che affianca i futuri genitori durante gravidanza, parto e post-parto. È attiva una linea telefonica dedicata al sostegno dell'allattamento e all'assistenza nel puerperio



- **IRCCS Ospedale San Raffaele (zona 2)** Il corso di accompagnamento alla nascita prevede due modalità: online oppure in presenza (posti limitati), entrambe con accesso a una piattaforma digitale con contenuti su gravidanza, parto, allattamento e postparto. L'iscrizione può avvenire già dalle prime settimane di gravidanza; gli incontri (7 con ostetrica e psicologa) iniziano circa 2 mesi prima della data presunta del parto. Il corso online e quello in presenza includono momenti di confronto, con la partecipazione del partner e incontri su temi pratici ed emotivi della nascita. Per iscriversi iscrizione.corsonascita@hsr.it Per il post partum ci sono servizi di sostegno all'allattamento, supporto psicologico per eventuali fragilità emotive e percorsi di riabilitazione del pavimento pelvico.
- **Punto Nascita – Humanitas San Pio X (zona 9)** Gli incontri sono tenuti da specialisti (ostetriche, ginecologi, neonatologi, anestesisti, infermiere pediatriche e psicologhe) e affrontano temi come parto, dolore, alimentazione, esami e cambiamenti della gravidanza. Sono previste lezioni teorico-pratiche con confronto diretto con gli esperti e spazio per domande e dubbi. Per informazioni: corsopreparto@sanpiox.humanitas.it Per il post parto il percorso "Mama" comprende controlli pediatrici del bambino nei primi 12 mesi (crescita, sviluppo, ecografie, test e introduzione dei cibi solidi). Include consulenze su allattamento ("Mama che latte"), svezzamento e alimentazione ("Mama che fame") e gestione del sonno 0–2 anni ("Mama che sonno"). Sono previsti supporti specialistici con neonatologi e consulenze nutrizionali post parto per le neomamme.



- **Ospedale San Giuseppe – MultiMedica (zona 1)** Corso di accompagnamento alla nascita in presenza oppure online: otto incontri prima del parto e uno dopo la nascita, guidati dalle ostetriche con ginecologi, neonatologi, anestesisti, psicologhe e pediatri. Due appuntamenti sono dedicati anche ai futuri papà. Dopo il parto, l'ospedale offre anche diversi servizi di supporto, tra cui sostegno psicologico per la neogenitorialità e la depressione post partum, visite ostetriche a domicilio, riabilitazione del pavimento pelvico, consulenze nutrizionali e percorsi di osteopatia per mamma e neonato. L'iscrizione va effettuata entro la 27^a settimana di gravidanza (e comunque non oltre la 31^a) scrivendo a sportello.nascite@multimedica.it
- **Ospedale San Carlo Borromeo (zona 7)** Il corso si svolge in modalità mista, con sette incontri da circa 90 minuti che alternano lezioni teoriche in diretta online ed esercitazioni pratiche tramite video sempre disponibili. Il percorso comprende anche tre incontri con gli specialisti del percorso nascita – pediatra, anestesista e psicologa – oltre a contenuti digitali dedicati alla preparazione al travaglio, al parto e al rientro a casa con il neonato. Per iscriversi: corsinascitasancarloborromeo@asst-santipaolocarlo.it
- **Ospedale San Paolo (zona 6)** Il corso preparto si svolge interamente online, permettendo alle future mamme di seguire gli incontri a distanza con il supporto delle ostetriche del Punto Nascita. Dopo l'iscrizione, le partecipanti vengono contattate per ricevere il calendario e tutte le indicazioni per accedere alle lezioni. Per partecipare: corsonascitasanpaolo@asst-santipaolocarlo.it



- **Casa Maternità La Via Lattea (via Morgantini 14 zona7)** Percorso preparto di 10 incontri di due ore ciascuno, a partire dal settimo mese di gravidanza. Nove incontri sono in gravidanza, uno dopo la nascita di tutti i bambini del gruppo. Dei nove incontri in gravidanza quattro sono aperti in orario serale ai partner. Sono disponibili su richiesta anche percorsi per dei bisogni specifici, come per esempio la gravidanza gemellare. E dopo la nascita l'assistenza ostetrica nel puerperio prosegue anche a casa tua, con sostegno all'allattamento, alla cura del neonato e al tuo benessere nei primi giorni dopo il parto. Info: <https://www.casamaternita.it/>
- **Istituto La Casa (Via Pietro Colletta 31, zona 4)** organizza incontri e corsi di accompagnamento alla nascita gratuiti. I corsi e gli incontri proposti dal consultorio includono: Incontri di Accompagnamento alla Nascita (di solito 8 incontri tenuti da ostetriche e psicologhe); Prepariamoci ad allattare (per dubbi, posizioni e gestione dell'allattamento) e Diventare genitori: (online dedicati ai primi mesi insieme al bebè). <https://www.istitutolacasa.it/>
- **La Lunanuova (Via Luigi Settembrini, 3, zona 2)** Il corso di accompagnamento alla nascita è condotto da un'ostetrica. Alcuni incontri sono in presenza e altri online. Ampio spazio dedicato al lavoro corporeo. E trovi anche il Birth Preparation Course, 4 incontri una volta a settimana. Dopo il parto, ogni giovedì con un'ostetrica c'è il Gruppo di Condivisione e Allattamento. È uno spazio libero per confrontarsi, pesare il neonato e ricevere supporto su allattamento al seno o al biberon e cura del bambino. Possono partecipare anche le future mamme in gravidanza. <https://www.lalunanuova.it/>



- **Santagostino (diverse sedi in città)** Corsi preparto con l'Ostetrica pensati per confrontarsi con altri futuri genitori, creare gruppo e ricevere informazioni chiare sul momento del parto e del dopo parto. C'è poi il servizio ostetrico anche a domicilio sia nel pre sia nel post parto. E il trattamento psicologico rivolto a donne e/o coppie, per affrontare insieme difficoltà e fatica della fase pre-e post-natale, dalla gravidanza fino ai 2 anni (compresi) di età del bambino. <https://www.santagostino.it/>
- **Policentro Salute (via Leopardi 8, zona 1):** corso di accompagnamento alla nascita di 8 incontri, aperto alle coppie e organizzato il sabato mattina. Il percorso, rivolto alle donne dalla 24^a-25^a settimana di gravidanza, affronta temi come gravidanza, travaglio, parto, gestione del dolore, allattamento, rientro a casa, sonno e sessualità. Sono previsti anche esercizi pratici per prepararsi al parto e un incontro dopo la nascita. Il centro organizza inoltre corsi sulle manovre di disostruzione, sul primo soccorso pediatrico e su svezzamento e autosvezzamento. <https://www.policentrosalute.it>

OSTEOPATIA MATERNO-PEDIATRICA

SCOPRI I SUOI BENEFICI!

GRAVIDANZA

- Sollievo dai dolori della gravidanza
- Migliora la postura e la respirazione
- Prepara il corpo al parto.

POST-PARTO

- Recupero posturale e muscolare
- Riequilibrio del pavimento pelvico
- Sollievo da tensioni legate all'allattamento.

PER IL BAMBINO

- Supporto alla suzione e all'attamento
- Riduzione di tensioni craniche e cervicali (plagiocefalia e torcicollo miogeno)
- Sollievo da coliche, reflusso e disturbi del sonno.

CONTATTI:

+39 3402193409

Corso Lodi 83 (Ginkgo Estetica&Salute)
Via Maestri Campionesi 26 (Zoe Olistic)



Camilla

Osteopata specializzata nel
benessere di mamma e
bambino

**20% di SCONTO
RADIO MAMMA**



Salute per donne incinte, neo mamme e bebè: visite specialistiche, esami, ecografie, fisioterapia e osteopatia, aiuto psicologico

La salute in gravidanza e dopo il parto: a chi mi rivolgo per ecografie ed esami diagnostici, fisioterapia e osteopatia, visite specialistiche, osteopati, fisioterapisti, riabilitazione del pavimento pelvico, supporto psicologico e molto altro?

Oltre che negli ospedali, trovi aiuto presso i centri medici, poliambulatori e i professionisti premiati con il bollino familyfriendly di Radiomamma per accoglienza, servizi e accessibilità.

Nelle pagine che seguono ti raccontiamo i loro servizi e quelli di consultori privati in città.



Consultorio Cemp (zona 1)

Consultorio familiare privato laico storico per gravidanza, post-parto: ginecologia, ostetricia, nutrizione, ecografie



Ti accoglie così

Qui trovi durante la gravidanza e dopo aver partorito un'equipe di professionisti che offrono servizi medici, oltre che sociali, psicologici e legali.



Ti è utile per

Specialità per la salute: dermatologia, ginecologia, esperti di infertilità, nutrizione, osteopatia, ostetricia, pedagogia, psicologia, diagnostica per immagini.

In gravidanza: visite ginecologiche e colloqui con l'ostetrica; diagnosi prenatale; ecografie (anche 3D); valutazione del pavimento pelvico a partire dalla 24 settimana; sedute osteopatiche di preparazione del tessuto al parto.



Consultorio Cemp



Ti è utile per

Post parto: visite domiciliari con ostetrica; consulenza allattamento a domicilio o presso il consultorio; visite osteopatiche pediatriche a domicilio o presso il consultorio; riabilitazione del pavimento pelvico; supporto psicologico e consulenze pedagogiche



Ti risponde qui

Via Eugenio Chiesa, 1

- info@consultoriocemp.org
- www.consultoriocemp.org
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/consultorio-cemp>



La Cascina di Family District (zona 5)

Studio medico multidisciplinare dedicato alla salute della donna e del bambino



Ti accoglie così

Novità 2026. A settembre Family District apre **La Cascina di Family District in Via Ripamonti angolo Via Filippetti**. E ci sarà uno studio medico multidisciplinare per le mamme e i bambini.



Ti è utile per

Per la gravidanza e il post parto: Studio medico multidisciplinare dedicato alla salute della donna e del bambino, dove ostetriche e altri professionisti accompagneranno le famiglie attraverso visite e consulenze dalla gravidanza ai primi anni di vita.



Ti risponde qui

Via Ripamonti angolo Via Filippetti

- novepassi@familydistrict.it
- info@familydistrict.it
- www.familydistrict.it
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/family-district>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/novepassi>



Poliambulatorio Jenner 73 e Jenner Junior (zona 9)

Poliambulatorio medico e odontoiatrico per famiglie, con servizi medici per le future mamme e neomamme e per i neonati



Ti accoglie così

Al poliambulatorio medico e odontoiatrico creato nel 2011 da Farsi Prossimo Salute – Società Cooperativa Sociale ONLUS, socia del Consorzio Farsi Prossimo trovi visite mediche specialistiche, fisioterapia e odontoiatria per adulti e bambini, anche per le donne in gravidanza, dopo il parto e per i neonati



Ti è utile per

In gravidanza: tra le specialità trovi ginecologia e ostetricia

Gravidanza e post parto: osteopata che si occupa di mamme sia in gravidanza, che nella fase del post partum e osteopatia del neonato. L'osteopatia pediatrica è un approccio terapeutico non invasivo e privo di farmaci che si occupa del benessere del neonato sin dai suoi primi giorni. Attraverso manipolazioni estremamente dolci e leggere l'osteopata aiuta il corpo del bambino a ritrovare l'equilibrio naturale, eliminando le tensioni accumulate durante la vita intrauterina o durante il parto.



Poliambulatorio Jenner 73 e Jenner Junior



Ti è utile per

L'osteopatia può aiutare per disturbi del sonno e irritabilità; problematiche digestive; plagiocefalia (testa piatta) e difficoltà nell'allattamento (lavora sulle tensioni della bocca e del collo che possono rendere difficoltosa la suzione). Periodicamente organizzati per neogenitori, nonni e tate corsi di primo soccorso pediatrico, corsi di disostruzione, corsi di Massaggio neonatale, Incontri sullo svezzamento



Ti risponde qui

Viale Edoardo Jenner, 73

- 02 89919930
- info@poliambulatoriojenner.it
- info@jennerjunior.it
- <https://www.jennerjunior.it/>
- <https://www.poliambulatoriojenner.it/>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/poliambulatorio-jenner-73>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/jenner-junior>



Silvia Martinengo (zona 4)

Massoterapista e rieducazione posturale per tutta la famiglia a Milano con metodo Mézières- Bertelè



Ti accoglie così

Metodo Mézières- Bertelè anche per donne in gravidanza e neonati. Ti accoglie in uno studio accogliente come una casa. Tante piante, colori chiari e un montascale per superare i primi gradini nell'atrio.



Ti è utile per

In gravidanza, dopo il terzo mese: la rieducazione posturale secondo il metodo Mézières-Bertelè ha l'obiettivo di controllare il dolore muscolo scheletrico attraverso il rilassamento del tono muscolare: questo viene fatto per allungare le catene muscolari e riportare elasticità nei muscoli, riallineando la postura della persona. Questo è spesso necessario in gravidanza per l'insorgere di dolori per lo più alla schiena.

Per i neonati: possono essere adatti i trattamenti dal momento che servono ad aiutarlo ad acquisire una miglior postura: spesso infatti i neonati tendono ancora ad assumere posizioni "particolari" che ricordano la loro posizione nel grembo materno.



Silvia Martinengo



Ti risponde qui

Viale Umbria 83

- 3493320020
- silviag755@hotmail.com
- <https://www.instagram.com/studio.silvia.martinengo>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/silvia-martinengo>



Welcomed/Gepo (zona 1 e 4)

Centro polispecialistico per famiglie con specialisti e servizi dal pre parto e post parto



Ti accoglie così

Welcomed ha tre sedi a Milano e dal 2025 ha accolto nella propria famiglia GEPO, che da oltre 40 anni accompagna ogni famiglia dalla gravidanza ai primi anni di vita del bambino. E trovi diversi specialisti medici per tutte le necessità in gravidanza e dopo la nascita del bambino.



Ti è utile per

In gravidanza e nel post parto: Visite specialistiche con ginecologhe ed ostetriche prima durante e dopo il parto. Nella sede di Via Burlamacchi c'è anche il GEPO, realtà milanese che si occupa di gravidanza e dei primi anni del bambino con supporto allattamento. Per i neonati e i bambini c'è il pediatra e ci sono osteopati sia per i piccoli che per le mamme. Periodicamente sono in programma per neogenitori, nonni e tate corsi di primo soccorso pediatrico, corsi di disostruzione e corsi di Massaggio neonatale e incontri sullo svezzamento



Welcomed/Gepo



Ti risponde qui

Via Burlamacchi 1/A; Via degli Olivetani, 2A; Via Muratori 32

- info@centrowelcomed.it
- <https://www.centrowelcomed.it/>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/welcomed-burlamacchi>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/welcomed-olivetani>



Wome (zona 1)

Il primo hub in centro a Milano dedicato al benessere delle donne: beauty, fitness, salute. E c'è il kids park per i figli



Ti accoglie così

È pensato per le donne e mamme questo spazio multiservizi in zona Navigli/Corso Genova. Per farti prendere cura di te stessa, corpo e mente, senza dover incastrare tutto a fatica tra lavoro, figli e agenda piena. E ha servizi specifici per le donne in gravidanza e nel dopo parto e kids park anche per neonati



Ti è utile per

In gravidanza e nel post parto: Tra gli specialisti della salute in questo «rifugio del benessere» trovi **l'ostetrica e specialisti in trattamenti di massoterapia** in caso di dolori alla schiena che possono essere comuni in gravidanza (oltre ai massaggi rilassanti/drenanti. E poi c'è la **nutrizionista** (alimentazione in gravidanza/allattamento ed eventuale recupero post parto ma anche svezzamento) e **psicoterapeuta** (per supportare le neomamme nella gravidanza e dopo il parto).



Wome



Ti risponde qui

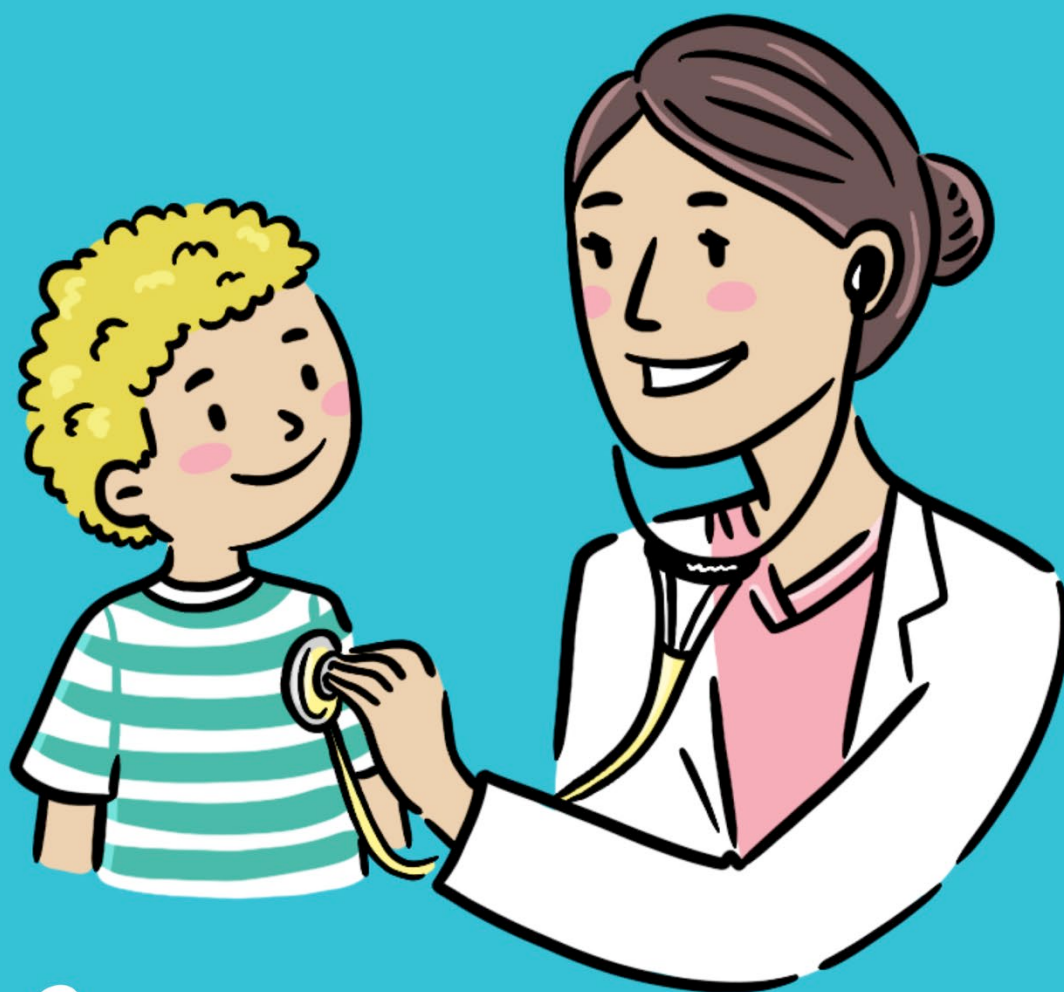
Via Conca del Naviglio 37

- 0238233058
- ask@wome.it
- <https://wome.it/it/>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/wome>



- **Santagostino Donna (via Larga 6, zona 1)** Centro del Santagostino pensato specificamente per la salute femminile. Durante la gravidanza c'è un percorso di accompagnamento con un team di ostetriche e ginecologi che seguono la donna dalla prima ecografia fino al post parto, incluse visite di controllo per monitorare la salute della madre e del feto, gestione di eventuali complicazioni e pianificazione del parto. Esami specifici come ecografia morfologica, translucenza nucale, ecografia 3D del feto e screening come il test del DNA fetale Panorama e Panorama Plus, oltre a un ambulatorio di genetica medica per le donne in attesa che vogliono fare il test sul sangue materno. C'è anche il servizio di ostetricia a domicilio e il supporto psicologico perinatale <https://www.santagostino.it/it/sedi/via-larga>
- **Policentro Salute (via Leopardi 8, zona 1)** Servizio di ostetricia che segue la donna durante la gravidanza, il parto e il puerperio, con visite ostetriche mensili che tracciano la situazione clinica della futura mamma. E dopo la nascita bambini e ragazzi sono seguiti da 0 a 18 anni da un team di pediatri e specialisti per prevenzione (visite regolari, vaccinazioni, controlli di crescita), cure specialistiche, assistenza in acuto e supporto alle famiglie. <https://www.policentrosalute.it>

PEDIATRI E CENTRI MEDICI A MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI



Corsi e attività per gestanti e genitore-bebè

Ci sono corsi e attività da fare durante la gravidanza e con il tuo bebè dopo il parto a Milano. Sono tantissime le proposte: dall'acquaticità in gravidanza e neonatale ai tour guidati con marsupio e carrozzina, dal pilates allo yoga, dalla psicomotricità con il tuo piccolo al circle time tra mamme per confrontarsi e conoscersi, dal cinema allattando alla musica da pochi mesi di vita...

Nelle pagine che seguono ti raccontiamo le proposte delle realtà premiate con il bollino familyfriendly di Radiomamma per accoglienza, servizi e accessibilità dedicate a donne incinte e neogenitori e quelle di alcuni altri enti privati.



David Lloyd Clubs Milano Malaspina (Peschiera Borromeo)

Il club alle porte di Milano immerso nel verde per sport e benessere di tutta la famiglia, a partire dalla gravidanza



Ti accoglie così

Ci sono percorsi e proposte per mamme in gravidanza e dopo il parto, anche con neonati e bambini in questo club per famiglie. A venti minuti dal centro di Milano, immerso in un grandissimo parco nel verde di Peschiera Borromeo, qui puoi entrare la mattina e uscire la sera, durante la settimana e nel weekend.



Ti è utile per

In gravidanza e nel post parto: C'è il percorso **Spirit pre e post natal** che unisce yoga, Pilates e meditazione per sviluppare forza, flessibilità e calma interiore. E per chi cerca un allenamento all'aperto, il club propone invece **Battlebox & Buggies**, un format pensato per accompagnare le diverse fasi della gravidanza e del post-parto. Guidati da istruttori specializzati "pregnancy aware", future mamme o con bambini fino a un anno e papà possono allenarsi e allo stesso tempo incontrare altre famiglie e condividere un momento di benessere insieme.



David Lloyd Clubs Milano Malaspina



Ti è utile per

Il **percorso Mum Club** offre un programma formato da diverse attività pensate per accompagnare le diverse fasi della maternità: dai mum & baby workouts ai momenti di me-time dedicati al relax e alla rigenerazione, fino a occasioni di incontro e condivisione. . Tutto questo si integra con le attività come Battlebox & Buggies, REBELS, le esperienze Spa & Wellness e la Female Health Series. Durante le attività del Mum Club, i bambini vengono accolti in uno spazio sicuro dove possono giocare e partecipare ad attività pensate per loro. **E trovi il progetto “Glow & Go Mums” di Francesca Ferragni:** un appuntamento mensile pensato per adattarsi ai ritmi reali della maternità e alla quotidianità delle partecipanti. Il format integra sessioni di padel, corsi di fitness, allenamenti outdoor e attività lifestyle, dando vita a un’esperienza dinamica, accessibile e coinvolgente.



Ti risponde qui

Via dello Sport, 1 20068 San Felice Peschiera Borromeo (MI)

- <https://www.davidlloyd.it/it-it/>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/david-lloyd-malaspina>



Family District/Novepassi (zona 1)

Centro per le famiglie con professionisti, percorsi e servizi per futuri e neogenitori



Ti accoglie così

La sinergia tra gli spazi di Family District, con la sua piscina interna e la Parents' Zone, e i professionisti di Novepassi, permette di accompagnare le famiglie prima, durante e dopo la nascita attraverso percorsi dedicati alla gravidanza, al parto e ai primi mesi di vita del bambino.



Ti è utile per

In gravidanza e nel post parto trovi diverse proposte di attività. C'è **Crescere Insieme**: incontri adulto + bambino dai 3 ai 12 mesi, con edizioni dedicate a mamme e speciali appuntamenti per papà. Un'opportunità di scoperta, uno spazio per esplorare materiali e linguaggi insieme alla propria figura di riferimento. Un percorso di crescita comune, guidati dall'esperienza di una puericultrice ed educatrice. Ci sono gli **Incontri Creativi**: incontri di psicomotricità adulto + bambino a partire dai 6 mesi fino ai 36 mesi.



Family District/Novepassi



Ti è utile per

Circle Time delle Mamme, per condividere momenti insieme dopo il parto; **Yoga in gravidanza**; incontri per neogenitori. E poi c'è **acquaticità in gravidanza e con i neonati**. La piscina interna di Family District propone corsi di acquaticità per bambini dai 3 mesi con un adulto di riferimento. La piscina offre inoltre percorsi di acquaticità per gestanti e acquafitness e corsi di acquaticità per bambini dai 3 ai 5 anni.



Ti risponde qui

Via Orti 18

- novepassi@familydistrict.it
- info@familydistrict.it
- www.familydistrict.it
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/family-district>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/novepassi>



Piscina Clorofilla (zona 1)

Vasca con acqua a 33 gradi a misura di famiglia, con corsi di nuoto con bebè e acquamotricità per gestanti



Ti accoglie così

La piscina a un passo da Corso Genova con l'acqua a 33 gradi, ideale per neonati, bambini, donne incinte e per chi deve fare riabilitazione; con corsi in piccoli gruppo (massimo 8 per gli adulti e 6 per i piccoli); con una vasca che non intimorisce, profonda 1.20 metri e illuminata di luce naturale. E con la flessibilità di orari che serve a una famiglia e negli spogliatoi trovi fasciatoi e lettini.



Ti è utile per

In gravidanza e nel post parto Per le future e neomamme ci sono diverse proposte. C'è l'**acquamotricità gestanti**, con esercizi semplici che alleviano la tensione muscolare e dorsale e che danno sollievo a schiena e gambe. C'è l'**acqua fitness**, con cui tonificare braccia, addome, pancia e glutei accompagnati dalla musica. C'è il **corso di acqua dolce**, che in vasca propone esercizi a bassa intensità per il controllo della postura e per migliorare la mobilità articolare.



Piscina Clorofilla



Ti è utile per

Dopo il parto, con i neonati ci sono i corsi di acquaticità genitori-figli dai 3 ai 36 mesi. Entri in vasca con mamma o papà scoprendo e rafforzando, attraverso l'acqua, un legame molto speciale. Lo spogliatoio qui è pensato come una "palestra" per sviluppare autonomia e autostima anche nei nuotatori più giovani: asciugacapelli, specchi, armadietti e docce sono ad altezza bimbo e per i genitori che entrano in acqua con i neonati ci sono lettini e fasciatoi dedicati.



Ti risponde qui

Via Daniele Crespi 14

- piscina@nidoscuolaclorofilla.it
- <http://www.piscinaclorofilla.com>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/piscina-clorofilla>



Pistacchio Family Space (zona 9)

Spazio per famiglie con servizio alternativo al nido, laboratori creativi, workshop, eventi, feste e incontri per genitori



Ti accoglie così

Uno spazio polifunzionale a misura di genitori e bimbi da 0 a 10 anni. Qui si viene accompagnati nel viaggio dell'essere genitori, con un sostegno alla genitorialità. Ingresso da un cortile interno, salottino per gli adulti all'entrata e poi sale, salette e saloni per le varie attività e un ampio giardino. Ampio, luminoso, il colore predominante è il verde e tutto è a tema bosco, con un grande tronco nella sala principale dal quale parte un percorso sopraelevato con uno scivolo.

Qui tutto è pensato a misura non solo di bambino ma dell'intera famiglia.



Ti è utile per

Spazio per neogenitori (0-8 mesi). Trovi un luogo dove sentirti accolto, rallentare per un momento e condividere questo percorso con altri genitori, davanti a una buona tazza di caffè o a una tisana. E mentre i grandi si concedono uno spazio di confronto e condivisione, i più piccoli potranno vivere le loro prime esperienze sensoriali, esplorando il mondo attraverso il gioco, il movimento e i primi momenti di



Pistacchio Family Space



Ti è utile per

tummy time, preziosi per la loro crescita. Il Lunedì ore 10.00-11.30 da settembre 2026 a giugno 2027.

Sportello pedagogico. Spazio di confronto su tematiche educative per genitori con la dott.ssa Marta Domante, pedagoga. Attraverso incontri conoscitivi e percorsi personalizzati, accompagna i genitori nella ricerca di strategie equilibrate e adatte alla loro realtà, senza imposizioni o formule preconfezionate.



Ti risponde qui

Via dell'Aprica, 16

- pistacchiofamilyspace@gmail.com
- <https://www.pistacchiofamily.it/>



Tomorò (zona 4)

Lo spazio psicomotorio che coccola mamme e bambini dai 2 mesi agli 8 anni



Ti accoglie così

Un luogo accogliente, a misura di bambino dove gli spazi sono appositamente studiati per consentire attività sicure e stimolanti fin da piccolissimi. Trovi un'ampia sala dedicata alla psicomotricità e diverse proposte per i neogenitori con i loro piccoli, per iniziare il percorso genitoriale e affrontare i primi anni.



Ti è utile per

Dopo il parto: Sono tante le proposte per le famiglie con i loro piccoli condotti da psicomotricista e puericultrice. C'è **Tummy Time e il cerchio delle mamme**, un momento di incontro e confronto tra chi è appena diventato genitore; **4...2 dal Gattonamento ai primi passi** per supportare il bambino nell'avvicinamento al cammino; a **piccoli passi insieme:** percorso bisettimanale di arte e psicomotricità (12/36 mesi) e **legami in gioco** (12/36 mesi), psicomotricità mamma – bambino



Tomorò



Ti risponde qui

Viale Lazio 26

- info@tomoro.it
- <http://www.tomoro.it>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/tomoro>



Waam Tours (tutta la città)

Visite guidate speciali a Milano per neogenitori con marsupio e carrozzina al seguito



Ti accoglie così

Quattro compagne di Università, quattro professioniste e un'idea nuova. WAAM sono Giulia ed Elena (esperte in didattica museale), Federica (insegnante di Storia dell'arte in un Liceo) e Veronica (guida turistica). Walk Alternative Art Milan, Waam, non propone semplici visite per la città, ma veri e propri eventi culturali sempre nuovi e alternativi, con uno sguardo a 360 gradi sull'arte, l'architettura, la storia e il design. E oltre alle proposte per bambini, ragazzi, genitori, nonni e classi, ci sono le proposte per neogenitori.



Ti è utile per

Visite speciali di Milano per neogenitori. Sono tour da fare con carrozzine/marsupi/fasce etc. Un modo per scoprire Milano con altri genitori e fare amicizia tra neogenitori. Tour per neogenitori da Isola e Porta Nuova: Dai grattacieli di Porta Nuova alla street art dell'Isola, fino alle antiche fonti di Santa Maria alla Fontana: una passeggiata alla scoperta di una Milano che unisce innovazione, arte urbana e storia.



Waam Tours



Ti è utile per

Tour per neogenitori a Citylife: Un percorso tra le architetture iconiche di CityLife, il parco e le sculture di ArtLine Milano, alla scoperta di una Milano contemporanea fatta di arte, natura e spazi urbani pensati per le famiglie.



Ti risponde qui

- waamtours@gmail.com
- <https://waamtours.com/>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/waam-tours>



Wome (zona 1)

Il primo hub in centro a Milano dedicato al benessere delle donne: beauty, fitness, salute. E c'è il kids park per i figli.



Ti accoglie così

Un unico spazio multiservizi, in zona Navigli/Corso Genova, creato per donne e mamme. Qui puoi prenderti cura di te stessa, del corpo e della mente (anche in gravidanza e nel post parto). E mentre ti dedichi a te, i tuoi bambini, anche i più piccoli, neonati compresi, hanno a disposizione il kids park.



Ti è utile per

In gravidanza e nel post parto: Trovi quello che ti serve per stare bene: allenamento, relax e cura del corpo. Oltre all'area medica c'è infatti l'area fitness, dove puoi fare ginnastica specifica per la gravidanza e post parto anche con un focus sul pavimento pelvico. C'è poi spazio al relax e beauty: massaggi rilassanti, cerette e tecnologie estetiche avanzate per rassodare, illuminare, rigenerare, mini-spa con sauna e bagno turco. E tra i percorsi integrati, costruiti sulle tue esigenze, c'è quello pre e post-natale e remise en forme. Ogni percorso combina più discipline: estetica, fitness, supporto psicologico, nutrizione. Non "fai una cosa", ma ti occupi di te stessa a 360 gradi.



Wome



Ti risponde qui

Via Conca del Naviglio 37

- 0238233058
- ask@wome.it
- <https://wome.it/it/>
- <https://www.radiomamma.it/spazi-servizi-per-famiglie-milano/wome>



- **Milanosport (tutta la città)** Acquaticità in gravidanza per le future mamme alla Piscine Bacone, alla CS MURAT e alla piscina Quarto Cagnino. Nuoto Neonatale: corso di 30' dai 4 mesi ai 2 anni per aiutare lo sviluppo motorio e relazionale del neonato. Nuoto Family: corso di 30' per bambini di età compresa tra i 2 e i 4 anni con il supporto di un familiare www.milanosport.it
- **Piscina Colonna (zona 1)** Corsi di acquaticità per neonati dai 4 ai 36 mesi, divisi per fasce di età. Il corso di Aquababy è monosettimanale, ha una durata di 30 minuti e si svolge in una vasca profonda 1,20 m riscaldata <https://www.piscinacolonna.it/>
- **Accadueò Club (zona 4)** Corso di Acquaticità Neonatale a partire dal 3 mese di età. Si partecipa insieme a un genitore e l'acqua è a 32°. I corsi vengono suddivisi in fasce d'età: 3-6 mesi 7-14 mesi 15-23 mesi 24-36 mesi. Le lezioni hanno una durata di 30 o 45 minuti. Ci sono poi i corsi di Ginnastica in acqua per gestanti, già a partire dal terzo mese di gravidanza. Sempre in acqua riscaldata a 32° con l'ausilio di piccoli attrezzi e galleggianti. <https://accadueoclub.it/>

•



- **Piscina Miele (zona 9)** Corso di acquaticità neonatale per gruppi da massimo 5 neonati accompagnati da un genitore. I gruppi sono suddivisi per fasce di età (3-10 mesi, 11-20 mesi, 21-36 mesi). E trovi il corso di Acqua Gestanti nasce proprio per preparare le donne al parto attraverso esercizi di respirazione e di rilassamento. Le lezioni hanno una durata di 45 min. <https://mieleonline.it/>
- **Aquamore Bocconi Sport Center (zona 5)** Corso di Gravidanza in Acqua, dedicato alle donne incinte e dai 3 mesi di vita, per i bebè, accompagnati in acqua da un genitore e un istruttore, inizia l'Aquaticità con i corsi "Biberon" e "Family" di 30 minuti. La Scuola Nuoto, coordinata e gestita da istruttori FIN, parte dai 3 anni. Agli spogliatoi si accede con una grande ascensore, un sollevatore per persone con disabilità aiuta l'accesso in acqua e istruttori specializzati seguono bimbi e ragazzi con fragilità individualmente. <https://www.aquamore.it/bocconisportcenter/it/home/>
- **Cinemamme (zona 1)** La rassegna cinematografica dell'Anteo Palazzo del Cinema (via Milazzo 9, Milano) pensata per neomamme, neopapà e neonati/bambini fino a 18 mesi, con sala a "pianto libero", volume basso, luci soffuse, area nursery e possibilità di allattare in sala. Le proiezioni sono la mattina. <https://www.spaziocinema.info/>



- **Aigam (tutta Milano)** Associazione Italiana Gordon per l'Apprendimento Musicale è l'associazione ufficialmente riconosciuta da Edwin E. Gordon per l'insegnamento della Music Learning Theory in Italia. I corsi sono rivolti ai bambini secondo fasce d'età specifiche: Musicainfasce® rivolto a bambini da 0 a 36 mesi e Musica inAttesa® per mamme in gravidanza. Per trovare i corsi vicini a te cerca su <https://aigam.it/aigam-formazione-musicisti/>
- **Muba (zona 1)** Neo Genitori e Bambini in Gioco è un'attività pensata per i neo genitori e i loro bambini tra i 4 e i 12 mesi. È pensata come un momento di relazione tra genitori e bambini attraverso il gioco. Le attività sono a orari fissi e a numero chiuso, fino a esaurimento posti MUBA. Il programma viene comunicato mese per mese, e a fine mese escono i biglietti per il mese successivo <https://muba.it/>
- **Mitades (zona 8):** Associazione di promozione sociale si occupa di famiglie con spazi educativi, corsi per bambini, adulti e donne in gravidanza e servizi per genitori. Qui trovi diverse proposte per futuri e neogenitori: AperiPa (percorsi per i papà), doula a domicilio, Cantami o mamma (per genitori e bambini 0-12 mesi), corso di massaggio infantile, CullaMi (incontri per neomamme e donne in gravidanza). E poi progetti territoriali come Spazio Mamme a Quarto Oggiaro e Close2Mi per neogenitori nel Municipio 9... <http://www.mitades.it/>

FISIOTERAPIA E RIABILITAZIONE BAMBINI MILANO



GUIDA SALUTE PER GENITORI