

## Reggio Emilia

**Coronavirus, tanti consigli utili di “autocura”, corsi pre e post parto in videoconferenza e un supporto ai genitori da parte del Centro autismo. I servizi a distanza della sanità reggiana**

Un vero e proprio [programma di autocura](#) on line rivolto sia alle persone in salute alle prese con dolori muscolari e articolari dovuti alla mancanza di movimento in questi giorni di permanenza forzata entro le mura domestiche, quanto ai pazienti con patologie compresi quelli usciti dai reparti Covid.

E' quello messo a disposizione sul proprio sito dall'**Azienda Usl di Reggio Emilia** nei giorni del lockdown. Diversi i video curati da fisioterapisti della struttura con esercizi da effettuare in tranquillità e sicurezza presso la propria abitazione.

Ma non solo. Per non lasciare sole le future neo mamme, sono partiti i [corsi pre e post parto online](#) in videoconferenza. Tutte le donne della provincia di Reggio Emilia che avevano fatto richiesta di poter partecipare a un corso dal vivo vengono dunque contattate telefonicamente dalle ostetriche per poter aderire a questa modalità alternativa, con la partecipazione di psicologi, neonatologi e pediatri di libera scelta. Il tutto in **piccoli gruppi** per favorire l'interazione tra le partecipanti e la continuità assistenziale.

Un'opportunità che si accompagna alle “[pillole di accompagnamento al parto](#)” anch'esse disponibili on line e alle tante indicazioni e informazioni fornite dalla nuova app “**Non da sola**”, realizzata dalla Regione e scaricabile gratuitamente, per accompagnare la donna –e la coppia– in tutto il percorso: dalla gestazione ai mesi successivi alla nascita del bimbo.

Gli operatori del **Centro autismo** hanno raccolto e messo a disposizione per i genitori tanto [materiale utile](#) - giochi cognitivi, motricità, comunicazione e linguaggio, emozioni - per gestire al meglio questa fase di isolamento domiciliare.