

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

Envía nombre y apellidos, teléfono o e-mail de contacto a:
amamantarasturias@hotmail.com
(datos con el fin de inscripción en el curso, tratados según la LOPD)

Si tienes alguna duda, llama al:
648 711 035 (Araceli)

Toda la información sobre los talleres y el calendario de sesiones se publicará en nuestra web:
www.amamantarasturias.org



Espacio de Intercambio de Experiencias en Crianza



Organiza:

Asociación de mujeres de apoyo a la lactancia materna, **Amamantar**



Colabora:

Principado de Asturias



Actividad gratuita. Sábados de octubre, noviembre y diciembre

Espacio de intercambio de Experiencias en Crianza



El objetivo del proyecto es compartir experiencias e información entre mujeres y hombres sobre la crianza de sus hijos e hijas, especialmente en su primera infancia, además de crear una red de apoyo entre las personas participantes. Contando con una persona conductora, experta en los temas a tratar, intentaremos crear un espacio de intercambio de nuestras inquietudes y refuerzo de nuestras habilidades e instintos.

Las sesiones se celebrarán los sábados en horario de 11.30 a 13.30 en EL CENTRO MUNICIPAL DE LOS CANAPÉS (C/ De la Concordia 1, Avilés)

Fechas: sábados 5, 12, 19 y 26 de noviembre, 3, 10 y 17 de diciembre.

Actividad gratuita, con inscripción previa. Podrán inscribirse 1 ó 2 miembros de cada unidad familiar que pueden asistir a la totalidad de las sesiones o a parte de ellas.

Se puede acudir a las sesiones con bebés y niños-as.



Temas que trataremos:

Habrán dos sesiones impartidas por Esther Tomás, fisioterapeuta obstétrica y madre de 2 hijos.

- Embarazo y nacimiento
- Puerperio y masaje infantil: recuperación del suelo pélvico

(Para participar es recomendable traer esterilla o toalla)



Sesiones abiertas

En éstas la persona conductora dinamizará el grupo, proponiendo temas para tratar o dando paso a cualquier otro que sea de interés para las personas participantes. Algunos ejemplos de temas tratados en la edición anterior son:

- Transformación en la pareja con el nacimiento de los hijos-as
- Lactancia y alimentación en la primera infancia
- Salud y cuidados en la primera infancia
- Etapas del desarrollo infantil. La importancia del sueño y del contacto físico
- Inquietudes en cuanto a crianza: ¿hasta cuándo en brazos?, ¿hasta cuándo los pañales?, llantos y rabietas, celos, mentiras y miedos.
- Juego de los niños y niñas



En la primera sesión trataremos de dejar establecidos los temas y fechas en las que se tratarán, no necesariamente los aquí propuestos, sino aquellos que el grupo decida.

