

III ENCUENTRO SOBRE EMBARAZO, PARTO Y POSTPARTO

"EMOCION Y CUERPO"

En Gijón, el día 22 de Noviembre de 2008 en el Centro Municipal Integrado de El Llano. C/ Río de Oro Nº 37

HORARIO:

- 09,30: ■ **Inauguración del encuentro.**
por Doña María Fernández Campomanes, Directora del Instituto Asturiano de la Mujer y Doña Begoña Fernández, Concejala de Políticas de Igualdad.
- 10,00 - 10,45 ■ **Cómo prepararnos para la vivencia del parto: Confianza y acompañamiento.**
Esther Tomás. Fisioterapeuta obstétrica y neurológica.
- 10,45 - 11,30 ■ **Cuidándonos en el postparto.**
Mónica Álvarez. Fisioterapeuta obstétrica y uroginecológica.
- 11,30 - 12,00 ■ **Descanso**
- 12,00 - 13,00 ■ **Gestar, parir y amamantar, experiencias vitales y saludables: Mis experiencias como matrona y madre. Que no nos separen de nuestras criaturas.**
Blanca Herrera. Matrona.
- 13,00 - 13,30 ■ **Música Mantra y Canto Carnático, para acompañar el parto.**
Rosa Zaragoza. Cantante.
- 13,30 - 14,00 ■ **Preguntas, coloquio**
- 14,00 - 16,00 ■ **Se ofrecerá lunch**
- 16,00 - 18,00 ■ **Cuento de mujeres y fin de fiesta con Rosa Zaragoza (llevar faldas vaporosas).**
- 18,00 - 19,00 ■ **"Los cuentos de la luna" para niños y niñas.**

El embarazo, parto y postparto son momentos muy importantes en la vida de una mujer. Los cambios físicos, psicológicos y emocionales provocados, pueden producirnos inseguridades y miedos, de ahí la importancia de conocerlos para vivir esta etapa de una manera mas natural y segura. Estas charlas pretenden dar unas indicaciones sobre el porqué de esos cambios y que podemos hacer para vivir esos momentos en plenitud.

La inscripción, puedes realizarla por correo postal o email, haciendo contar : nombre, apellidos, dirección, email, profesión, si acudes con niños (edades), si estás embarazada, y si deseas acudir al lunch del mediodía

Habrà servicio de guardería de forma gratuita y en una dependencia próxima, los más pequeños pueden permanecer con sus padres durante las charlas.

Plazas limitadas. Actividad gratuita

Con la participación
de la cantante Rosa Zaragoza
(autora de la "Rumba de las madres")

Con la colaboración:



Ayuntamiento
de Gijón

Concejala de Políticas de Igualdad.



Ayuntamiento
de Gijón

CENTRO MUNICIPAL INTEGRADO
EL LLANO



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS

INSTITUTO ASTURIANO DE LA MUJER

Organiza:



Para más información y envío datos inscripción:
Móvil: 647 801 030
www.amamantarasturias.org
amamantarasturias@hotmail.com
C/ Laurel Nº 12 Bajo Avilés 33460

Apoya:

