



Taller d'EDUCACIÓ MATERNAL

El procés de l'embaràs, el part i el postpart comporta una sèrie de canvis a nivell emocional, físic i psicològic, tant en la dona com en la parella

Les sessions d'educació maternal, dirigides per la llevadora del centre, tenen com a objectiu donar a les futures mares els coneixements i habilitats per viure aquests canvis d'una manera sana i satisfactòria.

En aquestes sessions es donaran coneixements teòrics, com també es realitzarà una preparació física de preparació al part mitjançant exercicis específics pèlvics, incloent tècniques de respiració i relaxació.

Horari

Dilluns de 17.00h a 19.00h

Dimarts de 17.30h a 19.30h

Dimecres de 11.00h a 13.00h

Més informació al taulell del ASSIR o consulti a la seva llevadora