

GRUPO DE APOYO “Primeros pasos”

Nuevas sesiones teórico-prácticas coordinadas por las matronas del centro.

Dirigidas a mamás y bebés que han nacido en el Hospital General de Villalba, con posibilidad de venir acompañadas por una persona de referencia.

Lugar: Hospital General de Villalba

Aula de docencia 2 (segunda planta, dirección salón de actos)

Fecha: Se organiza 4 veces al año, en los meses de Enero, Abril, Julio y Octubre. Cada grupo comprende 4 sesiones consecutivas, que se imparten de forma semanal, los jueves de 10 a 12 horas.

Para inscribirte puedes ponerte en contacto con el teléfono **609 789 055** o solicitar tu cita al alta de la maternidad. Gratuito

Grupo Enero 2018	Grupo Abril 2018	Grupo Julio 2018	Grupo Octubre 2018
11/01	05/04	05/07	04/10
18/01	12/04	12/07	11/10
25/01	19/04	19/07	18/10
01/02	26/04	26/07	25/10



Temas a abordar:

1ª SESIÓN: Recuperación en el puerperio:

- Fisioterapia de Suelo Pélvico.
- Gimnasia postparto con el bebé.
- Sexualidad y anticoncepción.

2ª SESIÓN: Incorporación al trabajo:

- Extracción y almacenamiento de leche materna.
- Introducción a la alimentación complementaria.
- Porteo Infantil.

3ª SESIÓN: Primeros Auxilios

- Reanimación Cardiopulmonar Básica.
- Manejo de emergencias en el hogar.
- Prevención de los accidentes más comunes en niños.

4ª SESIÓN: Vínculo afectivo

- Apego.
- Masaje Infantil (Shantala).