

ABRIL

SÁBADO 6

TALLER DE MUSICOTERAPIA PARA BEBÉS

Carla Navarro, musicoterapeuta especializada en música para bebés ha desarrollado el proyecto "Música para Nacer y Crecer" donde combina musicoterapia, canto prenatal y la Music Learning Theory.

Niños y niñas descubrirán patrones melódicos y rítmicos, el movimiento del cuerpo; fomentando la creatividad, el aprendizaje de contrastes y el respeto mediante la experimentación y el juego.

Taller de 0 a 2 años: **11 a 11:45 horas en Aquagraria**

Taller de 2 a 4 años: **12 a 12:45 horas en Aquagraria**

* Formalización de inscripciones y más información en info@aquaria.com o 876 637 603

VIERNES 12

6 de la tarde en Aquagraria

CLAVES PARA VIVIR UNA MATERNIDAD/PATERNIDAD FELIZ*

Miriam Tirado, periodista y blogger nos hablará de ser madre/padre en el siglo XXI

- ¿Qué es ser madre?
- ¿Cuándo empieza la maternidad/paternidad?
- Dificultades y conflictos.
- Expectativas y decepciones.
- Los enemigos de la crianza respetuosa.
- Consejos para poder criar fácilmente y felizmente.

* Se ofrecerá Servicio de Ludoteca previa inscripción. Más info. info@aquaria.com o 876 637 603

MAYO

MIÉRCOLES 8 Y 15

5,30 a 7 de la tarde

MASAJE INFANTIL

El masaje de rutina puede ayudar a conectarte con tu bebé y tiene fabulosos beneficios para el desarrollo. Celeste Ciudad mostrará cómo hacerlo.

* Formalización de inscripciones y más información en igualdad@aytoejea.es o 976 67 75 37



Encuentros dirigidos a familias embarazadas o con bebés de 0 a 24 meses y a personas a quienes por profesión o inquietud puedan interesar algunas de las sesiones.

Embarazo, parto, posparto y los primeros dos años de crianza son momentos vitales para la salud de las nuevas familias en general y de las mujeres y bebés en particular, por ello con estas sesiones pretendemos cuidar de su bienestar durante esta etapa y ofrecerles la mejor de las programaciones.

Servicio Municipal de Igualdad

Paseo del Muro 22-24
1ª planta Centro Cívico de Ejea
Contacto 976 67 75 37
976 67 74 74 Ext.- 1405
igualdad@aytoejea.es
@igualdadejea



ESPACIO MUNICIPAL DE APOYO AL EMBARAZO, PARTO Y CRIANZA "CON MI BEBÉ EN BRAZOS"

Programación Enero/Mayo 2019



PROGRAMA ENERO-MAYO 2019

ENERO

MIÉRCOLES 30

5,30 a 7 horas en Espacio “Con mi bebé en Brazos”
QUÍTATE LA VENDA, SE LO MERECE

La psicóloga **María Romeo** abordará la siguiente temática:

- ¿Qué le pasa a mi hijo/a?
- Mi hija/o no hace lo mismo que los demás.
- No quiero que la gente sepa que es distinto/a a los demás.
- ¿Con quién puedo hablar de lo que siento?
- Discapacidad = Miedo
- Cómo explicar la discapacidad

*Más información en igualdad@aytoejea.es o 976 67 75 37

FEBRERO

MIÉRCOLES 6

5,30 a 7 horas en Espacio “Con mi bebé en Brazos”
EL DUELO SILENCIADO

Todas/os empatizamos cuando alguien sufre una pérdida; sabemos el dolor que se siente cuando alguien pierde a un ser querido, sabemos que esa persona necesitará su tiempo, su espacio y sobre todo, el apoyo de su entorno más cercano. Sin embargo, hay un tipo de duelo que muchas veces pasa desapercibido, un duelo que es probable que alguien cercano a ti haya vivido y tú ni siquiera te hayas enterado.

Paz Benedí (terapeuta transpersonal y facilitadora desde 2005 del grupo de ayuda al duelo Osiris), nos hablará de duelo gestacional y perinatal, de cuando se trunca la ilusión de la maternidad y la paternidad.

*Más información en igualdad@aytoejea.es o 976 67 75 37

MIÉRCOLES 13

5,30 a 7 horas en Espacio “Con mi bebé en Brazos”
LA FAMILIA. UN SISTEMA QUE NECESITA SANAR PARA CRECER

Olga Ara y **Wilmer Ruiz**, trabajadora social y sociólogo respectivamente, compartirán los aspectos claves del enfoque familiar sistémico para el acompañamiento y el crecimiento con familias.

MIÉRCOLES 20

5,30 a 7 horas en Espacio “Con mi bebé en Brazos”
RECUPERACIÓN SUELO PÉLVICO

Eva M^a Tobías, experta en cuidado íntimo de la mujer, dará a conocer distintas ayudas para la recuperación y fortalecimiento del suelo pélvico, la mejora de cicatrices internas, pérdida de orina, sequedad...

*Más información en igualdad@aytoejea.es o 976 67 75 37

MIÉRCOLES 27

5,30 a 7 horas en Espacio “Con mi bebé en Brazos”
SEXUALIDAD Y PA-MATERNIDAD

El nacimiento de un hijo/a es un acontecimiento que pertenece a la esfera sexual de la mujer. Es importante que sepamos que al igual que va a cambiar nuestra vida, nuestras rutinas, el plano sexual también va a cambiar, pero esto no es algo negativo.

La matrona **Celia Navarro Gil** nos contará qué es lo que más influye a la hora de vivir nuestra sexualidad.

*Más información en igualdad@aytoejea.es o 976 67 75 37

MARZO

MIÉRCOLES 6

5'30 a 7 horas en Espacio “Con mi bebé en Brazos”
NUTRICIÓN FÍSICA Y EMOCIONAL

Susana Aznar Roche, naturópata alimentaria, nos ofrecerá herramientas para aumentar tu energía vital y nutrirte mejor, en fases tan importantes como el embarazo, el puerperio y crianza

*Más información en igualdad@aytoejea.es o 976 67 75 37

MARTES 12

5,30 a 7 horas en Espacio “Con mi bebé en Brazos”
PORTEO Y MOCHILAS ERGONÓMICAS

Aprende a portear a tu bebé y sus beneficios, Además, **Noemí Bordonaba** de TEO y LEO, nos mostrará los distintos tipos de mochilas ergonómicas que existen.

*Más información en igualdad@aytoejea.es o 976 67 75 37

VIERNES 22

6 de la tarde en Aquagraria
ENTRE TU PEDIATRA Y TÚ, charla con Carlos González

Carlos González, pediatra y autor del famoso libro “Bésame mucho” expondrá las principales preocupaciones, inquietudes y agobios que madres y padres tienen durante la crianza.

*Se ofrecerá Servicio de Ludoteca previa inscripción. Más info. info@aquaria.com o 876 637 603

VIERNES 29

6 de la tarde en Aquagraria
“SOMOS (o vamos a ser) MAMÁ Y PAPÁ, PERO TAMBIÉN PAREJA” *

Mamen Jiménez, más conocida como la Psicomami ofrecerá soluciones y consejos prácticos para superar los baches con humor, y seguir cuidando la relación de pareja en esta nueva etapa. Porque como bien dice: “Hay que buscar un momento para los dos, en el que el rol de pareja esté activo, y no el de ‘mami’ o ‘papi’. La pareja se retroalimenta de lo que hacemos, decimos y vivimos, y si no la mimamos se extingue”

*Se ofrecerá Servicio de Ludoteca previa inscripción. Más info. info@aquaria.com o 876 637 603

SÁBADO 30

5 de la tarde en Aquagraria
TALLER DE MAGIA EN FAMILIAS

Taller coordinado por los magos de **Sótano Mágico** de Zaragoza quienes introducirán a niños, niñas y familias en el mundo de la magia.

* Formalización de inscripciones y más información en info@aquaria.com o 876 637 603