



CLASSES PRE-PART

HORARI	15:30 a 16:30h i 16:30 a 17:30h
<u>CLASSES GIMNÀSTICA</u> Fisioterapeuta especialista en sòl Pelvià: Jennifer Blanco	Benvinguda i regal d'inici. Treball emocional de l'embaràs i del part (expectatives de les participants VS frustracions, com ens afecten les hormones i els canvis fisiològics..).
<u>1 CLASSE</u> Psicòloga: Núria Corrales	Benvinguda i regal d'inici. Treball emocional de l'embaràs i del part (expectatives de les participants VS frustracions, com ens afecten les hormones i els canvis fisiològics..).
<u>2 CLASSE</u> Llevadora: Ainoa	Tipus de parts, símptomes d'inici del part, fases del part, anestesia epidural... Preparació de la bossa per l'hospital. Saber distingir quan anar, detectar possibles problemes, saber identificar quan comença el treball de part.
<u>3 CLASSE</u> Llevadora: Ainoa	Tipus de parts, símptomes d'inici del part, fases del part, anestesia epidural... Preparació de la bossa per l'hospital. Saber distingir quan anar, detectar possibles problemes, saber identificar quan comença el treball de part.
<u>4 CLASSE</u> Psicòloga: Núria Corrales	Dia del part, ansietat i/o pors anticipatòries, tècniques respiratòries i de concentració per la fase d'expulsió. Relaxació- Mindfullnes.
<u>5 CLASSE</u> Infermera pediàtrica: Eva Planes	Cures bàsiques del bebè (pell amb pell, còlics, banys, dormir, massatges, cordó umbilical,
<u>6 CLASSE</u> Infermera pediàtrica: Eva Planes	Alimentació del bebè (lactància materna VS artificial, tècniques d'alletament, extracció de llet, preparació de biberons)

Si estàs interessada pots reservar la teva plaça enviant un correu electrònic amb les teves dades personals (incloent el nom de la mútua si en tens) a: **recepccioE@creugroga.com**