

Memoria 2015



Amamanta Benaguasil

El taller de Benaguasil ha estado muy activo durante el 2015. La participación ha sido bastante numerosa, con una media de entre ocho y diez mamás.

Desde finales de mayo Ester García ha sido nuestra matrona, la cual nos ha ayudado muchísimo a todas las que hemos estado participando en el taller, transmitiéndonos todo su saber y experiencia, salvando muchas lactancias que han estado pendiente de un hilo.

También la ayuda de Virginia y Vicky, nuestras asesoras, ha sido fundamental para muchas mamás para iniciar este precioso camino, las cuales se han visto apoyadas por ellas en todo momento.

Además, desde septiembre ha estado con nosotras Lidón, estudiante de psicología que está realizando las prácticas en nuestro taller. También tenemos que agradecerle su apoyo por ayudarnos en lo que a la parte psicológica se refiere, la cual tan a menudo flaquea en los inicios de la maternidad.

Actualmente nos encontramos en una situación un poco inestable. De momento estamos sin matrona y tanto Virginia como Vicky, nuestras asesoras, por motivos personales no pueden venir ya al taller. Las mamás que estábamos asistiendo desde junio continuamos acudiendo todos los jueves y nos apoyamos entre nosotras, ayudando en la medida de lo posible a las nuevas madres que deciden comenzar con la lactancia. También estamos teniendo la ayuda de Araceli Soler, la coordinadora del taller de Benissanó, que suele venir algún día al nuestro, lo cual es de agradecer porque en ocasiones algunos temas se nos escapan. Esperamos que esta situación se solucione pronto y nos envíen una matrona que nos pueda orientar cuando lo necesitemos. Por nuestra parte, haremos todo lo posible por mantener activo nuestro espacio de comunicación, comprensión y apoyo que tanta vida nos ha dado a las que allí nos encontramos.

A continuación, detallamos el día a día y las actividades que se han organizado en nuestro taller durante este año. Señalar que todas las actividades realizadas han ido en la línea del taller, respetando a las mamás asistentes y su estilo de crianza.

Mayo

Pepi, nuestra anterior matrona, se jubiló. Se realizó una fiesta de despedida para agradecer su apoyo tanto al taller como a todas las madres asistidas.

Junio

El día 22 de junio nuestra asesora Virginia visitó la clase de preparación al parto para informar a las futuras mamás de los beneficios y ventajas de la lactancia materna. Igualmente, informó a las asistentes sobre la existencia del taller de Amamanta en el centro de salud, y la ayuda que desde el mismo se ofrece a las mamás que optan por la lactancia materna.

Fueron meses de poca afluencia al taller, principalmente porque mucha gente estaba de vacaciones. Durante estos meses surgió la necesidad de realizar una charla para integrar a los padres también en el tema de la lactancia.

En este mes la afluencia fue bastante más alta. Durante las sesiones realizadas se continuó con la marcha del mismo, iniciándolo con una relajación y seguido de la rueda de mamás, empezando con las posibles urgencias.

Además, gracias a nuestra matrona, las futuras mamás empezaron a disfrutar de clases de matronatación gratuitas dirigidas por ella en la Centro Hidrotermal de Benaguasil.

25 de septiembre. Charla para papás.

Nuestra matrona organizó una charla con la ayuda de una paciente de su consulta que es psicóloga, Toneta Martí, y a petición de las mamás asistentes al taller de lactancia, cuyo objetivo principal era crear un espacio de comunicación en el que los padres también pudieran expresar sus sentimientos sobre la lactancia y estar en contacto entre ellos. La charla se realizó en horario de tarde para que los interesados pudieran asistir. En general, todos los que participamos quedamos satisfechos con la ponencia, ya que la mayoría de las dudas, problemas y sensaciones eran compartidas por todos, dando más normalidad a la situación, sobre todo en las familias primerizas.



Taller de yoga para mamás y bebés

El día 29 de octubre nuestra matrona organizó un taller de yoga para mamás y bebés el cual fue todo un éxito. La asistencia fue muy alta, con la participación de alrededor de unas 25 mamás.



Taller de yoga para mamás y bebés

Noviembre



Taller de música para bebés

Se realizó un taller de música para bebés en el cual cantamos diferentes canciones adaptadas a la edad de los peques que asistieron, realizamos ejercicios de discriminación auditiva con distintos instrumentos, y escuchamos diferentes piezas de música clásica con las cuales bailamos y jugamos con nuestros hijos.

Diciembre

El 17 de diciembre para despedir el año y celebrar las fiestas navideñas, organizamos un almuerzo en el centro de salud y disfrazamos a todos los bebés. Fue una mañana muy divertida en la que pudimos seguir compartiendo buenos momentos y apoyándonos unas a otras en este maravilloso mundo de la lactancia.



Nuestra matrona Ester con nuestros bebés



Durante el almuerzo

Muy a nuestro pesar, el día 4 organizamos en nuestro taller una pequeña fiesta de despedida a nuestra querida matrona Ester, la cual pasa a ser la supervisora de matronas en el Hospital de Manises. Su estancia en nuestro taller ha sido breve, apenas seis meses, pero no cabe ninguna duda de que ha dejado una huella imborrable con todo su apoyo y buen hacer con todas las mamás que lo hemos necesitado. Hemos incluido esta actividad aunque es de este año porque con ella consideramos que cerramos un ciclo. Esperamos en este 2016 seguir compartiendo sonrisas y buenos momentos, haciendo que los malos momentos que a veces pasamos sean ratitos cortos compartidos entre todas las que asistimos al taller. Mientras tanto, respiraremos, ya que seremos madres toda la vida.

