

# Memoria de taller

## La Pobla de Vallbona 2019

Nuestro taller de lactancia se realiza en la Casa de la Cultura, Avinguda Colon nº95, en la 1<sup>era</sup> planta, sala de exposiciones.

Los talleres se realizan los miércoles de 17:30 a 19:30, siendo el horario flexible y dependiendo de las necesidades de las mamás.

Este año ha sido movido, a principio de año cambiamos de ubicación, del centro de atención temprana pasamos a las aulas de debajo del bar de los jubilados. Después del verano, volvimos a cambiar para hacer el taller en el aula municipal y ahora estamos en la Casa de la Cultura, esperando poder quedarnos ya. Esas múltiples mudanzas han hecho que varias mamás dejaran de acudir al taller.

Además, para aliviar a Rebeca y Deborah, se están implicando Marisa, Marga y Charline, lo que nos permite rodar para asistir al taller y repartir la asistencia a las madres.

Tenemos un grupo whastapp para las emergencias y/o las preguntas que les surgen a las mamás aunque últimamente, el grupo está muy parado, los niños de las mamás se están haciendo mayores y no hay nuevas mamás en el grupo que se quedan.

Solemos tener una media de asistencia de 5 mamás con bebés, teniendo un grupito de mamás con bebés de más de 8 meses que suelen ayudar mucho a las nuevas madres que acuden al taller.

Durante el año 2019 hicimos varias actividades:

- El día 20 de Marzo, Silvia Araque nos ofreció su charla “Estoy perdiendo la paciencia”.
- El día 30 de Octubre, Marisa nos contó como iniciar la alimentación complementaria, aunque esta charla tuvo poca afluencia, estaba muy esperada por las mamás del taller que estaban en esa etapa.
- El día 20 De Noviembre, nos dio Deborah una charla interna sobre los primeros auxilios a dar a los bebés, asistieron 15 papás y mamás.
- El día 27 de Noviembre, vino Lucia Berti para hablarnos de sexualidad y postparto. Esta charla tuvo bastante afluencia, vino un buen grupo de mamás

del taller de Benaguasil. Estuvo muy bien, aprendimos muchas cosas sobre nuestro cuerpo.



Sexualidad  
y postparto

Imparte Lucía Berti  
Fisioterapeuta especialista  
en uro-ginecología y obstetricia



Miércoles 27 de Noviembre  
17:30h  
TALLER DE LACTANCIA POBLA DE VALBONA  
OFICINAS MUNICIPALES  
Avda Colón,93, Pobra de Valbona,Valencia



amamanta

- El día 11 de Diciembre hicimos la foto de Navidad, vinieron 7 papás y mamás.





- El día 18 de Diciembre hicimos la tradicional merienda de Navidad a la que acudieron 9 mamás



Esperemos que 2020 nos aporte una tranquilidad en cuanto al local para que podamos acomodarnos con nuestro material y que las mamás no se vuelvan locas con los cambios de ubicación.

Intentaremos promocionar Amamanta, a ver si surgen nuevas socias y/o mamás que se animen para el curso de asesoras de lactancia.