



Memoria del Taller de Lactancia de Amamanta

2022

La Pobla de Vallbona

Después de un parón de dos años, el taller ha vuelto con fuerzas gracias a la llegada de Rosina como segunda matrona en el centro de salud del pueblo.

El taller se realiza los viernes, de 11:30 a 13:30 en el Espai Jove, calle de les Eres, numero 82.

Rosina consiguió el local para poder desarrollar el taller de preparación al parto y a continuación el taller de lactancia, permitiendo que las embarazadas conozcan la asociación Amamanta.

Aunque el local lo compartimos con otras asociaciones, estamos muy contentas, la única pega que tiene es la limpieza, el suelo suele estar bastante sucio y no da buena imagen del Espai Jove.

Desde entonces hemos realizados 24 talleres con una asistencia media de 9 madres con sus bebés por taller, los papás suelen acudir a los dos primeros talleres y luego solo acuden las mamás. Realmente, el taller despegó en verano, los meses de mayo y junio solo acudían unas 5 o 6 mamás con sus bebés.

A raíz de retomar el taller, se formó un buen grupo de mamás que han hecho piña y son las primeras en ayudar a las nuevas mamás que llegan.

En junio se creó un nuevo grupo WhatsApp para dar apoyo fuera del taller y hasta ahora consta de 36 miembros.

Cerramos el taller el mes de agosto por vacaciones.

El mes de Noviembre fue muy intenso, tuvimos dos charlas temáticas y un taller práctico de taichí con bebés. Además, el día 18, Patricia G. empezó sus prácticas de psicología con nosotras:

El día 11, vino Paula G. a hablarnos sobre el porteo, acudieron 12 mamás y papás de la Poble pero también de otros talleres, la Cañada y Mislata. Fue una charla muy esperada ya que muchas mamás estaban interesadas en portear pero no sabían cómo hacerlo de forma fisiológica.

CHARLA DE PORTEO
Cómo portear de forma segura y ergonómica
Impartida por Paula Gómez. Educadora de porteo especializada en NNEE

Si tienes porta bebés traéteelo

SE POSPONE AL 11 DE NOVIEMBRE

Viernes 4/11 11.30h

Taller de lactancia de La Poble
Espai Jove: C/ De les Eres, 82
La Poble de Vallbona

El día 18, el maestro Jesús Javier Arnau García nos regaló una máster class de Young Moo Mater (Taichí con bebés) al que asistieron 12 mamás y dos papás.

La clase empezó con casi todos los bebés llorando pero finalmente, se durmieron todos a medida que nos relajamos y que conectamos con ellos.

Fue una experiencia muy bonita que esperamos poder repetir.



The poster is divided into two main sections. The left section features a photograph of a woman in a purple top gently holding a baby on a mat. Below the photo is a green box with the text "YOUNG MOO MATER TAICHI". At the bottom of the left section, it reads "JESÚS JAVIER ARNAU GARCÍA MAESTRIA EN ARTES MARCIALES Y TAICHI ESCUELA YOUNG MOO". The right section has a dark green background with white and yellow text. It reads: "Taller práctico de Taichí con bebés", "Viernes 18 de Noviembre de 12 a 13h", "Taller de lactancia de La Pobla de Vallbona (Espai Jove)", "Gratuito. Aforo limitado. Inscribirse en: inscripciones@amamanta.es". At the bottom right, there are logos for "amamanta" and "La Pobla de Vallbona Ajuntament".



Lucia Berti vino a La Pobla de Vallbona el día 25 para sensibilizarnos sobre los cuidados del suelo pélvico.

Fue una charla muy interesante en la que aprendimos a visualizar nuestro suelo pélvico y por todo el proceso por el que pasa nuestro cuerpo durante el embarazo, durante el alumbramiento y en el post parto inmediato.

Nos quedamos con las ganas de una charla sobre la sexualidad en el post parto, pero con las parejas, ya que acudieron 13 mamás y solo dos papás.



En diciembre tuvimos la oportunidad de tener alumnas de enfermería en los talleres, estaban muy interesadas en asistir porque les parecía un tema muy importa la lactancia materna.

Y el día 23, después de un pequeño taller para resolver las dudas más urgentes, celebramos la tradicional merienda/almuerzo de Navidad con su foto navideña.



Este año 2022 ha sido un renuevo para el taller de la Pobla de Valbona, ahora tenemos una matrona que nos apoya en el taller, un local acogedor y un grupo de mamis top. Lo que tenemos que fomentar es que tengan consciencia de lo que representa Amamanta para asociarse.