

WORKSHOPS

Pré e Pós-Parto

20 set ´22

a

18 jul ´23

“De repente...
Uma família”

Pavilhão Multiusos
de odivelas

Evento sujeito a recolha de imagens e divulgação nos diversos meios de comunicação da CM Odivelas

INFORMAÇÕES:
Divisão de Desenvolvimento Desportivo
Tel.: 219 320 990
E-mail: centro.terapia@cm-odivelas.pt
www.cm-odivelas.pt



WORKSHOPS

Pré-Parto

Temas	1º Ciclo	2º Ciclo
Uma casa para 2 <i>fisiologia, alterações e cuidados na gravidez</i>	20 setembro 2022	28 fevereiro 2023
O Parto <i>fisiologia, alterações e cuidados no parto</i>	04 outubro 2022	14 março 2023
Mitos antigos e realidades atuais I	18 outubro 2022	28 março 2023
Parto uma experiência (subjetiva) positiva	08 novembro 2022	18 abril 2023
Colecionando cacarecos ou fundamentais ? como diferenciar o essencial do desnecessário	22 novembro 2022	16 maio 2023
Nasce um bebê, nasce uma mãe, o pós-parto (mental) da mãe	06 dezembro 2022	30 maio 2023
Nasce um bebê, nasce uma mãe, o pós-parto (físico) da mãe	10 janeiro 2023	27 junho 2023
Conhecendo uma nova morada, o pós-parto do bebê	24 janeiro 2023	11 julho 2023

Prós-Parto

Temas	1º Ciclo	2º Ciclo
Mitos antigos e realidades atuais II	27 setembro 2022	07 março 2023
Plano Z re-significação do parto e pós-parto	11 outubro 2022	21 março 2023
Vamos dormir? O sono do bebê	25 outubro 2022	11 abril 2023
Voltando ao ativo I exercícios no pós-parto	15 novembro 2022	02 maio 2023
Crescer, desenvolver e aprender brincar com o bebê	29 novembro 2022	23 maio 2023
Casa Assaltada, tranças à porta segurança	13 dezembro 2022	20 junho 2023
Voltando ao ativo II o regresso ao trabalho	17 janeiro 2023	04 julho 2023
Comer, sujar, explorar a introdução alimentar	31 janeiro 2023	18 julho 2023