



març

Nur filla de na Marian

dl

dm







dx

dj

dv

ds

dg

						1
2	3 	4 	5	6	7	8 Dia Internacional de la Dona
9	10 	11 	12	13	14	15
16	17 	18 	19	20	21	22
23 /30	24  /31 	25	26 	27	28	29

 **ABAM Mallorca** - Les sessions s'impartiran al c. de la Rosa, 3, 2n pis, 07003 de Palma a les 17.30 h · Tel. 617 89 71 75 · 637 25 05 08
656 58 76 57 / abamlactancia@hotmail.com

03 MARÇ - Manteniment del sol pelvià.

17 MARÇ - Comença a fer feina i dóna pit. Coneix els teus drets laborals.

Taller d'extracció i conservació de la llet materna.

31 MARÇ - Taller de massatges i fotografia. Introducció al massatge infantil. Carícies que parlen i ajuden a créixer.

Taller de part respectat (tallers simultanis).

 **ABAM Eivissa** - Les sessions s'impartiran al Saló d'Actes de les Piscines Can Misses, av. de la Pau s/n, 07008 d'Eivissa a les 17.00h
Tel. Rocío 625 65 84 22 · Thaïs 687 96 32 79 · Ana 616 89 65 86 · Esther 679 47 46 58 / abameivissa@hotmail.com

03 MARÇ - Embaràs i part: l'espera i la trobada. Tipus de parts. Preparar-nos per a la lactància materna. El paper del pare a la lactància.

10 MARÇ - De 0 a 3 mesos. Neix un nadó, neix una mare. Pit a demanda, dificultats durant la lactància. Massatges

17 MARÇ - De 3 a 6 mesos. Coneixent-nos. Pit, pit i alguna cosa més. El plor del nadó, còlics i altres motius.

Comença a fer feina i dóna pit. Introducció d'altres aliments: quan, quant i què. Per quin aliment comencem.

24 MARÇ - De 6 mesos en endavant. Dormir tota la nit i altres mentides. Alletament prolongat. Desmamar. Autonomia i límits.

31 MARÇ - Temes específics: primers auxilis en família, recuperació del perineu, sexe durant la lactància...