

# Curs d'Embaràs Conscient

## Preparació Emocional al Part

Informació, consciència corporal, creativitat

La maternitat és un camí vivencial, integral, que iniciem amb l'embaràs, i que abordem amb tota la nostre història a les espatlles.



L'embaràs ens dóna una obertura corporal i emocional que ens brinda la oportunitat de connectar-nos amb nosaltres mateixes i amb el nadó, amb el propi instint, amb la pròpia intuïció.

Per abordar aquests moments amb coneixement i confiança, aquest taller té en compte les implicacions emocionals dels processos de maternitat, així com els aspectes fisiològics i socials del naixement.

### Contingut del curs:

**Reconeixent-nos:** el propi cos, la pelvis, la nostre història personal.

**Reconeixent el nostre fill:** el vincle afectiu abans del naixement, ens connectem i comuniquem amb el nadó, com viu i què sent?

**Fisiologia del part:** procés del part, opcions de part, necessitats de la mare i el nadó, postures per les diferents fases del part.

**Aproximant-nos al part:** els fantasmes, el plaer, la por al dolor i com manejar-lo. El part com a ritus d'iniciació a la maternitat (a través del símbol transcultural del laberint).

**Postpart:** necessitats de la mare i el nadó, claus per la lactància.

**Postpart:** necessitats de la mare i el nadó, claus per la lactància.

**Horari:**

Dimecres de 18h a 19.45h

**Inici:**

5 de maig

Xerrada Informativa: 25 d'abril

**Lloc:**

Centre Maria de Mercè. C/St. Ramón, 3.  
Sant Cugat

**Inversió:** 100€/8 sessions

**Imparteix:** **Sònia Pérez Petitpierre**

Psicòloga, Doula, Assessora de Lactància,  
Especialitzada en maternitat

Informació i inscripcions: [ynstint@gmail.com](mailto:ynstint@gmail.com) (661.634.764)  
<http://doulaynstint.blogspot.com>