

MedicalMedia



Inscrições obrigatórias e limitadas

[www.mamasebebes.pt](http://www.mamasebebes.pt)

[geral@mamasebebes.pt](mailto:geral@mamasebebes.pt)

935 726 691

# Espaço Mamãs e Bebés

Casa do Gil – Av. Brasil 53 Lisboa

[14 e 15 de Julho | 10h às 19h]

Entrada livre, com o contributo mínimo de 3€ para a Fundação do Gil

## Workshops Teóricos

### Sábado

[11h00] Nasceu o nosso bebé. E agora?

[12h00] Recuperação do pavimento pélvico

[15h00] O enxoval do bebé

[16h00] Respiração, posturas e relaxamento durante o trabalho de parto

[17h00] Direitos na Parentalidade

### Domingo

[11h00] Ritmos de sono dos bebés

[12h00] Sinais de alerta e sinais de parto

[15h00] Preparação para o parto

[16h00] Amamentação

[17h00] Puerpério: e depois do parto?

## Workshops Práticos

### Sábado

[10h30] Babyoga (bebés mais de 24 meses)

[11h30] Babyoga (bebés 11 a 24 meses)

[12h30] Babyoga (bebés 2 a 10 meses)

[15h00] As cólicas e o banho do bebé

[16h00] Como preparar os biberons?

[17h00] Acidentes na infância: como preveni-los!

### Domingo

[11h00] Massagem ao bebé (bebés 0 a 12 meses)

[12h00] Massagem ao bebé (bebés 12 a 14 meses)

[15h00] Laços de música com grávidas (mais de 24 semanas)

[16h00] Laços de música com pais e bebés (até 1 ano)

## Sessão fotográfica

[Sábado e Domingo | 10h-13h; 14h-19h]

Guarde uma foto gratuita para recordação da sua gravidez

## Descontos até 50%

Venda de produtos de grandes marcas para bebé

