

## Septiembre

### **"FORTALECER MI "YO""** **10.09.2024**

1. Autoimagen.
2. Importancia de una buena autoestima.
3. Claves para fortalecer la autoestima.

### **"EMBARAZO Y SUS CUIDADOS"** **18.09.2024**

1. Embarazo, parto y post parto.
2. Cambios físicos y psicológicos.
3. Preparación al parto.
4. Lactancia y crianza saludable.
5. Cuidados después del parto.

### **"EMOCIONES EN EL POST PARTO 24.09.2024**

1. A qué llamamos emociones.
2. Necesidad de expresar lo que siento.
3. Refuerzo del buen apego con la llegada del RN

### **"ESTIMULACIÓN TEMPRANA Y SENSORIAL"**

#### **1ª sesión 30.09.2024**

1. Etapa del desarrollo infantil.
2. Ejercicios para casa.

## Octubre

### **"ESTIMULACIÓN TEMPRANA Y SENSORIAL" 2ª sesión** **01.10.2024**

1. Etapa del desarrollo infantil.
2. Ejercicios para casa.

### **"MI ECONOMÍA"** **16.10.2024**

1. ¿Cómo organizar mis ingresos y mis gastos?.
2. Cuentas y tarjetas bancarias.
3. Préstamos y créditos rápidos.
4. Prevención del endeudamiento.
6. Bienestar económico y salud financiera

### **"COMER BIEN, CRECER MEJOR" 22.10.2024**

1. La alimentación en el embarazo
2. Tipos de alimentos
3. Variedad, frecuencia y modos de preparación.
4. Introducción de los alimentos sólidos en la alimentación infantil: pautas, costumbres y hábitos.

## Noviembre

### **"VIVIR LAS EMOCIONES"** **05.11.2024**

1. Bienestar emocional
2. Expresar y contextualizar las emociones
3. Canalizar las emociones.
4. Ganar capacidad para generar emociones positivas.

### **"EMBARAZO Y SUS CUIDADOS" 14.11.2024**

1. Embarazo, parto y post parto.
2. Cambios físicos y psicológicos.
3. Preparación al parto.
4. Lactancia y crianza saludable.
5. Cuidados después del parto

### **"INDEPENDENCIA EMOCIONAL" 20.11.2024**

1. Pautas y claves
2. Justificaciones.
3. La culpa ante el maltrato.

## Diciembre

### **"IMPORTANCIA DEL APEGO Y VÍNCULOS" 10.12.2024**

1. Importancia de un buen apego.
2. Cómo establecer un buen apego. Etapas.
4. Tipos de apego y consecuencias.

MADRID 2024

## Septiembre

### **"FORTALECER MI "YO""** **09.09.2024**

1. Autoimagen.
2. Importancia de una buena autoestima.
3. Claves para fortalecer la autoestima.

### **"EMBARAZO Y SUS CUIDADOS"** **18.09.2024**

1. Embarazo, parto y post parto.
2. Cambios físicos y psicológicos.
3. Preparación al parto.
4. Lactancia y crianza saludable.
5. Cuidados después del parto.

### **"LACTANCIA MATERNA"** **17.09.2024**

1. cómo funciona la lactancia
2. Posturas, maneras y preferencias.
3. Eliminar dudas
4. Compaginar trabajo y lactancia.

### **"EMOCIONES EN EL POST PARTO"** **23.09.2024**

1. A qué llamamos emociones.
2. Necesidad de expresar lo que siento.
3. Refuerzo del buen apego con la llegada del RN

## Octubre

### **"ESTIMULACIÓN TEMPRANA Y SENSORIAL" 2ª sesión** **02.10.2024**

1. Etapa del desarrollo infantil.
2. Ejercicios para casa.

### **"ESTIMULACIÓN TEMPRANA Y SENSORIAL" 2ª sesión** **07.10.2024**

1. Etapa del desarrollo infantil.
2. Ejercicios para casa.

### **"MI ECONOMÍA" 14.10.2024**

1. ¿Cómo organizar mis ingresos y mis gastos?.
2. Cuentas y tarjetas bancarias.
3. Préstamos y créditos rápidos.
4. Prevención del endeudamiento.
6. Bienestar económico y salud financiera

### **"COMER BIEN, CRECER MEJOR"** **28.10.2024**

1. La alimentación en el embarazo
2. Tipos de alimentos
3. Variedad, frecuencia y modos de preparación.
4. Introducción de los alimentos sólidos en la alimentación infantil: pautas, costumbres y hábitos.

## Noviembre

### **"VIVIR LAS EMOCIONES"** **04.11.2024**

1. Bienestar emocional
2. Expresar y contextualizar las emociones
3. Canalizar las emociones.
4. Ganar capacidad para generar emociones positivas.

### **"INDEPENDENCIA EMOCIONAL"** **11.11.2024**

1. Pautas y claves
2. Justificaciones.
3. La culpa ante el maltrato.

### **"EMBARAZO Y SUS CUIDADOS"** **18.11.2024**

1. Embarazo, parto y post parto.
2. Cambios físicos y psicológicos.
3. Preparación al parto.
4. Lactancia y crianza saludable.
5. Cuidados después del parto

### **"LACTANCIA MATERNA" 25.11.2024**

1. cómo funciona la lactancia
2. Posturas, maneras y preferencias.
3. Eliminar dudas
4. Compaginar trabajo y lactancia.

## Diciembre

### **"IMPORTANCIA DEL APEGO Y VÍNCULOS"** **09.12.2024**

1. Importancia de un buen apego.
2. Cómo establecer un buen apego. Etapas.
4. Tipos de apego y consecuencias.

Septiembre

**"INDEPENDENCIA EMOCIONAL"**  
**25.09.2024**

1. Pautas y claves
2. Justificaciones.
3. La culpa ante el maltrato.

Octubre

**"MI ECONOMÍA"**    **30.10.2024**

1. ¿Cómo organizar mis ingresos y mis gastos?.
2. Cuentas y tarjetas bancarias.
3. Préstamos y créditos rápidos.
4. Prevención del endeudamiento.
6. Bienestar económico y salud financiera

Noviembre

**"VIVIR LAS EMOCIONES"**  
**13.11.2024**

1. Bienestar emocional
2. Expresar y contextualizar las emociones
3. Canalizar las emociones.
4. Ganar capacidad para generar emociones positivas.

Diciembre

TRES CANTOS 2024