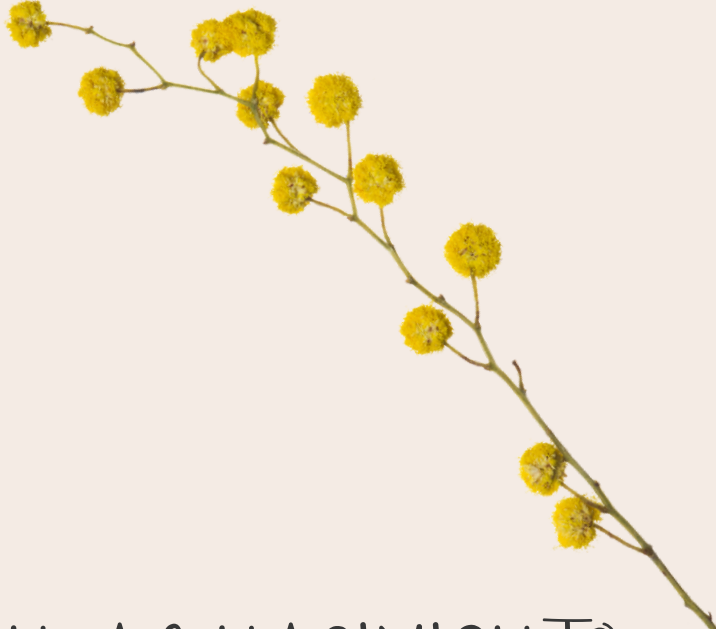


PREPARACIÓN AL NACIMIENTO



Edición privada



www.enmatronate.es



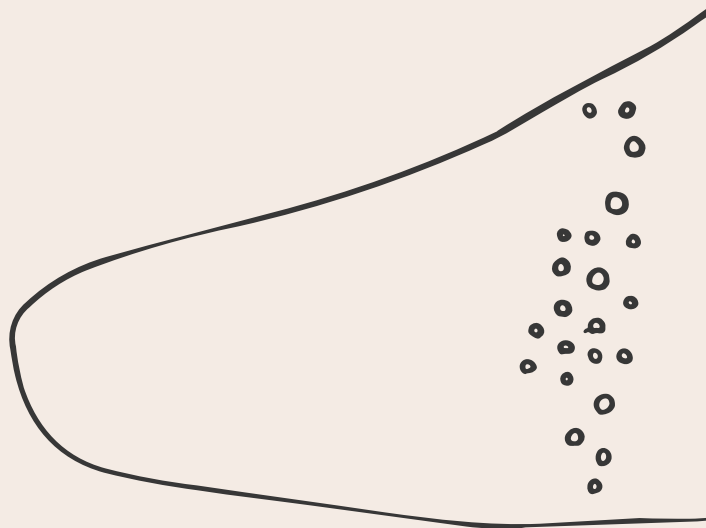


Un té con tu matrona nace de la unión de dos matronas, y amigas, con muchas ganas de empoderar a las mujeres y sus parejas en el camino de la crianza desde el respeto y el cariño con la información más actualizada.

El embarazo, parto y posparto, son las etapas de un camino que muchas veces es desconocido hasta que iniciamos el viaje. Una de las formas de poder empezar a andar de forma segura y POSITIVA, es conocer qué vamos a encontrarnos en el camino. Planificar nuestro viaje, nuestra ruta, definir qué paradas realizaremos, qué visitaremos....

El parto es algo que a veces nos preocupa ya durante el proceso de embarazo o incluso antes de ello, simplemente posibles miedos a una situación diferente, por falta de información e incluso nos dejamos guiar por creencias aprendidas a lo largo de nuestra vida que nos hace sentir vulnerables y nos condiciona.

Venimos a contaros qué podemos cambiar para planificar nuestro viaje y tener una mejor experiencia donde haremos 3 paradas principales: embarazo, parto y crianza.



¿QUÉ ES ESO DE LA EXPERIENCIA POSITIVA?

La realidad, es que no podemos saber cómo será ninguna de las tres paradas de nuestro viaje. Lo que sí sabemos es que, con las herramientas adecuadas, podemos tener la mejor experiencia posible.

Debido a las razones mencionadas anteriormente, para nosotras es muy importante aportarnos herramientas y trabajar juntas métodos para un viaje positivo en nuestro curso "Un té con tu matrona". Para ello se necesita información, conocimiento y entrenamiento donde aplicamos técnicas de hipnoparto.

Los beneficios para las mujeres y sus bebés son numerosos:

- Experimentar un parto más cómodo, autocontrolado y menos doloroso.
- El periodo de parto puede ser más corto.
- Menos intervención médica y epidural.
- Mejor recuperación y bienestar posparto.
- Un vínculo más satisfactorio entre la pareja - la madre y la pareja - el bebé.

El aprendizaje para el propio conocimiento del cuerpo y concentración se llevarán a cabo a través de:

- Ejercicios de respiración.
- Relajaciones profundas y visualizaciones.
- Trabajo dirigido al miedo y la construcción de la propia confianza.

¿Te atreves a unirte en este viaje con "Un té con tu matrona" hacia el camino de una experiencia positiva?





Desde un té con tu matrona te ofrecemos la posibilidad de preparación al nacimiento de forma privada tanto en edición presencial a domicilio, como online.

Tú diseñas tu preparación con nosotras.

ADAPTAMOS LAS SESIONES A VUESTRAS NECESIDADES.

Posibilidad de sesiones ONLINE o PRESENCIAL EN GRUPO o a DOMICILIO.



NOS ADAPTAMOS A VUESTRAS NECESIDADES

Os ofrecemos una guía de temas que abordaremos en cada plan, pero son completamente adaptables a las necesidades e inquietudes de cada familia.

Escuchamos vuestras aportaciones pudiendo incidir en temas de mayor interés, como la inclusión de especialidades como porteo, rebozo, posturas para el parto... etc.

PLAN 5 SESIONES

SESIÓN 1: INTRODUCCIÓN AL HIPNOPARTO

CONECTA - TÉ

Embarazo, parto y mente están muy relacionados, aprende a conectar con tu embarazo mediante la respiración, la meditación y el método hipn parto.

SESIÓN 2: PRÓDROMOS DE PARTO

INICIA-TÉ

¿Cuándo hay que acudir al hospital?
¿Qué es la fecha improbable de parto?
¿Cuál es el papel del acompañante?
¿Cuáles son los signos de alarma?

SESIÓN 3: EL PARTO

PREPARA-TÉ

SIENTE-TÉ

¿Cómo es el parto?
¿Qué tipos de parto hay?
¿Qué opciones tengo?
¿Qué cuidados recibirá mi bebé?

¿Qué sensaciones tendré durante el parto?
¿Cómo puedo aliviarlas?

SESIÓN 4: POSPARTO Y CRIANZA

RECIBE-TÉ

Hablaremos de todo lo que necesitar saber tras el nacimiento de tu bebé.
¿Qué cambios hay en el posparto?

RECONECTA-TÉ

Tu autocuidado también es importante en el posparto. Buscaremos tu espacio de reconexión, donde trabajaremos varios aspectos de autocuidado personal y sexualidad: Gestión del estrés, tiempo para ti, tiempo en pareja, reinicio de la sexualidad, anticoncepción.

SESIÓN 5: LACTANCIA

INICIA-TÉ

Hablaremos sobre los beneficios, la técnica y el funcionamiento de la lactancia materna y artificial.

PREPARA-TÉ

Trataremos casos reales para entender de manera teórico.práctica cómo alimentar a tu bebé

INFORMA-TÉ

Hay diferentes situaciones: una madre, una lactancia.





PLAN 3 SESIONES

En este plan abordaremos los temas de manera más intensiva

SESIÓN 1: INTRODUCCIÓN AL HIPNOPARTO - PRÓDROMOS

CONECTA - TÉ

Embarazo, parto y mente están muy relacionados, aprende a conectar con tu embarazo mediante la respiración, la meditación y el método hipnoparto.

INICIA-TÉ

¿Cuándo hay que acudir al hospital?
¿Qué es la fecha improbable de parto?
¿Cuál es el papel del acompañante?
¿Cuáles son los signos de alarma?

SESIÓN 2: EL PARTO

PREPARA-TÉ

¿Cómo es el parto?
¿Qué tipos de parto hay?
¿Qué opciones tengo?
¿Qué cuidados recibirá mi bebé?

SIENTE-TÉ

¿Qué sensaciones
tendré durante el parto?
¿Cómo puedo aliviarlas?



SESIÓN 3: POSPARTO, CRIANZA Y LACTANCIA

RECIBE-TÉ

Hablaremos de todo lo que necesitar saber tras el nacimiento de tu bebé.
¿Qué cambios hay en el posparto?

INICIA-TÉ

Hablaremos sobre los beneficios, la técnica y el funcionamiento de la lactancia materna y artificial.

RECONECTA-TÉ

Tu autocuidado también es importante en el posparto. Buscaremos tu espacio de reconexión, donde trabajaremos varios aspectos de autocuidado personal y sexualidad: Gestión del estrés, tiempo para ti, tiempo en pareja, reinicio de la sexualidad, anticoncepción.

PREPARA-TÉ

Trataremos casos reales para entender de manera teórico.práctica cómo alimentar a tu bebé

INFORMA-TÉ

Hay diferentes situaciones: una madre, una lactancia.



PLAN 1 SESIÓN

Podemos abordar cualquiera de las sesiones de los otros planes.

Habitualmente esta sesión se centra en INICIA-TÉ, PREPARA-TÉ. y SIENTE-TÉ

Pero será de elección por la familia.

METODOLOGÍA DE APRENDIZAJE

- Sesiones teórico-prácticas
- Las sesiones serán de 3h aproximadamente, y el horario se adaptará a las necesidades de cada familia
- ONLINE: plataforma zoom
- DOMICILIO: material aportado por un té con tu matrona
- GRUPO PRESENCIAL: en nuestras clínicas

¿Qué incluye?

- Documentación de interés de cada sesión
- Audios de relajación
- Contacto directo durante el tiempo del curso para realizar preguntas necesarias para el correcto aprendizaje y desarrollo del mismo

***Y además, descuento en talleres
y consultas privadas***

¡Consúltanos sin compromiso!

hola@enmatronate.com
681239966 / 657139251

@enmatronate





PRECIOS

PLAN ONLINE

(2-3 horas/sesión)

1 sesión - 100 euros

3 sesiones - 280 euros

5 sesiones - 400 euros

PLAN DOMICILIO*

(2-3 horas/sesión)

1 sesión - 150 euros

3 sesiones - 400 euros

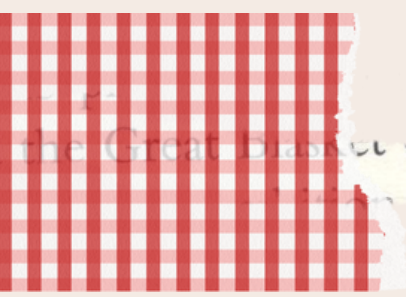
5 sesiones - 600 euros

*Las consultas a domicilio pueden tener un incremento en función de la dirección.

hola@enmatronate.com

681239966 / 657139251

@enmatronate



the Great Disaster... and fell in love with it.
to rebuild the village as a holiday



Afortunadas de acompañarte en todas tus etapas

Ruth y Nereida

