



Taller Puerperio en Tribu

“El puerperio se trata de un periodo de adaptación, en el que se experimentan diversas emociones y sensaciones: confusión, dolor, ilusión, angustias, miedos, frustración (como yo me imaginé el parto y cómo fue realmente), el cambio de etapa (la ruptura de una situación y el inicio de otra) ... este es el proceso que lleva a una transformación de la identidad de la mujer. Esta desestructuración y reconstrucción de la identidad no se puede llevar a cabo en cuarenta días”

Este taller está dirigido a madres de bebés menores de 12 meses, que deseen co- construir un espacio de escucha, contención y diálogo en donde podamos compartir y explorar la gran metamorfosis que implica ser madre. Nos enfocaremos en facilitar herramientas de autoconocimiento y auto cuidado, para transitar de una manera más consciente por esta etapa de profundos cambios, explorando, reconociendo e integrando las vivencias y emociones que nos acompañan tras el parto/nacimiento de nuestrxs hijxs.

Temas que abordaremos:

- *Puerperio como metamorfosis y crisis vital*
 - *el nacimiento de una nueva mujer. Necesidades y autocuidado*
 - *vínculo con el bebé*
 - *Nuestras sombras*
 - *Pareja y sexualidad*
-
- **FACILITA:** *Yanira Madariaga Baeza, Psicóloga especializada en gestación, parto, puerperio y crianza. Mamá de dos.*

- **DURACIÓN:** El taller tiene una duración de 2 horas.
- **VALOR:** El taller tiene un valor de \$10.000 por persona
- Para reservar cupo y realizar la inscripción debes hacer transferencia del 50% del valor a la siguiente cuenta:
- **YANIRA ALEJANDRA MADARIAGABAEZA**
- Cuenta Corriente: 0-000-04-63443-8 banco Santander
rut. 14014082-1
mail: gestacrianzaamorosa@gmail.com



gesta·crianza·amorosa

gestacrianzaamorosa@gmail.com

www.gestacrianzaamorosa.cl