



Patronato de Deportes / Kirol Patronatua  
ZIZUR MAYOR / ZIZUR NAGUSIA

Tlf. 948 184244

Email: [deportes@zizurmayor.es](mailto:deportes@zizurmayor.es)



Talleres dirigidos por  
LAURA ALLOCCHIO

Neuropsicomotricista, psicomotri-  
cista, doula

[www.doula-psicomotricidad.es](http://www.doula-psicomotricidad.es)



*Curso de octubre a mayo*

*Cuota Talleres embarazo y crianza*

Cuota mensual	
Abonadas	19 €
Empadronadas	35 €
Otras interesadas	51 €

*Cuota psicomotricidad acuática  
85 € cuatrimestre*

**Curso 2011-2012**



*Programa de apoyo a la mujer durante el embarazo y la crianza*

Actividades para embarazo y primera  
infancia de carácter preventivo,  
no terapéutico

# “Taller embarazadas”

*Sentir, permitir y abrirse a la vida*

Un espacio para potenciar la confianza en una misma, la relajación, el control corporal y mental frente a los cambios que se producen en el embarazo.

Es un taller donde compartir con otras mujeres embarazadas y donde individual e internamente desarrollar la atención hacia la confianza, la conciencia corporal, el equilibrio postural, la auto-escucha, la conexión con el bebé, prepararte para el parto y la crianza...

Consiste en actividades físicas suaves y de respiración en sala y en agua templada de tonificación y relajación.

# “Taller post natal con bebé”

*Para una crianza feliz*

Contenidos: actividad física moderada y progresiva, relajación, masaje, masaje infantil, dinámicas relacionales, observación progresiva del desarrollo infantil, estimulación infantil...

Es un taller de recuperación psicofísica post parto, donde las mamás pueden acudir con sus bebés.

Es un espacio de recuperación física, cuidado emocional y de apoyo a la crianza. El taller se complementa con asesoramiento sobre temas relativos a conseguir una crianza feliz.

Es un espacio para madres con sus bebés, de intercambio de experiencia, dudas y reflexiones

# “Psicomotricidad acuática”

*Sonriendo en el agua*

Es una actividad acuática infantil dirigida a las familias.

Está concebida para jugar en el medio acuático, en un clima relajado y de bienestar, estimulando a las niñas y niños a nivel psicomotor global y de forma individualizada.

Con este programa se consigue fomentar la adaptación al medio acuático de forma lúdica, divertida y respetuosa favoreciendo el desarrollo físico y emocional de cada niña y niño.

