

aquamãe

9 MAIO | 16h30

Conheça o seu Períneo: gravidez, parto e pós-parto

Com Fisioterapeuta Filipa Lopes

16 MAIO | 16h30

Workshop prático receitas saudáveis para bebés e BLW

Partilha de mães

23 MAIO | 15h

Massagem no Bebê – aula inicial gratuita

Com Mariana Rosa (Instrutora APMI-IAIM)

23 MAIO | 16h30

Auto-massagem e Massagem em casal: Gravidez e Pós-parto

Com Fisioterapeuta Mariana Rosa

30 MAIO | 16h30

Babywearing e Fraldas Reutilizáveis

Com Mónica Marques (Consultora em Babywearing – Leva-me Contigo)

Inscrições através do e-mail
aquamae@estorilwellnesscenter.pt

workshops

