

# aquamãe

saúde e bem estar para grávidas

**19 SETEMBRO | 15h**

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

Fisioterapeuta Vanessa Albino

**26 SETEMBRO | 16h**

Babywearing

Mónica Marques (Consultora em Babywearing - Leva-me Contigo®)



---

Inscrições através do e-mail  
[aquamae@estorilwellnesscenter.pt](mailto:aquamae@estorilwellnesscenter.pt)

workshops