

ACTIVIDADES Y “PLANES” DE AMABIZIA

La asociación nació el 28 de diciembre de 2004 (el día de los inocentes), por iniciativa de un grupo de madres y de matronas. En principio el objetivo era trabajar por el parto-nacimiento respetados

A lo largo de 10 y pico de años, conforme la situación alrededor del parto-nacimiento iba a mejor, hemos ido añadiendo otras actividades y contemplando sobre todo la etapa de 0 a 3-4 años y todo lo relacionado con la crianza y la educación

En estos momentos hacemos:

-Preparación para la Maternidad/Paternidad desde los primeros meses de la gestación

-Grupo de crianza y Prevención infantil

-Yoga para embarazadas

-Yoguilates para mamás-papás con bebés y txikis

-Talleres de salud de las mujeres

-Grupo de juego

-Escuela de madres y padres:

-Curso Aprendiendo a ser madres y padres, educación emocional y cuidados I y II

-Curso relación de pareja y educación en valores

-Sesiones de Crianza y Educación desde la Igualdad

-Charlas y talleres abiertos a la población

-Celebración de fechas de relevancia:

-Día mundial de las niñas 11 de octubre

-día mundial de los derechos de la infancia 20 de noviembre

-día mundial contra la violencia de género 25 de noviembre

-día 8 de marzo, día internacional de las mujeres

-día de la paternidad 19 de marzo

-día de la maternidad en mayo

-día mundial de los derechos del nacimiento 7 de junio

-Información y asesoramiento a la población en forma presencial, a través del tfo, del correo electrónico de la asociación, web y redes sociales

-Actividades de ocio

Contemplamos la perspectiva de género y la perspectiva infantil

Hemos elaborado varios “planes”:

Desde el comienzo, elaboramos el “Plan de parto” que se fue personalizando y se hizo habitual entre las mujeres que iban al hospital

Posteriormente, se añadió el “Plan de postparto” ó de planta para recoger y expresar las necesidades durante el ingreso

En los dos últimos años hemos elaborado el “Plan de Crianza”

Este plan contempla a la madre y el padre como “institución” encargada de cuidar de las necesidades de las criaturas y de prestar los cuidados que necesitan

Habíamos observado que las madres y padres estaban muy concienciados en cuanto a la lactancia, colecho, porteo, etc pero no así en cuanto a otros aspectos (higiene, espacios de cuidados, juego y juguetes, sicomotricidad, tecnología, etc) por lo que en las sesiones de la escuela de madres y padres y en los grupos de crianza se trabaja el Plan de crianza

En este último año hemos preparado el “Plan de Pareja”

La pareja se tiene que resituar después del nacimiento de las criaturas y construir su propia familia

En muchas ocasiones la relación de pareja se resiente

Contemplamos la pareja como algo a construir día a día y elaboramos un “Plan de pareja” en el que se expresan las necesidades y lo que se aporta a ese proyecto común

También se quiere conseguir que en el caso de una separación, no afecte a las criaturas demasiado y solicitamos un compromiso de que así sea

Este plan se revisa anualmente como mucho ó cada menos tiempo si la pareja lo considera

M^a Dolores Rojo San Román (Lolintxe)

lolintxe@yahoo.es

Tfo 625890040