

# MATER -NANDO

PROYECTO DE CUIDADO PARA  
MADRES ADOLESCENTES  
Y/O EMBARAZADAS MENORES  
DE 18 AÑOS

- ▶ ¿Tienes menos de 18 años y estás embarazada o tienes un bebé?
- ▶ ¿Tus amigos/as hacen planes como siempre pero tú no te sientes de la misma manera que ellos/as?
- ▶ ¿Estás embarazada pero no estás segura de querer continuar con el embarazo?
- ▶ ¿Te cuesta afrontar tus estudios, la relación con con tu pareja, familia, amigos/as, ...?
- ▶ ¿Necesitas conocer temas sobre tu salud y la de tu bebe durante o después de tu embarazo ?

Maternando es un **espacio de cuidado y apoyo** para tí sea cual sea tu situación, tanto si quieres continuar con el embarazo como si no quieres.

Este espacio está abierto a acompañarte en tu **proceso personal junto con tu hijo/a** . Aquí puedes...

- ▶ Sacarte el GRADUADO
  - ▶ Hacer ARTE
  - ▶ SALIR a hacer cosas que te apetezcan
  - ▶ Cuidar de tu SALUD FÍSICA
  - ▶ Estar con adultas que te puedan ORIENTAR en algunas cosas que necesites.
  - ▶ Hacer un **CURSO DE MANUFACTURA DE TARTAS DE PAÑALES Y REGALOS PARA BEBÉS, MARKETING Y VENTA** junto con tu bebé.
  - ▶ Talleres sobre temas importantes para tí (el embarazo, la pareja, los papeleos, el parto, qué le pasa a mi bebé, ...)
  - ▶ Sacarte el carné de MANIPULADORA DE ALIMENTOS
  - ▶ APRENDER A ENTENDER Y ACOMPAÑAR EL CRECIMIENTO DE TU HIJO/A
- Y sobre todo APRENDER A CUIDAR-TE

Es un **espacio para compartir con otras chicas** que están viviendo momentos muy parecidos al tuyo.

De **lunes a viernes de 9.30 a 14.00** te invitamos a conocernos. Es **GRATIS**.

**CENTRO DE DÍA DE INSERCIÓN  
SOCIO LABORAL DINAMO**

Paseo del Rajolar n6 bajo  
(BURJASSOT)

☎ 960037267

📞 615215037

📍 ¡Aquí cuidamos!