



## SISTEMA DE APOYO A LA MATERNIDAD

### ¿En qué consiste?

- En vivir tu proceso de gestación y parto de forma consciente y natural, asesorada y acompañada en todo momento por mujeres profesionales de la salud.

### ¿Qué ofrecemos?

- Trabajo corporal basado en la técnica "psicología en movimiento".
- Información detallada de todo el proceso de gestación, parto y puerperio.
- Apoyo psicológico y asesoramiento sanitario.
- Intercambio de experiencias en grupo.

### ¿Cuándo?

- Aconsejamos que te integres en el grupo a partir de la 15 semana de gestación.  
Un día a la semana, 2 horas al día.

### ¿Dónde?

- **San Lorenzo del Escorial**  
c/ Cañada Nueva nº 36.
- **Madrid**  
c/ Trafalgar nº 32. Centro Benqi-Absa.

### Especialistas:

- **Profesional Sanitario:**  
Ana Tijera. 646 794 803
- **Psicóloga y Terapeuta Corporal:**  
Maritina Ortega. 616 502 889
- **Doula y Terapeuta Floral:**  
María Arroyo. 655 946 676

[www.cuidamama.es](http://www.cuidamama.es)

[www.doulas.es](http://www.doulas.es)

# cuidamama