

El grupo de lactancia, Amamantar, celebró una convivencia en Los Pinos

Sábado, 14 Junio 2014 12:40 • Rocío Díaz

El Parque de los Pinos se convirtió ayer en el escenario escogido por el grupo de apoyo a la lactancia materna AMAMANTAR, para celebrar una convivencia al aire libre dirigida a las familias. No faltaron los talleres como globoflexia, pintura de caras, taller de dibujo y una gymkana para los más pequeños. Estuvo también presente una fisioterapeuta, « para indicar a las mamás, las posturas idóneas para que no se resienta la espalda» y se organizó un taller de deporte «para recuperar la figura después del parto y estar en forma», según explicó previamente una de sus responsables, M^a Ángeles Cabezas. INFORMACION EN PUENTE GENIL TV.

El grupo AMAMANTAR, que lleva más de dos años de vida en Puente Genil, está formado en la actualidad por ocho madres y, constantemente, realizan reuniones en el Centro de Salud de la localidad, manteniendo incluso, encuentros con el grupo de apoyo a la lactancia materna de Estepa. Su prioridad, es el fomento de la lactancia, «beneficiosa tanto para el bebé como para la madre». «Al ser una práctica natural, se debe de perder el miedo a dar el pecho en público así como a no conciliar la lactancia con la vida laboral y familiar», según apuntó Cabezas.

Encarna Cosano Estepa presentará su libro 'Herramientas para estar mejor'

Sábado, 14 Junio 2014 12:56 • redacción

El programa cultural “El autor y su obra”, de la Fundación Juan Rejano, organiza el jueves 19 de junio, a las 20:30 horas, la presentación del libro “Herramientas para estar mejor”, de Encarna Cosano Estepa, acto que contará con la presencia del presidente de la Junta Rectora de la Fundación, José Espejo y de Eva Quero, profesora de Lengua del colegio Compañía de María que hará la presentación de la autora.

La Obra: La autora expone cómo lo que uno dice, piensa, y siente afecta a nuestro cuerpo, haciendo un breve análisis, sobre cómo se fabrican los pensamientos, qué es la mente, como afecta nuestro entorno a la misma y cómo dirigirla y manejarla, dando unas claves sencillas para empezar a poder cambiar tu realidad. Haciendo referencia a las palabras, la energía, el cuerpo, la mente, y cómo se interrelaciona todo esto y nos influye en la vida cotidiana.