

Actividades

08:30 am - 09:00 am

Registro

09:15 am - 09:45 am

Mamá que se alimenta bien, enseña con el ejemplo



Tania Barta

Hablaremos de alimentación adecuada para las mamás durante el embarazo y la lactancia, tips para recuperar tu peso y mantenerte con energía a lo largo de los primeros 1,000 días de tu bebé. Nuestra experta te dará también importantes datos que te ayudarán a planear tu alimentación con el objetivo de darle a tu bebé en desarrollo los mejores nutrientes desde que está en tu panza.



10:00 am - 11:00 am

Niños melindrosos



Vanessa Hernández y María González

¿Tienes un picky eater? Aprende de la mano de nuestras expertas cómo crear experiencias divertidas y nutritivas cada vez que le des de comer a tu bebé. ¡Elimina la frustración de tu menú!

11:00 am - 11:30 am

Break

Taller de nutrición y desarrollo

11:30 am - 12:45 pm

Tu tribu, tu seguro de éxito



Xóchitl González

Nuestra psicóloga experta en la crianza de niños felices te compartirá ideas y herramientas para que descubras y tejas tu red de apoyo. Se ha comprobado que un sistema de amigas y familiares que te acompañen durante la lactancia y los primeros 1,000 días aumenta las probabilidades de que seas exitosa en este reto.



01:00 pm

Despedida