

Familias

Cuidar en contacto es crecer juntos

TALLER DE PORTEO ERGONÓMICO

Miércoles, 19 de noviembre de 2026

Horario: de 17:00 a 19:00 h

Salón de Actos
Centro de Iniciativas Municipales

PROGRAMA

17:00 - 17:15 h. Recepción y bienvenida
- Presentación del taller y de las personas asistentes.
- Objetivos y beneficios del porteo.

17:15 - 17:45 h. Porteo seguro y ergonómico
- Posición fisiológica del bebé.
- Desarrollo saludable de la cadera y la espalda.
- Normas básicas de seguridad (regla T.I.C.K.S.).

17:45 - 18:15 h. Conociendo los diferentes portabebés
- Fular elástico.
- Fular tejido.
- Bandolera.
- Mochila ergonómica.
- Ventajas e indicaciones de cada sistema.

18:15 - 18:45 h. Taller práctico
- Colocación correcta del portabebé.
- Ajuste según la edad y tamaño del bebé.
- Corrección de errores frecuentes.
- Prácticas guiadas.

18:45 - 19:00 h. Preguntas y cierre
- Resolución de dudas.
- Recomendaciones finales.
- Entrega de material informativo.

DIRIGIDO A
Familias gestantes, madres, padres y cuidadores con bebés.

RECOMENDACIONES
- Acudir con ropa cómoda.
- Traer vuestro portabebé si disponéis de uno.
- Plazas limitadas.

INSCRIPCIÓN
Actividad gratuita previa inscripción.

Aprende a portear de forma segura, cómoda y respetuosa con el desarrollo de tu bebé.

Ayuntamiento
Centro de Iniciativas Municipales

Pequeños pasos grandes vínculos