

AGENDA FEBRERO

MATERNIDAD&FITNESS&CICLOMENSTRUAL

Miércoles 8 a las 16h – Plazas agotadas

Lunes 20 a las 16h – Abiertas inscripciones

Hablaremos de fitness y de ejercicios que podamos hacer en casa o en el gimnasio teniendo en cuenta nuestro cuerpo de mujer y la repercusión de éste en nuestro ciclo menstrual para tenerlo en cuenta cuando hacemos ejercicio

Inscripciones [aquí](#)

Precio : 20€/persona

LA PANERA DELS TRESORS y el JUEGO HEURISTICO

Jueves 16 a las 16h

En este taller hablaremos del material de juego y de La Panera dels Tresors, juego dirigido a bebés con edades entre 6 meses y 1 año y el Juego Heurístico , dirigido a bebés de 1 a 2 años.

Saber las bases de este precioso juego de estimulación es básico para poder acompañar a nuestro bebé desde el respeto, la seguridad y el cariño.

Imparte Sandra Domingo, madre, maestra y antropóloga

Precio 12€ por persona

Inscripciones [aquí](#)

TALLER DE PORTEO – NIVEL USUARIO: Básico o nulo.

Viernes 10 a las 11h

Viernes 24 a las 17.30h

En este taller hablaremos, tocaremos y probaremos todos los portabebés disponibles: Fulares, bandoleras, mei tais, portabebés de red, Mochilas... Aprenderemos a colocar BIEN a nuestro bebé en ellos y daremos herramientas para portear de manera cómoda, práctica y segura. Inscripciones [aquí](#) Precio : Gratuito

EL MUNDO DENTRO DE UNA BOTELLA – BOTELLAS SENSORIALES Y FRASCO DE LA CALMA

Miércoles 22 a las 16h

Observar, investigar, descubrir...Mirar, escuchar, tocar...Sacudir, sopesar y poner del revés... El mundo dentro de una botella o una botella para conocer el mundo con ojos, manos y orejas. Un taller para explorar a nivel estético, visual, auditivo y táctil los materiales que nos rodean en el día a día y darnos cuenta, como decía Condorin, que lo exótico es cotidiano.

Un taller teórico-práctico para aprender qué son, para qué sirven y cómo se hacen las botellas sensoriales y el frasco de la calma.

Te lo vas a perder?

IMPARTE : Sandra Domingo: madre, maestra y antropóloga

Precio 19€ material incluido (Cada asistente tiene que traer un frasco de cristal del tamaño de un bote de confitura o de olivas grande Inscripciones [aquí](#)

CURSO PREPARACIÓN AL NACIMIENTO: PARIR EN PAREJA

Sábado 18 y domingo 19 de 16h a 20h

Este curso intensivo tiene una duración de 8h repartidas en 2 días + 2 días adicionales después del parto (voluntarios) , y va dirigido a Parejas que quieran vivir el nacimiento de su bebé física y emocionalmente tranquilxs, segurxs y con alegría!

Objetivos generales/s

- Entender la fisiología y psicología del parto como un proceso fisiológico
- Gestionar el proceso del parto de manera activa.
- Ofrecer una base sólida de conocimientos y recursos para el post parto de la madre y la crianza del bebé en sus primeras semanas.

+ info e inscripciones actividades@aupaloportabebes.com

Precio 135€ por pareja

SUPERAPERITIVO Y REBAJAS

Sábado 11 de febrero de 10h a 14h

Bueno ya sabéis que las cosas a medias no nos gustan nada no? Pues atención que os hemos preparado un sábado lleno de música, aperitivo y buen rollo para engañaros y que os gastéis todo el sueldo en unas rebajas que hemos preparado. Liquidamos un montón de cosas que dejaremos a saldo, esperamos que lo aprovechéis y que nos vaciéis la tienda que necesitamos espacio para todo lo que llega!

ACTIVIDADES SEMANALES Y REGULARES:

GRUPO DE CRIANZA y ASESORAMIENTO LACTANCIA MATERNA

Grupo de madres y bebés para compartir dudas, inquietudes sobre la crianza de los bebés aprox de 0 a 12 meses.

Todos los miércoles de 11h a 12.30h.

Gratuito

#ENTREMARES

Primer miércoles de cada mes a las 17.30h

Grupo creado especialmente para esas madres que ya no están de baja, aunque sois bienvenidas todas estéis en la situación que estéis. Asesoramiento por temas la primera media hora de la sesión

Gratuito