Talleres de Salud para Familias

Curso 2026/2027

Bebés y Pantallas

Recursos para familias



DESCRIPCIÓN:

Una de las principales preocupaciones de las madres y padres actualmente es la edad cada vez más temprana a la que las niñas y niños se exponen a la televisión y/o usan aplicaciones de teléfonos móviles o tablet.

CONTENIDOS:

- ¡Empantallados!
- Riesgos, recomendaciones y límites
- Prevención: jugar, jugar y jugar



¡Con la comida sí se juega!



DESCRIPCIÓN:

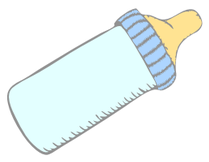
Jugar con los alimentos favorece el desarrollo cognitivo de los bebés. La exploración es la base del aprendizaje permitiendo el desarrollo de todos los sentidos.
¡No existe mejor manera de aprender que jugando!

CONTENIDOS:

- Alimentación saludable
- Productos de temporada
- Platos vistosos y divertidos
- Juegos para aprender







Cuida, protege, responde: Primeros Auxilios



DESCRIPCIÓN:

Este taller pretende que las familias conozcan los cuidados inmediatos y acciones prioritarias que deben de realizar frente a un accidente infantil además de adquirir estrategias para su prevención.

CONTENIDOS:

- Principales accidentes y peligros
- Equipar el botiquín
- Actuación, evaluación y tratamiento
- Prevención de accidentes en casa: seguridad en el entorno
- Primeros Auxilios Básicos
- Maniobras ante atragantamientos
- La mejor actuación: La prevención



Ayuntamiento de Salamanca · RECS Red Española de Ciudades Saludables · FEMP Federación Española de Municipios y Provincias · Gobierno de España Ministerio de Sanidad · Estrategia Promoción de la Salud y Prevención en el SNS · Escuela Municipal de Salud Salamanca

Talleres de Salud para Familias

Curso 2026/2027

Estrés Familiar

Cómo cuidarse para cuidar

¡NUEVO!



DESCRIPCIÓN:

Este taller está orientado al autoconocimiento de madres y padres. El conocimiento del estilo de regulación emocional propio como adultos nos va a permitir desarrollar estrategias adecuadas de protección y seguridad hacia nuestros hijos e hijas.

CONTENIDOS:

- Identificación del estilo emocional en los adultos
- Estrategias de regulación en los niños y niñas: acompañamiento seguro
- Manejo de crisis emocionales

Gestión emocional en la infancia

Conflictos y rabietas



DESCRIPCIÓN:

Sesión orientada a la adquisición de herramientas para gestionar las reacciones de los/as niños/as de 16 meses a 3 años.

CONTENIDOS:

- Etiquetar las emociones de nuestros hijos/as
- Gestión de crisis emocionales y rabietas
- Educar para convivir
- ¿Y si las rabietas no cesan?

¡Pasar tiempo en familia!



DESCRIPCIÓN:

El tiempo en familia significa compartir, disfrutar y conocerse, pero debido a las diversas responsabilidades del día a día, no siempre le podemos dedicar todo el tiempo que nos gustaría. El desarrollo de este taller nos facilitará pautas para hacer que el tiempo en familia sea de calidad.

CONTENIDOS:

- La importancia de establecer vínculos
- Planificar actividades y momentos de disfrute
- Recursos educativos no digitales
- Respeto, tolerancia y límites
- Conciliación familiar: ¡Tareas de la casa en familia!



Ayuntamiento de Salamanca · RECS Red Española de Ciudades Saludables · FEMP Federación Española de Municipios y Provincias · Gobierno de España Ministerio de Sanidad · Estrategia Promoción de la Salud y Prevención en el SNS · Escuela Municipal de Salud Salamanca