

# Calendario de Actividades MAYO 2014

Lunes		Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			<u>1</u> FIESTA	<u>2</u> FIESTA	<u>3</u>
<u>5</u> <b>CHARLA:</b> Cómo hablar con tus hijos Colegio Vedruna <u>16.30</u>	<u>5</u> <b>LA PANDA DEL OSO.</b> Sesión 3: Límites y rabietas. <u>18.30</u>	<u>6</u> <b>CHARLA:</b> Normas y límites Colegio Amorós <u>15.15</u>	<u>7</u>	<u>8.</u> <b>CHARLA.</b> Inteligencia Emocional E.I. Valle del oro 16.00H  Reunión de Soci@s Banco de tiempo. <u>19.00h</u>	<u>9</u>
<u>12</u> <b>LA PANDA DEL OSO</b> Sesión 4: Autoestima Infantil <u>18:30h</u>	<u>13</u> <b>ESCUELA DE PADRES (7-12)</b> Miedos y fobias Colegio Perú <u>16.15</u>	<u>14</u>	<u>15</u> FIESTA	<u>16</u>	
<u>19</u> <b>LA PANDA DEL OSO.</b> Sesión 5: Hábitos. <u>18.30 h</u>	<u>20</u> <b>CHARLA:</b> Rabietas Colegio Republica Brasil. 12.30 h  <b>ESCUELA DE PADRES (13-18)</b> Cómo manejar el conflicto en la adolescencia IES. Emperatriz M <sup>a</sup> de Austria <u>17.00</u>	<u>21</u>	<u>22</u> <b>TALLER:</b> Acabamos de tener un bebé I C.S. General Ricardos <u>11.00h</u>  <b>CHARLA:</b> Rabietas. E.I. Patria Chica 15.00 h	<u>23</u>	
<u>26</u> <b>LA PANDA DEL OSO.</b> Sesión 6: Apoyos extra-familiares <u>18:30h</u>	<u>27</u> <b>ESCUELA DE PADRES (13-18)</b> Riesgos en la Adolescencia. IES. Emperatriz M <sup>a</sup> de Austria <u>17.00</u>	<u>28</u>	<u>29</u> <b>TALLER:</b> Acabamos de tener un bebé II C.S. General Ricardos. <u>11.00h</u>	<u>29</u> <b>CHARLA:</b> Convivencia en casa. Colegio Amorós <u>15.15h</u>  <u>29</u> <b>CHARLA</b> Vamos a tener un bebé Centro de Salud General Ricardos <u>17.30h</u>	<u>30.</u>

**CHARLA****Cómo hablar de sexo  
con tus hij@s****DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD**

A través de esta charla, los padres y madres con hijos de 13 a 18 años, acompañados por los profesionales del CAF 3, ahondarán en los distintos componentes de la sexualidad adolescente, para tratar de establecer un puente comunicativo entre ambas generaciones, que permita a los padres ayudar a sus hijos a prevenir posibles riesgos asociados a sus conductas sexuales.

**CUÁNDO**

Lunes 5 de mayo  
Horario: 16:30 horas

**LUGAR DE REALIZACIÓN**

**Colegio Vedruna**

**DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD**

Padres y Madres con hijos de 13 a 18 años interesados en este tema.

**IMPRESINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA**

# Calendario de Actividades Mayo 2014

## LA PANDA DEL OSO



### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Este programa pretende fomentar y fortalecer el **vínculo entre padres y madres e hijos**, favoreciendo el **desarrollo social y afectivo** del niño o niña, a través de actividades, **charlas formativas** y las **experiencias compartidas** con otr@s padres y madres.

### CUÁNDO

Lunes, horario de 18:30 a 19:30h.

**SESIÓN 3: Lunes 5:** Estimulación del bebé.

**SESIÓN 4: Lunes 12:** Autoestima Infantil.

**SESIÓN 5: Lunes 19:** Hábitos: Sueño y alimentación.

**SESIÓN 6: Lunes 26:** Apoyos Extra-familiares: red social, profesionales y familias de origen.

### LUGAR DE REALIZACIÓN

CAF 3.

### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Esta actividad está destinada a padres y madres con hijos/as de entre 0 y 3 años.

### IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

**CHARLA****NORMAS Y LÍMITES**  
**CÓMO MEJORAR LA**  
**CONVIVENCIA EN CASA****DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD**

A través de esta charla, los padres y madres con hijos de 3 a 12 años, acompañados por los profesionales del CAF 3, podrán revisar las distintas formas de ejercer la autoridad parental y encontrar las estrategias más adecuadas para establecer límites que mejoren la convivencia familiar.

**CUÁNDO**

Martes 6 de mayo  
Horario: 15:15 horas

**LUGAR DE REALIZACIÓN**

Colegio AMORÓS

**DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD**

Padres y Madres interesados en este tema.

**IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA**

## CHARLA

### INTELIGENCIA EMOCIONAL



#### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

A través de esta charla, los padres y madres acompañados por los profesionales del CAF 3, podrán conocer las bases del aprendizaje emocional propio del desarrollo de sus hijos y adquirir herramientas eficaces a utilizar en casa para ayudar a sus hijos a identificar sus pensamientos y sentimientos, a sentirse cómodos con sus emociones, a desarrollar la empatía y a resolver conflictos de forma constructiva.

#### CUÁNDO

**Jueves 8 de mayo**

**Horario: 16 horas**

#### LUGAR DE REALIZACIÓN

**Escuela Infantil Valle del Oro**

#### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Padres y Madres interesados en este tema.

#### IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

## **BANCO DE TIEMPO**



### **¿QUÉ ES UN BANCO DEL TIEMPO?**

Son grupos de personas que intercambian tiempo, dedicándolo a tareas de la vida cotidiana, generando redes de solidaridad y cooperación en sus barrios.

### **¿QUIÉN PUEDE SER SOCIO DEL BANCO DE TIEMPO?**

Cualquier persona, mujer, hombre, mayor o joven que resida en el municipio de Madrid.

### **¿Y YO, QUE PUEDO INTERCAMBIAR?**

Puedes ayudar a alguien a preparar un examen, a cocinar, bricolaje, cuidar animales, hacer actividades con niños, pasar trabajos a ordenador, conversación en otros idiomas, compartir salidas culturales...mil y una cosas!!

### **¿COMO PUEDO HACERME SOCIO**

Sólo tienes que llamar al CAF y pedir una cita para que te informemos. También puedes venir el jueves 8 a las 19:00 horas a la reunión de socios/as y si te apetece asociarte solicitar cita.

## Calendario de Actividades Mayo 2014

### ESCUELA DE PADRES El desarrollo de tu hijo de 6 a 12 años

## Miedos y fobias

### Cómo ayudar a tus hijos a afrontarlos



#### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Existen una serie de temores ligados al momento evolutivo por el que los menores van pasando, y otros temores menos habituales que aparecen en un momento dado. A través de esta charla, será posible establecer cuáles son esos miedos, cómo surgen y la manera más adecuada para ayudarles a afrontarlos, de forma que les afecten lo menos posible.

#### CUÁNDO

Martes 13 de MAYO

ATENCIÓN: CAMBIO DE HORARIO.

La charla se realizará a las **16:15h**

Contaremos con **SERVICIO DE GUARDERÍA** durante la actividad.

#### LUGAR DE REALIZACIÓN

CEIP PERÚ, C/ Baleares, 18

METRO: Marqués de Vadillo; BUS: 23, 34, 35, 116, 118, 119

#### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Padres y Madres con hijos de 6 a 12 años, y PARA FAMILIAS CON HIJOS DE CUALQUIER EDAD, interesados en este tema.

#### IMPRESINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

**CHARLA****RABIETAS INFANTILES****“Lo pide todo llorando”****DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD**

A través de esta charla, los papás y mamás, acompañados por los profesionales del CAF 3, podrán entender los mecanismos de funcionamiento de la rabieta infantil y también encontrar pautas de funcionamiento efectivas para ayudar a sus hijos a pedir las cosas sin llorar.

**CUÁNDO**

Martes 20 de mayo  
Horario: 12:30 horas

**LUGAR DE REALIZACIÓN**

Colegio República de Brasil

**DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD**

Padres y Madres interesados en este tema.

**IMPRESINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA**

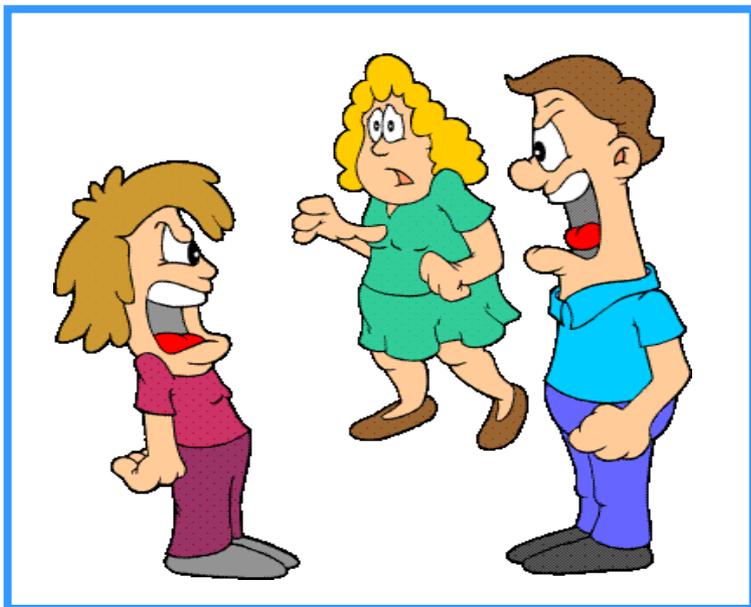
## Calendario de Actividades

### Mayo 2014

# ESCUELA DE PADRES

## El desarrollo de tu hijo de 13 a 18 años

# CÓMO MANEJAR EL CONFLICTO EN LA ADOLESCENCIA



### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Se abordarán los cambios evolutivos propios de la adolescencia, con la finalidad de tener una mayor comprensión de esta etapa de la vida. Analizaremos cuáles son los conflictos más comunes y las posibles estrategias para manejarlos.

### CUÁNDO

Martes 20 de MAYO

**ATENCIÓN: CAMBIO DE HORARIO.**  
La charla se realizará a las 17.00

Contaremos con **SERVICIO DE GUARDERÍA** durante la actividad.

### LUGAR DE REALIZACIÓN

I.E.S. Emperatriz María de Austria.  
C/ Antonio Leyva, 84

### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Padres y Madres con hijos de 13 a 18 años, y **PARA FAMILIAS CON HIJOS DE CUALQUIER EDAD**, interesados en este tema.

### IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

# Calendario de Actividades Mayo 2014

## TALLER

### ACABAMOS DE TENER UN BEBÉ



#### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

A través de esta charla, los padres y madres que acaban de tener un bebé, compartirán experiencias y sensaciones con otros papás y mamás que se encuentran en el mismo momento familiar, pudiendo asimilar juntos los cambios que están viviendo. Estas familias serán acompañadas por un profesional del CAF que les ayudará a afrontar dicha situación, comprendiendo el impacto de la llegada del bebé sobre ellos mismos, la pareja y el resto de la familia.

#### CUÁNDO

Jueves 22 y 29 de Mayo  
Horario: 11.00h

#### LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro de Salud General Ricardos  
Calle General Ricardos, 131,

#### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Padres y Madres que acaban de tener un bebé.

#### IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

**CHARLA****AUTOESTIMA EN LA INFANCIA**  
**¿Cómo pueden influir los**  
**padres?****DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD**

A través de esta charla, los padres y madres, acompañados por los profesionales del CAF 3, descubrirán los distintos componentes de la Autoestima en un momento de especial vulnerabilidad para el menor, e igualmente las distintas pautas recomendables para potenciar el valor que uno se concede a sí mismo.

**CUÁNDO**

Jueves 22 de mayo  
Horario: 15 horas

**LUGAR DE REALIZACIÓN**

Escuela Infantil LA PATRIA CHICA

**DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD**

Padres y Madres interesados en este tema.

**IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA**

# Calendario de Actividades mayo 2014

## ESCUELA DE PADRES

El desarrollo de tu hijo de 13 a 18 años

## RIESGOS EN LA ADOLESCENCIA

Ocio y amistades



### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Intentaremos reflexionar sobre las nuevas formas de ocio y relación de los adolescentes. En concreto hablaremos de las nuevas tecnologías (Internet, móvil, redes sociales, videojuegos, etc.), de los posibles problemas que pueden surgir (sexting, ciberbullying, grooming, etc), con la finalidad de poder aportar información útil para su manejo.

### CUÁNDO

Martes 27 de MAYO

**ATENCIÓN: CAMBIO DE HORARIO.**

La charla se realizará a las 17.00 h

Contaremos con **SERVICIO DE GUARDERÍA** durante la actividad.

### LUGAR DE REALIZACIÓN

I.E.S. Emperatriz María de Austria.

C/ Antonio Leyva, 84

### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Padres y Madres con hijos de 13 a 18 años, y **PARA FAMILIAS CON HIJOS DE CUALQUIER EDAD**, interesados en este tema.

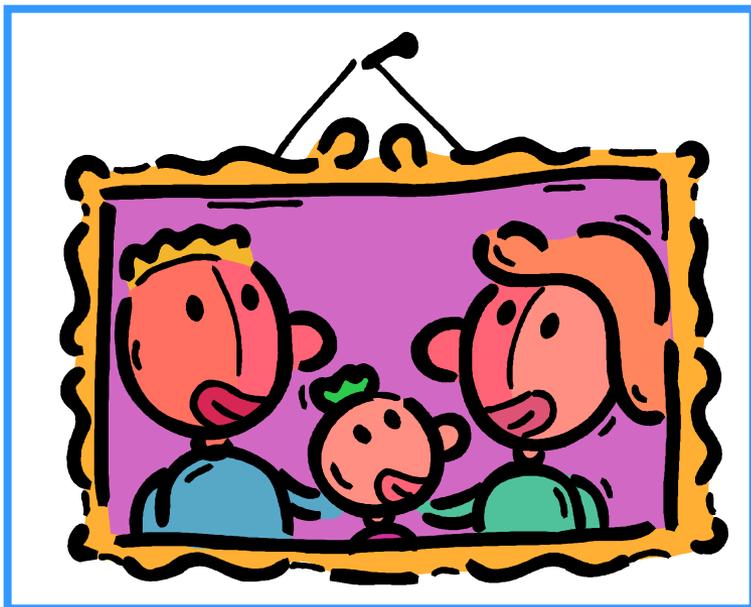
### IMPRESINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

# Calendario de Actividades

## Mayo 2014

## CHARLA

### La convivencia en casa



#### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

A través de esta charla, los padres y madres con hijos de 6 a 13 años, acompañados por los profesionales del CAF 3, podrán reflexionar acerca de los cambios más importantes acaecidos en la preadolescencia y adolescencia y las dificultades que los mismos provocan en la convivencia familiar.

El objetivo principal consiste en comprender dichos cambios y facilitar la adaptación familiar a la nueva etapa, obteniendo relaciones familiares y convivencia más armoniosas.

#### CUÁNDO

Jueves 29 de mayo  
Horario: 15:15 horas

#### LUGAR DE REALIZACIÓN

Colegio Amorós

#### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Padres y Madres con hijos de 3 a 13 años interesados en este tema.

#### IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

# Calendario de Actividades

## MAYO 2014

## CHARLA

### VAMOS A TENER UN BEBÉ



#### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

A través de esta charla, los padres y madres en “estado de buena esperanza” tendrán la posibilidad de compartir experiencias, sensaciones y expectativas junto con otros papás y mamás que se encuentran en la misma situación. Además, serán acompañados por un profesional del CAF 3 que se encargará de revisar con ellos los cambios esperables de este momento tan importante, y de prepararles para afrontar la nueva situación familiar.

#### CUÁNDO

Jueves 29 de abril  
Horario: 17.30h

#### LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro de Salud General Ricardos  
Calle General Ricardos, 131,

#### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Padres y Madres que se encuentran esperando un bebé.

#### IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA