

## CALENDARIO DE ACTIVIDADES MAYO 2024

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<ul style="list-style-type: none"> <li><span style="color: blue;">●</span> ESPACIO 0-6 AÑOS</li> <li><span style="color: orange;">●</span> PARTICIPACIÓN COMUNITARIA</li> <li><span style="color: purple;">●</span> FORMACIÓN DENTRO DE LAS INSTALACIONES DEL CAF</li> <li><span style="color: green;">●</span> FORMACIÓN FUERA DE LAS INSTALACIONES DEL CAF</li> </ul>		1	2	3
<b>6</b> CRECIENDO JUNTOS (G1) “Desarrollo evolutivo del bebé” 11:00h	7 CHARLA: “ENTENDERNOS CON NUESTROS/AS NIETOS/AS: De las cartas a internet” CMM “Daroca” 12:00h	8 GRUPO: SOLEDAD NO ELEGIDA Cuando se frustra el proyecto familiar 17:00	9 CHARLA: “EL LEGADO MUSICAL DE LAS FAMILIAS” CMM “Daroca” 16:00h	10
	TALLER PARA FAMILIAS: CASAS LECTORAS “SEGUNDO ENCUENTRO” 17:30h			
<b>13</b> CRECIENDO JUNTOS (G1) “Masaje infantil” 11:00h	14	15	16	17
<h1>Semana de las Familias</h1>				
<b>20</b> CRECIENDO JUNTOS (G1) “La nueva familia y/o la nueva pareja tras la llegada del bebé” 11:00h	21	22 GRUPO: SOLEDAD NO ELEGIDA Cuando se frustra el proyecto familiar 17:00	23 DÍA DE LA FAMILIA E INFANCIA “Viaje familiar a través de la Historia” 17:00h	24
<b>27</b> CRECIENDO JUNTOS (G1) “El sueño” 11:00h	28	29	30	31 XVII VIVE-CONVIVE Parque de Canillejas 17:00h

## CALENDARIO DE ACTIVIDADES MAYO 2024

ESPACIO DE ENCUENTRO 0-6 AÑOS:

### CRECIENDO JUNTOS

Familias con hijos/as de 0 a 6 meses



### INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA (\*)

Tlf.: 91 564 81 84

(Plazas limitadas)

(\*) Para la participación en esta actividad, es necesario solicitar cita para entrevista previa.

#### ► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Espacio de orientación, apoyo, información e intercambio de experiencias para padres y madres con hijos/as de 0 a 6 años.

Se desarrolla a través de sesiones grupales dinámicas y participativas, en las que se ofrece información objetiva y especializada sobre el desarrollo integral de los/as niños/as y se promueve una experiencia compartida entre las familias que viven situaciones similares en cuanto a dudas, temores, necesidades, etc., con hijos/as en una misma franja de edad:

- Grupo 1: de 0 a 6 meses.
- Grupo 2: de 7 a 18 meses.
- Grupo 3: de 19 a 36 meses.
- Grupo 4: de 3 a 6 años.

#### ► ¿CUÁNDO?

Grupo 1. Sesión 1ª y 2ª: LUNES 22 y 29 de abril de 11:00 a 12:30 horas

Grupo 1. Sesiones 3ª-6ª:

**LUNES 6, 13, 20 y 27 de MAYO de 11:00 a 12:30 horas.**

Grupo 1. Sesión 7ª y 8ª: LUNES 3, 10 y 17 de junio de 11:00 a 12:30 horas.

#### ► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro de Apoyo a las Familias 5.

#### ► DESTINATARIO/AS DE LA ACTIVIDAD

Familias con hijas/os de 0 a 6 meses.

## CALENDARIO DE ACTIVIDADES MAYO 2024

CHARLA PARA FAMILIAS SENIOR:

### “ENTENDERNOS CON NUESTROS/AS NIETOS/AS”

De las cartas a internet



### INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA CMM “Daroca”

#### ► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

En las últimas décadas, la cultura y la forma de comunicarnos ha ido evolucionando. Así, muchos/as hemos conocido el esperar durante semanas la respuesta a una carta enviada, hasta la inmediatez de internet con los *e-mails*.

Con el paso de los años, en muchos momentos, nos resulta complicado sentir como nuestra la música actual, el cine, la forma de relacionarnos socialmente.... Por ello, aunque compartimos el presente con nuestros/as nietos/as, a veces sentimos que pertenecemos a diferentes épocas y que no conseguimos entendernos.

Conocer los nuevos canales, códigos, contextos y registros comunicativos nos permitirá un mayor acercamiento a las nuevas generaciones (a la hora de conversar, de compartir el mundo, los afectos... ) y nos ayudará a sacar el máximo partido a este tiempo, que también es nuestro.

Os invitamos a esta charla-coloquio para reflexionar, junto con una psicóloga del CAF-5, sobre la necesidad de conocer las claves del momento actual para adaptarnos a él de la forma más positiva y favorecer nuestro modo de relacionarnos y entendernos con nuestros/as nietos/as.

#### ► ¿CUÁNDO?

**Grupo 2: MARTES 7 de MAYO de 12:00 a 13:30 horas.**

#### ► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro Municipal de Mayores “Daroca”.

#### ► DESTINATARIO/AS DE LA ACTIVIDAD

Personas usuarias del CMM “Daroca”.

GRUPO:

## “SOLEDAD NO ELEGIDA” Cuando se frustra nuestro proyecto familiar



**INFORMACIÓN E  
INSCRIPCIÓN PREVIA**  
Tlf.: 91 564 81 84

## CALENDARIO DE ACTIVIDADES MAYO 2024

### ► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

En ocasiones, a lo largo de nuestra trayectoria familiar, se producen cambios o ausencias, unas veces elegidas y, otras, no. La pérdida de un ser querido, la ruptura de la pareja o de relaciones familiares, pueden suponer la frustración de nuestro proyecto familiar, provocándonos sentimientos de vacío, malestar, dolor, desconexión...y, en definitiva, de soledad. Pero, ¿a qué nos referimos cuando hablamos de soledad?, ¿qué ocurre cuando es una realidad que yo no he elegido?

Estos sentimientos a veces nos limitan a la hora de afrontar una nueva etapa o para establecer o restablecer el contacto con otras personas y nos sentimos sin herramientas para salir de una situación de soledad no elegida que se va alargando en el tiempo. A través de este **grupo de cuatro sesiones**, conducidas por una **psicóloga** del CAF-5, reflexionaremos sobre:

- El concepto de soledad.
- Herramientas para sobrellevar y salir fortalecidos/as de estas situaciones.
- Cómo establecer nuevas relaciones y proyectos.
- Revisar nuestras fortalezas personales: autoestima, estilos de comunicación y escucha, expresión de necesidades...Todo ello, con el objetivo de identificar las más adecuadas para facilitarnos la interacción con aquellos/as que nos rodean.
- Conocer e identificar cómo nos relacionamos con los/as demás, para facilitar la construcción de nuevos vínculos que nos permitan establecer relaciones satisfactorias y enriquecedoras.

► **¿CUÁNDO?** Miércoles 10 y 24 de abril de 17:00 a 18:30 horas.

**MIÉRCOLES 8 Y 22 DE MAYO** de 17:00 a 18:30 horas.

### ► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro de Apoyo a las Familias 5.

### ► DESTINATARIO/AS DE LA ACTIVIDAD

Personas que hayan visto frustrados sus proyectos familiares y se sientan solos/as.

## CALENDARIO DE ACTIVIDADES MAYO 2024

### TALLERES PARA FAMILIAS: "CASAS LECTORAS"



### INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA (\*)

Tlf.: 91 564 81 84  
(Plazas limitadas)

(\*) **IMPORTANTE:**

La inscripción debe realizarse para cada sesión.

#### ► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Desde el Centro de Apoyo a las Familias 5, os invitamos a participar en los talleres impartidos por los/as especialistas del **Programa Casas Lectoras**, que, a través de libros, cuentos, magia, música y otras actividades, tienen como objetivo compartir momentos en torno a actividades artísticas y estimular la creatividad en familia.

#### ► ¿CUÁNDO?

Martes 23 de abril de 17:30 a 18:30 horas.

**MARTES 7 de MAYO** de 17:30 a 18:30 horas.

Martes 4 de junio de 17:30 a 18:30 horas.

Martes 17 de septiembre de 17:30 a 18:30 horas.

Martes 15 de octubre de 17:30 a 18:30 horas.

Martes 5 de noviembre de 17:30 a 18:30 horas.

#### ► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro de Apoyo a las Familias 5

#### ► DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Familias con hijos/as de **entre 9 meses y 8 años**.

Los niños/as participan en todos los talleres, junto con sus padres/madres.

## CALENDARIO DE ACTIVIDADES MAYO 2024

CHARLA FAMILIAS SÉNIOR:

### “EL LEGADO MUSICAL DE LAS FAMILIAS”

**GRUPO CERRADO**



**INFORMACIÓN E  
INSCRIPCIÓN PREVIA**  
CMM “Daroca”

#### ► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

La música tiene la capacidad de movilizarnos física y emocionalmente, nos acompaña en los diferentes momentos y circunstancias de nuestra vida.

Cada época tiene su propia música, igual que cada familia, podríamos decir, tiene su propia canción.

En esta charla os invitamos, acompañados/as por una psicóloga del CAF-5, a compartir la influencia que la música ha tenido dentro de vuestra familia a la hora de: Recordar ciertos momentos; de reunirlos; y, de relacionaros los miembros más mayores con los miembros más jóvenes de vuestra familia.

Os proponemos que compartáis la canción que creéis que representa a vuestra familia en concreto... ¿A qué circunstancias la asociáis?, ¿En qué ocasiones os detenéis para escucharla?, ¿Qué sentimientos os provoca cuando, de pronto, la escucháis por la calle o en la radio?

#### ► ¿CUÁNDO?

**Grupo 1: JUEVES 9 de MAYO de 16:00 a 17:00 horas.**

#### ► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro Municipal de Mayores “Daroca”.

#### ► DESTINATARIO/AS DE LA ACTIVIDAD

Personas usuarias del CMM “Daroca”.



## CALENDARIO DE ACTIVIDADES MAYO 2024

### SEMANA DE LAS FAMILIAS

#### “Decisiones, responsabilidades y cooperación en la familia”



**Monumentos urbanos en Madrid:**  
“Familia”. Escultor: Jesús Valverde Alonso.

#### ► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Conocer los diferentes **momentos evolutivos** de los hijos/as puede ayudarnos a organizar y negociar y eficazmente la **responsabilidad**, las **decisiones** y la **cooperación familiar** en las sucesivas etapas del ciclo vital de nuestra familia.

Para reflexionar sobre ello, os proponemos participar, durante la “Semana de las Familias”, en esta actividad en la que podréis responder a qué haríais ante diferentes situaciones familiares cotidianas...

-” Si mi hijo de 14 años no hiciera ninguna tarea en casa...¿lo consideraría “normal” o empezaría a “obligarle”?”

-” Si mi hija de 10 años nunca apuntara las tareas de clase en la agenda...¿yo me encargaría de preguntar a otros padres/madres porque aún es pequeña o dejaría que lo lleve sin hacer para que vaya aprendiendo?”

-” Si me separase de mi pareja...¿decidiríamos nosotros con quién vivirían nuestros/as hijos/as o deberían hacerlo ellos/as?”

-” Si mi hijo de 17 años no quisiera venir este verano de vacaciones con la familia...¿dejaría que se quede solo en Madrid o tendría que venir con nosotros/as?”

A través de la charla que se realizará el día **3 de junio**, analizaremos las respuestas aportadas y resolveremos las cuestiones que se plantean las familias en relación a estos temas.

#### ► ¿CUÁNDO?:

**SEMANA DEL 13 al 17 de MAYO:** Actividad “¿Qué haría si...?”

**LUNES 3 de JUNIO de 17:30 a 19:00 horas.** Charla: “Decisiones, responsabilidades y cooperación en familia”

► **LUGAR DE REALIZACIÓN:** Centro de Apoyo a las Familias 5

► **DESTINATARIO/AS DE LA ACTIVIDAD:**

Toda aquella persona que quiera compartir y reflexionar sobre cómo se organiza su familia.