

TREBA



gurasoak

gipuzkoangazte.eus/treba/gurasoak



1.- ¿Qué es TREBA gurasoak?

Esta nueva iniciativa formativa de la Dirección de Juventud de la Diputación Foral de Gipuzkoa tiene como objetivo mejorar la calidad de vida y las oportunidades de los niños, las niñas y adolescentes, mediante la formación de padres y madres en competencias educativas. Pretende ser una herramienta ágil y eficaz para transmitir en todo el territorio varios conocimientos importantes para la función de ser padres y madres, a través de la colaboración de diferentes agentes. Como este ámbito de la crianza es tan cambiante, se plantea un programa dinámico y flexible, que pueda adaptarse a la realidad y a la demanda de cada momento.

Todos los padres y todas las madres de niños, niñas y adolescentes necesitan en algún momento orientación para desarrollar adecuadamente sus funciones durante el proceso educativo. Sin embargo, el objetivo de esta ayuda o apoyo no debe ser meramente reparador o terapéutico, sino que su finalidad tiene que ser preventiva y promover el desarrollo de todos los miembros de la familia.

Con el fin de ofrecer este tipo de ayuda a padres y madres, la Dirección de Juventud de la Diputación Foral de Gipuzkoa ha elaborado una oferta pedagógica basada en la parentalidad positiva. A través de este programa se organizarán en los municipios del territorio diversas charlas y talleres sobre diferentes temas, que ayudarán a padres y madres en el proceso educativo de sus hijos e hijas.

2.- ¿En qué se basa?

La forma de ejercer de padre o madre ha cambiado sustancialmente en nuestra sociedad. Al igual que en otros muchos ámbitos (diferentes formas de familia, cambio de roles de género, diversidad cultural...), aquí también ha habido un cambio conceptual. Y es que, en lugar de la autoridad parental que se basaba en la obediencia y la disciplina por parte de los hijos y las hijas, está prevaleciendo un concepto más complejo y que requiere más trabajo: el de parentalidad responsable o de responsabilidad parental.

La clave ya no es que los padres y madres se valgan de la autoridad para conseguir la obediencia de sus hijos e hijas, sino que ejerzan ese mando con cuidado; es decir, que actúen con responsabilidad para que se salvaguarden los derechos de los hijos e hijas, pero sin vulnerar los de los padres y las madres. Esto incluye el impulso de la participación de niños, niñas y adolescentes en su proceso de socialización, el fomento de sus capacidades críticas y, al mismo tiempo, la promoción progresiva de su autonomía y el ejercicio de una ciudadanía activa.

Así las cosas, una perspectiva de parentalidad positiva puede ayudar a los padres y las madres actuales a ejercer su labor educativa y de crianza.



Parentalidad positiva

La parentalidad positiva consiste fundamentalmente en trasladar a las familias los hallazgos que la investigación sistemática obtiene en el campo del impacto del desarrollo psicológico de las personas; es decir, transferirles a éstas los avances basados en la evidencia científica. Esto se consigue cuando las familias interiorizan sus capacidades parentales, creando así un contexto familiar que apoye el desarrollo psicológico saludable de sus hijos e hijas.

La parentalidad positiva promueve relaciones afectivas sanas, protectoras y estables; crea un entorno educativo estructurado en rutinas y hábitos (que transmite normas y valores con flexibilidad); proporciona estimulación, protección y oportunidades de aprendizaje; se basa en el reconocimiento de los logros y capacidades de los niños, las niñas y adolescentes; y les proporciona apoyo en su día a día. Todo lo anterior se produce, además, en un entorno de no violencia física, emocional y verbal.

3.- Características del programa

FORMATO:

- Serán actividades de dos tipos:
 - **Charlas. Para la sensibilización y la reflexión.** Pretenden ser inspiradoras y fuente de motivación. Se ofrecerán pequeñas claves sobre el modo de actuar con los hijos y las hijas (sesiones de una hora y media).
 - **Talleres. Conocimientos básicos para trabajar las competencias.** Combinando teoría y práctica, se incidirá en la resolución de problemas, en la formación (en total, 4 horas divididas en dos sesiones)
- Cada tema se ofrece en ambos formatos. Es decir, lo que se trabaje en la charla se desarrollará más a fondo en el taller; habrá cierta continuidad, pero también se podrán hacer por separado. Por lo tanto, si después de organizar una charla, los y las participantes muestran interés en profundizar más en el mismo tema, pueden solicitar que se organice el taller. La respuesta dependerá de la demanda que se pueda generar.
- La mayor parte de las actividades educativas se han diferenciado (en función de la temática) por edades: para padres y madres de niños y niñas y para padres de adolescentes.
- La charla y el taller los impartirá la misma persona experta en el tema.
- Se priorizarán las sesiones presenciales.



- Las charlas o talleres deberán estar abiertos al público en general (hasta completar aforo o límite de plazas). En todo caso, todo padre o madre debe poder participar en las actividades, independientemente de que pertenezca o no a una asociación que participe en su organización.

IDIOMA:

Podrán ser tanto en euskera como en castellano. Por tanto, al realizar la solicitud se tendrá que especificar el idioma de la actividad.

DURACIÓN:

La agenda se irá completando cada curso; la primera edición será la del 2021-2022.

LUGAR:

Las charlas y talleres se celebrarán en el lugar que proponga el ayuntamiento correspondiente.

PRECIO:

Serán gratuitos para las personas participantes.

4.- ¿Cómo funciona?

La Dirección de Juventud de la Diputación Foral de Gipuzkoa, en colaboración con los servicios de promoción de la infancia, adolescencia y juventud de los ayuntamientos, pone a disposición de padres y madres y agentes educativos de Gipuzkoa (AMPAs, educadores y educadora...) el catálogo de actividades formativas TREBA Gurasoak. De este modo, la iniciativa de organizar una charla o taller de esta oferta, puede partir de cualquier persona que tenga inquietud, interés o necesidad por el tema.

La solicitud deberá dirigirse al/la técnico/a municipal de promoción de infancia, adolescencia y juventud de cada municipio.



[Ver las direcciones de los técnicos y las técnicas municipales de promoción de infancia, adolescencia y juventud](#)

Padres, madres y demás agentes educativos podrán realizar sus peticiones y sus propuestas en esta página web mediante [este formulario](#). Las solicitudes recogidas en la misma se harán llegar al ayuntamiento correspondiente.



Una vez analizadas y valoradas todas las solicitudes, los y las responsables municipales indicarán a la Dirección de Juventud de la Diputación qué actividades del catálogo desean programar utilizando el formulario de solicitud para ayuntamientos.

La Dirección de Juventud de la Diputación estudiará las solicitudes e informará a cada ayuntamiento si las suyas han sido aceptadas o no, así como las razones que lo justifican.

En función del número de solicitudes, la Dirección de Juventud de la Diputación Foral de Gipuzkoa tendrá derecho a limitar o dosificar el número de charlas programadas hasta agotar el presupuesto asignado.

PLAZO:

El plazo de presentación de solicitudes en la Diputación Foral de Gipuzkoa será hasta el **22 de octubre**. En este periodo se hará una primera recogida de solicitudes que permita conocer la demanda e ir organizando el programa. No obstante, los servicios municipales de promoción de infancia, adolescencia y juventud también podrán realizar solicitudes durante el curso escolar, si bien, a partir de esa fecha se irán asignando las actividades en función de la disponibilidad económica y de la agenda de las formadoras.

INSCRIPCIÓN:

A través del ayuntamiento que organiza la charla o taller (será necesario un mínimo de 10 personas para realizar una actividad formativa).

5.- Condiciones para participar en el programa (información para ayuntamientos)

- La realización de un evento TREBA Gurasoak podrá implicar la formalización de un convenio de colaboración entre la Dirección de Juventud de la Diputación Foral de Gipuzkoa y el área de promoción de infancia y juventud de cada ayuntamiento. No obstante, la participación en el programa implicará la aceptación, al menos, de las siguientes condiciones:
 - La Diputación Foral de Gipuzkoa se hará cargo de los costes del diseño del programa, honorarios de las personas expertas, comunicación general del programa y su gestión a nivel territorial.
 - El ayuntamiento se hará cargo de los costes de la actividad en el municipio: local, personal de organización, luz y sonido, relación con los agentes sociales, comunicación en el municipio, proceso de inscripciones,



seguimiento de la sesión y recogida de información y valoración sobre la misma.

- Para que las acciones formativas se lleven a cabo, se deberá contar con un mínimo de 10 personas previamente inscritas.
- Además de las acciones de difusión que, a nivel local, pueda realizar el ayuntamiento, se podrá acordar entre las partes la celebración de una rueda de prensa conjunta en la que participará una persona responsable política de la Diputación Foral de Gipuzkoa junto con el/la representante municipal.

CONTACTO:

- Servicio de Promoción de infancia, adolescencia y juventud.
- Diputación Foral de Gipuzkoa
- gazteria@gipuzkoa.eus
- 943 112431

6.- Condiciones para participar en el programa (información para ayuntamientos)

Las charlas y talleres que a continuación se detallan conforman el catálogo del programa TREBA Gurasoak. La elección de los mismos es fruto de un trabajo previo de análisis y contraste con padres y madres, así como con técnicos/as municipales de promoción de infancia, adolescencia y juventud de Gipuzkoa.

Estas son las propuestas para el curso 2021-22. No obstante, los temas podrán ser modificados o adaptados en función de factores como la disponibilidad de los y las formadores/as, la demanda de otros temas y el grado de aceptación de las actividades planteadas.

Asimismo, en los próximos cursos iremos proponiendo nuevos temas en función de la demanda e intereses de cada momento, así como de la experiencia y el conocimiento que el desarrollo del programa proporcione.



Catálogo de cursos y talleres



1. El arte de ser padre o madre

● Formadora: [Nerea Mendizabal](#)

1.1- [CHARLA.](#)

1.2- [TALLER.](#)

2. La importancia de las emociones en la familia. Cómo cuidar las emociones de los hijos y las hijas

● Formadora: [Donna Apellaniz](#)

Padres/madres de niños/niñas:

2.1- [CHARLA.](#) 2.2- [TALLER.](#)

Padres/madres de adolescentes:

2.3- [CHARLA.](#) 2.4- [TALLER.](#)

3. Comunicación no violenta.

● Formadora: [Nerea Mendizabal](#)

3.1- [CHARLA.](#)

3.2- [TALLER.](#)



4. Normas y límites en la familia. Cómo establecerlas de una forma asertiva.

● Formadora: [Donna Apellaniz](#)

4.1- [CHARLA.](#)

4.2- [TALLER.](#)

5. Cómo tratar la sexualidad con niños, niñas y adolescentes

● Formadora: [Jone Zalduegi](#)

Padres/madres de niños/niñas:

5.1- [CHARLA.](#) 5.2- [TALLER.](#)

Padres/madres de adolescentes:

5.3- [CHARLA.](#) 5.4- [TALLER.](#)

6. Por una separación parental saludable

● Formadora: [Nerea Mendizabal](#)

6.1- [CHARLA.](#)

6.2- [TALLER.](#)



7. Infancia, adolescencia e Internet: costumbres, riesgos y uso seguro

- Formadora: [Rakel Gamito](#)

Padres/madres de niños/niñas: (0-11 años)

7.1- [CHARLA](#). 7.2- [TALLER](#).

Padres/madres de adolescentes: (12-17 años)

7.3- [CHARLA](#). 7.4- [TALLER](#).

8. Consumo de sustancias. ¿Qué puede hacer la familia?

- Formadora: [Estibaliz Ansotegi](#)

8.1- [CHARLA](#).

8.2- [TALLER](#).

9. Apuestas deportivas y juegos de azar. ¿Qué puede hacer la familia?

- Formadora: [Estibaliz Ansotegi](#)

9.1- [CHARLA](#).

9.2- [TALLER](#).



10. Claves para el bienestar y el desarrollo saludable de la infancia y la adolescencia

- Formadora: [Leyre Cano](#)

Padres/madres de niños/niñas:

10.1- [CHARLA](#). 10.2- [TALLER](#).

Padres/madres de adolescentes:

10.3- [CHARLA](#). 10.4- [TALLER](#).

11. Infancia, adolescencia y coeducación. Cómo tratarlo en casa

- Formadora: [Jone Zalduegi](#)

Padres/madres de niños/niñas:

11.1- [CHARLA](#). 11.2- [TALLER](#).

Padres/madres de adolescentes:

11.3- [CHARLA](#). 11.4- [TALLER](#).

12. Cómo crear entornos seguros para minimizar situaciones de Bullying

- Formadora: [Estibaliz Ansotegi](#)

12.1- [CHARLA](#).

12.2- [TALLER](#).

*** Si quieres consultar la información de cada curso, haz clic encima de los enlaces**



1-

Parentalidad

Charla: 1

Taller: 1





1.1 El arte de ser padre o madre. CHARLA

Formadora: Nerea Mendizabal (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - El hecho de ser padres o madres nos hace descubrir en todo momento nuestros puntos fuertes y débiles. Se abrirá la posibilidad de apropiarnos de ellos, además de poner una mirada dulce en los aspectos que queremos potenciar, compartiendo ideas que nos sean útiles en nuestro día a día.
- **Objetivos**
 - Hacernos dueños de nuestros comportamientos y patrones de conducta automáticos.
 - Conocer y reforzar las capacidades parentales.
 - Fomentar el empoderamiento parental.
- **Contenidos y competencias**
 - ¿Cómo se puede ayudar a no darles más ni menos de lo que necesitan?
 - Permiso para cometer errores y la oportunidad de aprender de ellos.
 - Gestión de conflictos, desde la voluntad de generar colaboración.
 - Desarrollando confianza.
- **Metodología**
 - Tras la presentación de la teoría basada en ejemplos cotidianos, se abrirá la posibilidad de hacer reflexiones y preguntas.
- **Número de participantes por grupo**
 - Sin límite.
- **Fechas y horarios**
 - Según disponibilidad de la formadora.

1.2 El arte de ser padre o madre. TALLER

Formadora: Nerea Mendizabal (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - El hecho de ser padres o madres nos hace descubrir en todo momento nuestros puntos fuertes y débiles. Se abrirá la posibilidad de apropiarnos de ellos, además de poner una mirada dulce en los aspectos que

queremos potenciar, compartiendo ideas que nos sean útiles en nuestro día a día.

■ Objetivos

- Hacernos dueños de nuestros comportamientos y patrones de conducta automáticos.
- Conocer y reforzar las capacidades parentales.
- Fomentar el empoderamiento parental.

■ Contenidos y competencias

- ¿Cómo se puede ayudar a no darles más ni menos de lo que necesitan?
- Permiso para cometer errores y la oportunidad de aprender de ellos.
- Gestión de conflictos, desde la voluntad de generar colaboración.
- Desarrollando confianza

■ Metodología

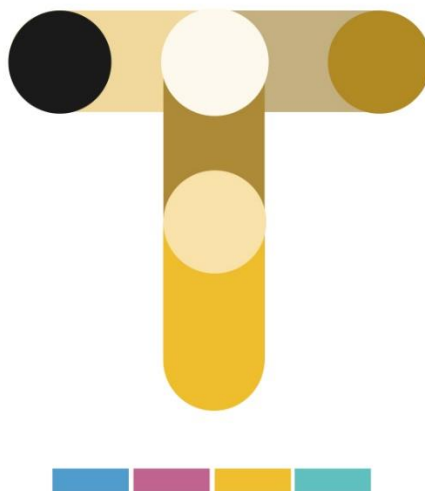
- Una vez presentada la teoría basada en ejemplos de la vida diaria, se analizarán y profundizarán las situaciones cotidianas mediante ejercicios prácticos.

■ Número de participantes por grupo

- Máximo 20 personas.

■ Fechas y horarios

- Según disponibilidad de la formadora.



2-

Desarrollo socioemocional

Charlas: 7

Talleres: 7





2.1 La importancia de las emociones en la familia. Cómo cuidar las emociones de los hijos y las hijas. CHARLA – PARA PADRES/MADRES DE NIÑOS/AS

Formadora: Donna Apellaniz (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - El objetivo de la charla es poner de relieve la importancia de las emociones de los hijos y las hijas en el día a día y se explicarán los primeros pasos para gestionarlas y cuidarlas.
- Objetivos
 - Adquirir conocimientos sobre inteligencia emocional.
 - Saber lo que son las emociones.
 - Reconocimiento de las funciones de las emociones.
 - Aprender a gestionar las emociones.
 - Conocer las necesidades que hay detrás de las emociones.
 - Conocer las herramientas necesarias para acompañar en las emociones.
 - Conocimiento de los recursos para el desarrollo de la inteligencia emocional en la familia.
 - Saber desenvolverse en diferentes estados emocionales.
 - Aprender a resolver los conflictos emocionales de una manera saludable.
 - Adquirir herramientas para acompañar emocionalmente a niños y niñas.
- Contenidos y competencias
 - ¿Qué son las emociones?
 - Las funciones de las emociones
 - ¿De dónde vienen las emociones? (la causa de las emociones)
 - Necesidades: ¿a qué nos empujan las emociones?
 - Gestión emocional
 - Las emociones de los niños y las niñas: ¿cómo las viven?
 - El acompañamiento emocional: cómo ser acompañante emocional de los niños y las niñas
- Metodología
 - Se empleará una metodología dinámica (teórico-práctica).
 - Basándose en la teoría, se tratarán las situaciones que se viven en el día a día para conectar con la experiencia y poder trabajar de una forma más profunda.

- Número de participantes por grupo
 - En función del lugar
- Fechas y horarios
 - Noviembre
 - Febrero
 - Marzo
 - Abril
 - Mayo
 - Mañana o tarde, dependiendo del día.

2.2 La importancia de las emociones en la familia. Cómo cuidar las emociones de los hijos y las hijas. TALLER – PARA PADRES/MADRES DE NIÑOS/AS

Formadora: Donna Apellaniz (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - El objetivo de la charla es poner de relieve la importancia de las emociones de los hijos y las hijas en el día a día y se adquirirán herramientas emocionales para utilizar ante los problemas y conflictos que puedan surgir en la familia.
- Objetivos
 - Adquirir conocimientos sobre inteligencia emocional.
 - Conocerse mejor, trabajando y utilizando los recursos que cada cual tiene en este tema.
 - Saber lo que son las emociones.
 - Reconocimiento de las funciones de las emociones.
 - Aprender a gestionar las emociones.
 - Aprender a identificar las necesidades que hay detrás de las emociones.
 - Conocer las capacidades emocionales (conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, habilidades socio-emocionales, habilidades para la vida y el bienestar) y adquirir herramientas que ayuden en su desarrollo.
 - Adquirir los recursos necesarios para ser acompañantes emocionales.
 - Dominar los recursos para el desarrollo de la inteligencia emocional en la familia.
 - Saber desenvolverse en diferentes estados emocionales.
 - Aprender a resolver los conflictos emocionales de una manera saludable.

- Adquirir herramientas para acompañar emocionalmente a niños y niñas.
- **Contenidos y competencias**
 - ¿Qué son las emociones?
 - Las funciones de las emociones
 - ¿De dónde vienen las emociones? (la causa de las emociones)
 - Necesidades: ¿a qué nos empujan las emociones?
 - Gestión emocional
 - Las emociones de los niños y las niñas: ¿cómo las viven?
 - El acompañamiento emocional: cómo ser acompañante emocional de los niños y las niñas
 - Estrategias y herramientas sistémicas
- **Metodología**
 - Todo esto se trabajará con una metodología dinámica (teórico-práctica). Si se quiere trabajar la educación emocional con niños y niñas, primero tenemos que hacerlo las personas adultas, porque las emociones viven en nuestro inconsciente; y, por lo tanto, no podemos cultivarlas sólo con un aprendizaje teórico.
 - En base a la teoría se trabajarán casos prácticos porque para trabajar las emociones hay que emocionarse.
- **Número de personas por grupo**
 - 20-25 personas
- **Fechas y horarios**
 - Noviembre
 - Febrero
 - Marzo
 - Abril
 - Mayo
 - Mañana o tarde, dependiendo del día.

2.3 La importancia de las emociones en la familia. Cómo cuidar las emociones de los hijos y las hijas. CHARLA – PARA PADRES/MADRES DE ADOLESCENTES

Formadora: Donna Apellaniz (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**



- El objetivo de la charla es poner de relieve la importancia de las emociones de los hijos y las hijas en el día a día y se explicarán los primeros pasos para gestionarlas y cuidarlas.
- **Objetivos**
 - Adquirir conocimientos sobre inteligencia emocional.
 - Saber lo que son las emociones.
 - Reconocimiento de las funciones de las emociones.
 - Aprender a gestionar las emociones.
 - Conocer las necesidades que hay detrás de las emociones.
 - Conocer las herramientas necesarias para acompañar en las emociones.
 - Conocimiento de los recursos para el desarrollo de la inteligencia emocional en la familia.
 - Saber desenvolverse en diferentes estados emocionales.
 - Aprender a resolver los conflictos emocionales de una manera saludable.
 - Adquirir herramientas para acompañar emocionalmente a adolescentes.
- **Contenidos y competencias**
 - ¿Qué son las emociones?
 - Las funciones de las emociones
 - ¿De dónde vienen las emociones? (la causa de las emociones)
 - Necesidades: ¿a qué nos empujan las emociones?
 - Gestión emocional
 - Las emociones de los y las adolescentes: ¿cómo las viven?
 - El acompañamiento emocional: cómo ser acompañante emocional de adolescentes
- **Metodología**
 - Se empleará una metodología dinámica (teórico-práctica).
 - Basándose en la teoría, se tratarán las situaciones que se viven en el día a día para conectar con la experiencia y poder trabajar de una forma más profunda.
- **Número de personas por grupo**
 - - En función de la sala
- **Fechas y horarios**
 - Noviembre
 - Febrero
 - Marzo
 - Abril



- Mayo
- Mañana o tarde, dependiendo del día.

2.4 La importancia de las emociones en la familia. Cómo cuidar las emociones de los hijos y las hijas. TALLER – PARA PADRES/MADRES DE ADOLESCENTES

Formadora: Donna Apellaniz (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - El objetivo de la charla es poner de relieve la importancia de las emociones de los hijos y las hijas en el día a día y se adquirirán herramientas emocionales para utilizar ante los problemas y conflictos que puedan surgir en la familia.
- Objetivos
 - Adquirir conocimientos sobre inteligencia emocional.
 - Conocerse mejor, trabajando y utilizando los recursos que cada cual tiene en este tema.
 - Saber lo que son las emociones.
 - Reconocimiento de las funciones de las emociones.
 - Aprender a gestionar las emociones.
 - Aprender a identificar las necesidades que hay detrás de las emociones.
 - Conocer las capacidades emocionales (conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, habilidades socio-emocionales, habilidades para la vida y el bienestar) y adquirir herramientas que ayuden en su desarrollo.
 - Adquirir los recursos necesarios para ser acompañantes emocionales.
 - Dominar los recursos para el desarrollo de la inteligencia emocional en la familia.
 - Saber desenvolverse en diferentes estados emocionales.
 - Aprender a resolver los conflictos emocionales de una manera saludable.
 - Adquirir herramientas para acompañar emocionalmente a adolescentes.
- Contenidos y competencias
 - ¿Qué son las emociones?
 - Las funciones de las emociones
 - ¿De dónde vienen las emociones? (la causa de las emociones)
 - Necesidades: ¿a qué nos empujan las emociones?
 - Gestión emocional
 - Las emociones de los y las adolescentes: ¿cómo las viven?



- El acompañamiento emocional: cómo ser acompañante emocional de adolescentes
- Estrategias y herramientas sistémicas.
- Metodología
 - Todo esto se trabajará con una metodología dinámica (teórico-práctica). Si se quiere trabajar la educación emocional con adolescentes, primero tenemos que hacerlo las personas adultas, porque las emociones viven en nuestro inconsciente; y, por lo tanto, no podemos cultivarlas sólo con un aprendizaje teórico.
 - En base a la teoría se trabajarán casos prácticos porque para trabajar las emociones hay que emocionarse.
- Número de personas por grupo
 - 20-25 personas.
- Fechas y horarios
 - Noviembre
 - Febrero
 - Marzo
 - Abril
 - Mayo
 - Mañana o tarde, dependiendo del día.

3.1 Comunicación no violenta. CHARLA

Formadora: Nerea Mendizabal (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general:
 - Se presentará la forma de comunicación que puede ayudar a cuidar las relaciones y a gestionarlas de forma eficaz. Analizando las necesidades de los miembros de la familia, se conocerán las claves para disfrutar del ambiente doméstico con el que todos soñamos.
- Objetivos:
 - Conocer y practicar una forma de hablar y escuchar que nos ayude a acercarnos a los demás.
 - Conocer varios aspectos relacionados con la gestión del ambiente familiar y el cuidado de las diferentes relaciones de nuestra vida.
 - Acceder a los recursos para gestionar conflictos y establecer límites.



- **Contenidos y competencias:**
 - Presentación y práctica de los criterios para una CNV. La intención, la expresión honesta y la escucha empática.
 - Cuando nuestros hijos e hijas hacen o dicen algo que no nos gusta: ¿cómo gestionamos los conflictos?, ¿qué decir para que nos escuchen de verdad? ¿qué límites poner y cómo?, ¿cómo mejorar la comunicación con nuestros hijos e hijas?
- **Metodología:**
 - Tras presentar la teoría basada en ejemplos de la vida cotidiana, se abrirá la posibilidad de hacer reflexiones y preguntas.
- **Número de personas por grupo:**
 - Sin límite.
- **Fechas y horarios:**
 - Según disponibilidad de la formadora.

3.2- Comunicación no violenta. TALLER

Formadora: Nerea Mendizabal (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general:**
 - Se podrá practicar con las herramientas para cuidar y gestionar de forma efectiva las relaciones en situaciones que sean significativas para los y las participantes.
- **Objetivos**
 - Conocer y practicar una forma de hablar y escuchar que nos ayude a acercarnos a los demás.
 - Conocer varios aspectos relacionados con la gestión del ambiente familiar y el cuidado de las diferentes relaciones de nuestra vida.
 - Acceder a los recursos para gestionar conflictos y establecer límites.
- **Contenidos y competencias**
 - Presentación y práctica de los criterios para una CNV. La intención, la expresión honesta y la escucha empática.
 - Cuando nuestros hijos e hijas hacen o dicen algo que no nos gusta: ¿cómo gestionamos los conflictos?, ¿qué decir para que nos escuchen de verdad?



¿qué límites poner y cómo?, ¿cómo mejorar la comunicación con nuestros hijos e hijas?

- Metodología
 - Tras presentar la teoría, basada en ejemplos de la vida diaria, a través de varios ejercicios prácticos se analizarán y se profundizará en situaciones cotidianas.
- Número de personas por grupo.
 - Máximo 20 personas
- Fechas y horarios
 - Según disponibilidad de la formadora

4.1 Normas y límites en la familia. Cómo establecerlas de una forma asertiva. CHARLA

Formadora: Donna Apellaniz (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - A través de esta charla se verá qué se necesita para mantener una relación familiar equilibrada, saludable y beneficiosa; y se trabajará la manera de establecer las normas y límites necesarios para su desarrollo.
- Objetivos
 - Conocer los diferentes modelos de educación familiar
 - Ver las consecuencias de los diferentes modelos de educación familiar.
 - Trabajar la forma de tener un buen ambiente familiar.
 - Conocer la necesidad de normas y límites en la familia.
 - Ver los beneficios de establecer normas familiares de forma asertiva.
 - Conocer los instrumentos para la aplicación asertiva de las normas en la familia.
- Contenidos y competencias
 - Conocimiento de los diferentes modelos de educación familiar.
 - Efectos de los diferentes modelos de educación familiar.
 - ¿Qué son los límites?
 - ¿Para qué sirven los límites?



- Los beneficios de poner límites de forma asertiva.
- Herramientas para poner límites de forma asertiva.
- Necesidad de normas en la familia.
- Cómo establecer normas de forma asertiva.
- ¿Qué debemos tener en cuenta a la hora de establecer normas y límites?

- Metodología
 - Se trabajará con una metodología dinámica (teórico-práctica).
 - Basándose en la teoría se trabajarán casos prácticos.
 - Se expondrán casos prácticos para conocer diferentes modelos de educación familiar.

- Número de participantes por grupo
 - En función de la sala

- Fechas y horarios
 - Noviembre
 - Febrero
 - Marzo
 - Abril
 - Mayo
 - Mañana o tarde, dependiendo del día.

4.2 Normas y límites en la familia. Cómo establecerlas de una forma asertiva. TALLER

Formadora: Donna Apellaniz (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - A través de este taller vamos a trabajar la manera de tener la estructura necesaria para una relación familiar equilibrada, saludable y beneficiosa, aprendiendo a establecer unas normas y unos límites que nos sirvan de ayuda.

- Objetivos
 - Conocer los diferentes modelos de educación familiar
 - Ver las consecuencias de los diferentes modelos de educación familiar.
 - Trabajar la forma de tener un buen ambiente familiar.
 - Conocer la necesidad de tener normas y límites en la familia.



- Ver los beneficios de establecer normas familiares de forma asertiva.
- Conocer los instrumentos para la aplicación asertiva de las normas en la familia.
- Adquirir herramientas para la solución de conflictos y problemas en la familia.

- Contenidos y competencias
 - Conocimiento de los diferentes modelos de educación familiar.
 - Efectos de los diferentes modelos de educación familiar.
 - ¿Qué son los límites?
 - ¿Para qué sirven los límites?
 - Los beneficios de poner límites de forma asertiva.
 - Herramientas para poner límites de forma asertiva.
 - Necesidad de normas en la familia.
 - Cómo establecer normas de forma asertiva.
 - ¿Qué debemos tener en cuenta a la hora de establecer normas y límites?

- Metodología
 - Se trabajará con una metodología dinámica (teórico-práctica).
 - Se trabajarán casos prácticos basándose en la teoría.
 - Se expondrán casos prácticos para conocer los diferentes modelos de educación familiar y, a partir de ahí, se buscarán nuevas vías con las personas participantes, orientando hacia la práctica lo que se ha trabajado en la teoría.

- Número de participantes por grupo
 - 20-25 personas.

- Fechas y horarios
 - Noviembre
 - Febrero
 - Marzo
 - Abril
 - Mayo
 - Mañana o tarde, dependiendo del día.



5.1 La infancia y la construcción de la sexualidad. ¿Dónde nos situamos los padres y las madres? CHARLA – PARA PADRES/MADRES DE NIÑOS/AS

Formadora: Jone Zalduegi (Emoki) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - Se trata de una charla para trabajar la sexualidad en el espacio doméstico de forma positiva y dinámica. Se abordarán las claves para educar a hijas e hijos en el ámbito de la sexualidad.
- Objetivos
 - Analizar la infancia, el cuerpo y la identidad
 - Identificar la influencia de las personas del entorno y de los padres y las madres
 - Ofrecer herramientas para hablar con niños y niñas de una forma saludable
- Contenidos y competencias
 - Autocuidado y placer
 - Infancia y estereotipos de género
 - Criterios para tratar la diversidad
- Metodología
 - A través de dinámicas que ayuden a visualizar casos y experiencias para trabajar la sexualidad con menores, se ayudará a entender que afecta a la identidad, al bienestar y al comportamiento de niños, niñas y adolescentes. Para saber con qué edad deberían recibir la información y qué y cómo trabajarla, es necesario conocer antes qué contenidos van a consumir, en qué contexto, con qué personas, y cuáles pueden ser las consecuencias de la información que reciben y de la información que no reciben.
- Número de participantes por grupo
 - 30 personas máximo
- Fechas y horarios
 - En 2022
 - Jueves



5.2 Cómo trabajar la sexualidad con niños y niñas en el espacio familiar TALLER – PARA PADRES/MADRES DE NIÑOS/AS

Formadora: Jone Zalduegi (Emoki) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - El objetivo es crear un espacio para trabajar la sexualidad de forma optimista y dinámica en el espacio doméstico. Por un lado, se creará un espacio para tratar las múltiples dudas y los diferentes planteamientos, y por otro, se tratarán las claves para educar a hijas e hijos en el ámbito de la sexualidad.
- Objetivos
 - Trabajar el proceso de la identidad del niño o la niña
 - Aprender a identificar los factores e indicadores de la importancia que tienen el espacio digital y la publicidad
 - Ofrecer herramientas para hablar con niños y niñas de una forma saludable
- Contenidos y competencias
 - Análisis de los espacios de ocio que tienen influencia en la construcción de la sexualidad
 - Autocuidado y placer
 - Infancia y estereotipos de género
 - Criterios para tratar la diversidad
- Metodología
 - A través de dinámicas que ayuden a visualizar casos y experiencias para trabajar la sexualidad con menores, se ayudará a entender que afecta a la identidad, al bienestar y al comportamiento de niños, niñas y adolescentes. Para saber con qué edad deberían recibir la información y qué y cómo trabajarla, es necesario conocer antes qué contenidos van a consumir, en qué contexto, con qué personas, y cuáles pueden ser las consecuencias de la información que reciben y de la información que no reciben.
- Número de personas por grupo
 - 20-22 personas



- Fechas y horarios
 - En 2022
 - Jueves

5.3 La adolescencia y la construcción de la sexualidad. ¿Dónde nos situamos los padres y las madres? CHARLA – PARA PADRES/MADRES DE ADOLESCENTES

Formadora: Jone Zalduegi (Emoki) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - Se trata de una charla para trabajar la sexualidad en el espacio doméstico de forma positiva y dinámica. Se abordarán las claves para educar a hijas e hijos en el ámbito de la sexualidad.
- Objetivos
 - Entender cómo se construye la sexualidad
 - Analizar la influencia del espacio digital y de la publicidad
 - Identificar la sexualidad de padres y madres y de los y las adolescentes
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - La sexualidad y los espacios para el ocio
 - La erótica, el placer y el autocuidado
 - Identidad, orientación y diversidad
- Metodología
 - A través de dinámicas que ayuden a visualizar casos y experiencias para trabajar la sexualidad con menores, se ayudará a entender que afecta a la identidad, al bienestar y al comportamiento de niños, niñas y adolescentes. Para saber con qué edad deberían recibir la información y qué y cómo trabajarla, es necesario conocer antes qué contenidos van a consumir, en qué contexto, con qué personas, y cuáles pueden ser las consecuencias de la información que reciben y de la información que no reciben.
- Número de participantes por grupo
 - 30 personas máximo



- Fechas y horarios
 - En 2022
 - Jueves

5.4 Cómo trabajar la sexualidad con niños y niñas en el espacio familiar. TALLER – PARA ADOLESCENTES

Formadora: Jone Zalduegi (Emoki) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - El objetivo es crear un espacio para trabajar la sexualidad de forma optimista y dinámica en el espacio doméstico. Por un lado, se creará un espacio para tratar las múltiples dudas y los diferentes planteamientos, y por otro, se tratarán las claves para educar a hijas e hijos en el ámbito de la sexualidad.
- Objetivos
 - Entender cómo se construye la sexualidad
 - Analizar la influencia del espacio digital y de la publicidad
 - Reflexionar sobre los roles de padres/madres y adolescentes
- Contenidos y competencias
 - Espacios y factores que influyen en la construcción de la sexualidad: publicidad, cine, vídeo-juegos, redes sociales, youtubers, etc.
 - La erótica, el placer y el autocuidado
 - Estereotipos de género que influyen en la construcción de la masculinidad y la feminidad
 - Identidad, orientación y diversidad
 - Criterios para desarrollar un buen trato
- Metodología
 - A través de dinámicas que ayuden a visualizar casos y experiencias para trabajar la sexualidad con menores, se ayudará a entender que afecta a la identidad, al bienestar y al comportamiento de niños, niñas y adolescentes. Para saber con qué edad deberían recibir la información y qué y cómo trabajarla, es necesario conocer antes qué contenidos van a consumir, en qué contexto, con qué personas, y cuáles pueden ser las consecuencias de la información que reciben y de la información que no reciben.



- Número de personas por grupo
 - 20-22 personas máximo
- Fechas y horarios
 - En 2022
 - Jueves

6.1- Por una separación parental saludable. CHARLA

Formadora: Nerea Mendizabal (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - La relación de pareja puede comenzar y terminar, pero los padres y madres seguirán siendo padres y madres. Se podrá practicar con recursos que puedan ayudar a afrontar los temas que surjan en ese reto.
- Objetivos
 - Toma de conciencia de lo que la decisión puede despertar en las personas adultas
 - Seguir siendo padres y madres sin ser pareja
 - Ofrecer pautas básicas para informar a los hijos y las hijas
 - Acompañar a los hijos y las hijas ante el impacto que la decisión puede tener en ellos y ellas
- Contenidos y competencias
 - Las claves para transformar la culpa, el dolor, la tristeza de las personas adultas.
 - ¿Qué lugar o mirada quiero dedicar al padre o a la madre de mis hijos e hijas?
 - Qué, cuándo y cómo decírselo a nuestros hijos e hijas
 - Cómo tratar el dolor, la ira, la frustración, la tristeza de los hijos e hijas
 - Cómo tomar las decisiones adecuadas para atender las necesidades comunes
- Metodología
 - Tras presentar la teoría basada en ejemplos de la vida cotidiana, se abrirá la posibilidad de hacer reflexiones y preguntas.



- Número de personas por grupo
 - Sin límite.
- Fechas y horarios
 - Según disponibilidad de la formadora

6.2- Por una separación parental saludable. TALLER

Formadora: Nerea Mendizabal (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - La relación de pareja puede comenzar y terminar, pero los padres y madres seguirán siendo padres y madres. Se podrá practicar con recursos que puedan ayudar a afrontar los temas que surjan en ese reto.
- Objetivos
 - Toma de conciencia de lo que la decisión puede despertar en las personas adultas
 - Seguir siendo padres y madres sin ser pareja
 - Ofrecer pautas básicas para informar a los hijos y las hijas
 - Acompañar a los hijos y las hijas ante el impacto que la decisión puede tener en ellos y ellas
- Contenidos y competencias
 - Las claves para transformar la culpa, el dolor, la tristeza de las personas adultas.
 - ¿Qué lugar o mirada quiero dedicar al padre o a la madre de mis hijos e hijas?
 - Qué, cuándo y cómo decírselo a nuestros hijos e hijas
 - Cómo tratar el dolor, la ira, la frustración, la tristeza de los hijos e hijas
 - Cómo tomar las decisiones adecuadas para atender las necesidades comunes
- Metodología
 - Tras presentar la teoría basada en ejemplos de la vida cotidiana, se abrirá la posibilidad de hacer reflexiones y preguntas.
- Número de personas por grupo
 - Máximo 20 personas

- Fechas y horarios
 - Según disponibilidad de la formadora



3-

Contexto social y entorno físico

Charlas: 9

Talleres: 9





7.1 Entendiendo la relación entre la infancia y las pantallas (para familias con niños y niñas de entre 0 y 11). CHARLA – PARA PADRES/MADRES DE NIÑOS/AS

Formadora: Rakel Gamito (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - Los niños y las niñas pasan mucho tiempo delante de las pantallas. ¿Qué puede hacer la familia para fomentar hábitos de uso saludables? En esta charla se enumeran los aspectos tanto positivos como negativos de los dispositivos digitales, para ofrecer estrategias para el cuidado de niños y niñas e contextos online.

- **Objetivos**
 - Reflexionar sobre los hábitos de uso tecnológico actuales.
 - Mostrar tanto los aspectos positivos como los negativos de los dispositivos digitales
 - Ofrecer claves para el cuidado de niños y niñas en contextos online

- **Contenidos y competencias**
 - La realidad digital de una sociedad hiperconectada (hábitos de uso)
 - Efectos físicos y psicológicos, tanto positivos como negativos, que tienen las pantallas en el desarrollo infantil.
 - Estrategias de cuidado y mediación familiar para el uso de la tecnología

- **Metodología**
 - Se ofrecerán conceptos básicos a través de la exposición oral y la visualización de materiales audiovisuales.

- **Número de personas por grupo**
 - Sin límite

- **Fechas y horarios**
 - 2021: miércoles por la tarde
 - 2022: lunes por la tarde



7.2 Infancia y pantallas. ¿Qué puede hacer la familia? (para familias con niños y niñas de entre 0 y 11). TALLER – PARA PADRES/MADRES DE NIÑOS/AS

Formadora: Rakel Gamito (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - ¿Cuánto tiempo pasan los niños y las niñas de casa ante las pantallas? ¿Cómo influyen los dispositivos digitales en el desarrollo infantil? ¿Qué hay que hacer para cuidarles en los contextos online? En este taller se reflexionará sobre los hábitos de uso tecnológicos para identificar tanto los aspectos positivos como los negativos de los dispositivos digitales e interiorizar estrategias de cuidado de niños y niñas en contextos online.
- **Objetivos**
 - Analizar la realidad digital actual, para reflexionar sobre los hábitos de uso.
 - Identificar los aspectos positivos y negativos de los dispositivos digitales.
 - Ser conscientes de la necesidad de cuidar a los niños y las niñas en contextos online, y adquirir las estrategias necesarias para garantizarlo.
- **Contenidos y competencias**
 - La situación de una sociedad hiperconectada: el rápido desarrollo de la tecnología y la realidad digital actual (hábitos de uso).
 - Efectos físicos y psicológicos de las pantallas en el desarrollo infantil.
 - Ventajas y riesgos de los dispositivos digitales
 - Derechos de la infancia e identidad digital
 - Estrategias de mediación familiar para el uso de la tecnología
- **Metodología**
 - El taller se realizará de forma participativa. Se propondrán prácticas colaborativas que tengan por objeto desarrollar una reflexión crítica para tratar los temas y se ofrecerán explicaciones orales, materiales audiovisuales y ejemplos de situaciones concretas para profundizar en los conceptos básicos. Por lo tanto, la base de las sesiones serán la participación y la reflexión.
- **Número de personas por grupo**
 - 20 persona máximo
- **Fechas y horarios**



- En 2021: miércoles por la tarde
- En 2022: lunes por la tarde.

7.3 Entendiendo la relación entre la adolescencia y las pantallas (para familias con adolescentes de entre 12 y 17 años). CHARLA – PARA PADRES/MADRES DE ADOLESCENTES

Formadora: Rakel Gamito (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - Si se quiere entender la estrecha relación de los y las adolescentes del hogar con el móvil, saber qué hacen cuando están en línea, conocer las estrategias de la familia para promover un uso seguro de Internet, en esta charla se expondrá la realidad digital de los y las adolescentes para subrayar el papel que juega la familia en la seguridad digital
- **Objetivos**
 - Analizar la realidad digital de los y las adolescentes, para conocer sus hábitos de uso, sus vivencias y los riesgos existentes.
 - Interiorizar estrategias de mediación para garantizar un uso seguro.
- **Contenidos y competencias**
 - La realidad de la adolescencia hiperconectada (la importancia de los hábitos de uso y vivencias online positivos)
 - Los riesgos online (ciberbullying, sexting, grooming, contenidos inadecuados y uso excesivo) y los aspectos importantes de la conectividad.
 - Uso responsable de Internet: estrategias de mediación familiar.
- **Metodología**
 - Se ofrecerán conceptos básicos a través de la exposición oral y la visualización de materiales audiovisuales.
- **Número de personas por grupo**
 - Sin límite
- **Fechas y horarios**
 - En 2021: miércoles por la tarde



- En 2022: lunes por la tarde.

7.4 Adolescencia, Internet y móvil. ¿Qué puede hacer la familia? (para familias con adolescentes de entre 12 y 17 años). TALLER – PARA PADRES/MADRES DE ADOLESCENTES

Formadora: Rakel Gamito (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - ¿Los y las adolescentes del hogar viven pegados al móvil? Para conocer en qué pasan el tiempo, para desarrollar estrategias para un uso seguro de Internet, en este taller se analizará la realidad digital de los y las adolescentes, mostrando las oportunidades y los riesgos de los dispositivos digitales y ofreciendo estrategias de mediación familiar para su uso.
- **Objetivos**
 - Analizar la realidad digital de la adolescencia, para conocer sus hábitos de uso.
 - Ahondar en la influencia de las vivencias positivas y de los efectos de los riesgos de Internet
 - Entender la importancia de la identidad digital
 - Adquirir estrategias de mediación para garantizar un uso seguro, así como varios recursos para canalizarlas.
- **Contenidos y competencias**
 - La sociedad hiperconectada: el rápido desarrollo de la tecnología y la realidad digital de los y las adolescentes (hábitos de uso, redes sociales, youtubers y juegos online)
 - - Influencia de las vivencias online positivas: relaciones, identidad y capacidades.
 - Los riesgos online y algunos aspectos importantes de la conectividad: los riesgos (el ciberbullying, el sexting, el grooming, los contenidos inadecuados y el uso excesivo) y la identidad digital.
 - Uso responsable de Internet: pautas y recursos para desarrollar estrategias de mediación familiar y estrategias para un uso seguro de los dispositivos digitales.
- **Metodología**



- El taller se realizará de forma participativa. Se propondrán prácticas colaborativas que tengan por objeto desarrollar una reflexión crítica para tratar los temas y se ofrecerán explicaciones orales, materiales audiovisuales y ejemplos de situaciones concretas para profundizar en los conceptos básicos. Por lo tanto, la base de las sesiones serán la participación y la reflexión.
- Número de personas por grupo
 - 20 personas máximo
- Fechas y horarios
 - En 2021: miércoles por la tarde
 - En 2022: lunes por la tarde.

8.1 Consumo de sustancias. ¿Qué papel juega la familia?

CHARLA

Formadora: Estibaliz Ansotegi (Ortazar) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - Proporcionar información a las familias sobre una de las mayores preocupaciones que se tienen en la crianza de hijos e hijas, el consumo de sustancias por parte de la población adolescente y joven, sobre todo de alcohol, tabaco y cánnabis.
- Objetivos
 - Potenciar la importancia del papel preventivo de la familia en la Educación para la Salud como modelos de identificación.
 - Aportar los conocimientos y la información básica sobre las adicciones y sobre los riesgos específicos asociados a ellas.
- Contenidos y competencias
 - Conceptos básicos de adicciones y de prevención. ¿Qué son las drogas?
 - Datos sobre las sustancias y su incidencia en la población adolescente y joven.
 - Claves para que no se conviertan en un problema.
 - Detección temprana de posibles consumos o usos problemáticos.
 - ¿Qué papel jugamos desde las familias?



- Metodología
 - Metodología participativa, exposición teórico-práctica de la formadora junto con la participación activa de las personas asistentes, fomentando una comunicación bidireccional.
- Número de participantes por grupo
 - Sin límite.
- Fechas y horarios
 - Tanto de mañana como de tarde.

8.2 Consumo de sustancias. ¿Qué papel juega la familia? TALLER

Formadora: Estibaliz Ansotegi (Ortzadar) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - Una de las funciones principales de las familias es educar y lograr que hijos e hijas adquieran unos determinados valores y pautas de comportamiento adecuados. Para ello se pretende proporcionar a las familias información, formación y asesoramiento necesario para hacer frente al tema de las adicciones.
- Objetivos
 - Potenciar la importancia del papel preventivo de la familia en la Educación para la Salud como modelos de identificación.
 - Aportar los conocimientos y la información básica sobre las adicciones y sobre los riesgos específicos asociados a ellas.
 - Proporcionar habilidades y estrategias que les ayuden a responder ante los mismos de una forma positiva.
- Contenidos y competencias
 - Conceptos básicos de adicciones y de prevención. ¿Qué son las drogas?
 - Datos sobre las sustancias y su incidencia en la población adolescente y joven.
 - Mitos y realidades.
 - Detección temprana de posibles consumos o usos problemáticos.
 - Factores de protección versus factores de riesgo.



- Habilidades sociales, comunicación y escucha activa.
 - La impulsividad y el autocontrol.
 - Resolución de conflictos.
 - Conversaciones con adolescentes.
 - ¿Qué papel jugamos desde las familias?
- Metodología
 - Metodología participativa, se combinará la exposición y fundamentación teórica por parte de la formadora, con el trabajo en grupos participativos y operativos. Se realizarán diferentes dinámicas de grupos para fomentar la participación y poder adquirir estrategias y herramientas para una adecuada tarea preventiva desde las familias.
 - Para la exposición de contenidos se contará con la ayuda de las tecnologías y visionado de vídeos de apoyo. Para la participación de las personas asistentes a los talleres se utilizarán técnicas de discusión en grupo y debate, técnicas de simulación, etc.
 - Número de personas por grupo
 - 25 personas máximo.
 - Fechas y horarios
 - Tanto de mañana como de tarde.

9.1. Apuestas deportivas y juegos de azar. ¿Qué papel juega la familia? CHARLA

Formadora: Estibaliz Ansotegi (Ortzadar) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - La prevención en el ámbito de las familias debe ser un pilar fundamental para el buen desarrollo de los y las menores. Para ello, se pretende informar a las familias sobre las adicciones comportamentales o sin sustancia, haciendo especial hincapié en las apuestas deportivas y juegos de azar, con el objeto de clarificar conceptos relacionados con el tema y acompañarlos en la tarea de educar.
- Objetivos
 - Potenciar la importancia del papel preventivo de la familia en la Educación para la Salud como modelos de identificación.



- Aportar los conocimientos y la información básica sobre las adicciones comportamentales, especialmente a las apuestas deportivas y juegos de azar, y sobre los riesgos específicos asociados a ellas.
- **Contenidos y competencias**
 - ¿Qué es el juego? Juego saludable versus juego patológico.
 - Características de los juegos que los convierten en atractivos y con poder adictivo.
 - Claves para que no se conviertan en un problema.
 - Detección temprana de posibles consumos o usos problemáticos.
 - ¿Qué papel jugamos desde las familias?
- **Metodología**
 - Metodología participativa, a pesar de ser una charla y contar con la exposición teórica- práctica de la formadora, se invitará a participar a las personas asistentes fomentando una comunicación bidireccional.
- **Número de participantes por grupo**
 - Sin límite.
- **Fechas y horarios**
 - Tanto de mañana como de tarde.

9.2. Apuestas deportivas y juegos de azar. ¿Qué papel juega la familia? TALLER

Formadora: Estibaliz Ansotegi (Ortzadar) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - La prevención en el ámbito de las familias debe ser un pilar fundamental para el buen desarrollo de los y las menores. Para ello, se pretende informar a las familias sobre las adicciones comportamentales o sin sustancia, haciendo especial hincapié en las apuestas deportivas y juegos de azar, con el objeto de clarificar conceptos relacionados con el tema y acompañarlos en la tarea de educar.
- **Objetivos**



- Potenciar la importancia del papel preventivo de la familia en la Educación para la Salud como modelos de identificación.
 - Aportar los conocimientos y la información básica sobre las adicciones comportamentales, especialmente a las apuestas deportivas y juegos de azar, y sobre los riesgos específicos asociados a ellas.
 - Proporcionar habilidades y estrategias que les ayuden a responder ante los mismos de una forma positiva.
- **Contenidos y competencias**
- ¿Qué es el juego? Juego saludable versus juego patológico.
 - Características de los juegos que los convierten en atractivos y con poder adictivo.
 - Claves para que no se conviertan en un problema.
 - Detección temprana de posibles consumos o usos problemáticos.
 - Factores de protección versus factores de riesgo.
 - Habilidades sociales, comunicación y escucha activa.-
 - La impulsividad y el autocontrol.
 - Resolución de conflictos.
 - Conversaciones con adolescentes.
 - ¿Qué papel jugamos las familias?
- **Metodología**
- Metodología participativa, a pesar de ser una charla y contar con la exposición teórica-práctica de la formadora, se invitará a participar a las personas asistentes fomentando una comunicación bidireccional.
 - Para la exposición de contenidos se contará con la ayuda de las tecnologías y visionado de vídeos de apoyo. Para la participación de las personas asistentes a los talleres se utilizarán técnicas de discusión en grupo y debate, técnicas de simulación, etc..
- **Número de participantes por grupo**
- 25 personas máximo.
- **Fechas y horarios**
- Tanto de mañana como de tarde.





10.1 Claves para el bienestar y el desarrollo saludable de la infancia. El juego, la creatividad y la expresión ejes del desarrollo físico, emocional y cognitivo. CHARLA - PARA PADRES/MADRES DE NIÑOS/AS

Formadora: Leyre Cano (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - Identificar y satisfacer las necesidades de los niños y las niñas, comprender y concienciar sobre la importancia del juego, la actividad física, la creatividad y la expresión en su desarrollo, y adquirir las claves para acompañarles como padres y madres.

- **Objetivos**
 - Conocer las necesidades de los niños y niñas y aprender a identificarlas.
 - Comprender la importancia del juego y de la actividad física en el desarrollo físico, emocional y mental de los niños y niñas.
 - Juego, creatividad y expresión: conocer qué, cuándo, cuánto y cómo lo necesitan.
 - Tomar conciencia de la importancia del equilibrio. Ciclos energéticos, naturaleza y diversidad de actividades.
 - Conocer la diversidad de la oferta de actividades físicas y deportivas y detectar lo que puede ser ideal para cada niño o niña.

- **Contenidos y competencias**
 - El juego y los beneficios de la actividad física. La importancia del juego libre.
 - Necesidades y hábitos saludables del niño: sueño, creatividad, expresión, actividad física, relaciones y gestión emocional.
 - Equilibrio entre límites asertivos y libertad a través del juego y la actividad física.
 - Diversidad lúdico-deportiva. Deportes individuales por grupos y otras alternativas.
 - Padres y madres educadores ejemplares y conscientes. ¿Cómo?

- **Metodología**
 - Metodología participativa y dinámica; gamificada en diferentes momentos; basada en la confianza y la conexión. Se buscará la integración a través de la experiencia, utilizando juegos de rol y dinámicas prácticas, además de ofrecer comprensión y propuestas.

- **Número de participantes por grupo.**



- En función de la sala.
- Fechas y horarios
 - Martes y jueves
 - Sábados (algunos)
 - 17:00-18:30, 18:00-19:30, 19:00-20:30

10.2 Propuestas para logra el bienestar, el empoderamiento y el desarrollo físico-emocional-social de la infancia a través del juego, la actividad física y la expresión. TALLER – PARA PADRES/MADRES DE NIÑOS/AS

Formadora: Leyre Cano (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - Conocer de forma práctica la diversidad de recursos, herramientas y propuestas para acompañar de forma consciente y saludable a niños y niñas en sus procesos de bienestar, empoderamiento y desarrollo a través del juego, la expresión, la creatividad y la actividad física.
- Objetivos
 - Comprender los beneficios que pueden tener los diferentes juegos y actividades físicas en el desarrollo físico, emocional y mental de los niños y las niñas, y aprender a utilizarlos para satisfacer sus necesidades.
 - Aprender a proponer y encauzar los diferentes juegos, recursos y actividades.
 - Conocer la diversidad de la oferta de actividades físicas y deportivas y detectar lo que puede ser ideal para cada niño o niña.
 - Conocer propuestas para fomentar la expresión corporal, la creatividad y la relación con la naturaleza.
- Contenidos y competencias
 - El juego libre como clave. ¿Cómo garantizarlo? ¿Qué características se necesitan?
 - La creatividad, la expresión y las claves para proponer juegos educativos. Ejemplos, recursos e instrumentos concretos.
 - Identificar y experimentar de forma práctica los desarrollos y beneficios que garantiza el juego, la expresión y la creatividad.
 - Padres y madres educadores ejemplares y conscientes. ¿Cómo?

- Metodología
 - Metodología participativa y dinámica; gamificada en diferentes momentos; basada en la confianza y la conexión. Se buscará la integración a través de la experiencia, utilizando juegos de rol y dinámicas prácticas, además de ofrecer comprensión y propuestas.
 - Posibilidad de utilizar diferentes materiales en los talleres: técnicas proyectivas como Lego Serious Play o Playmobil, Dixit...
- Número de participantes por grupo.
 - 12-15 personas, en función de la sala.
- Fechas y horarios.
 - Martes y jueves
 - Sábados (algunos)
 - 17:00-18:30, 18:00-19:30, 19:00-20:30

10.3 Empoderar y aumentar la autoestima de la adolescencia a través de la actividad física y los hábitos saludables. CHARLA – PARA PADRES/MADRES DE ADOLESCENTES

Formadora: Leyre Cano (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - Identificar las necesidades de cada adolescente y conocer los recursos y propuestas para aumentar su autoestima y su empoderamiento.
- Objetivos
 - Conocer las necesidades concretas de los y las adolescentes para su desarrollo físico, emocional y mental.
 - Comprender el desarrollo de la autoestima y el proceso de empoderamiento y conocer los recursos para su desarrollo.
 - Compartir propuestas para fomentar la motivación con el fin de mantener el equilibrio y los hábitos saludables. Comprender la importancia de la gestión de la actividad física o del deporte en un desarrollo equilibrado y saludable.
 - Conocer orientaciones para gestionar la autoimagen y la relación con el propio cuerpo.
 - Compartir reflexiones para ser padres y madres conscientes e interiorizar recursos para acompañar a los y las adolescentes.



- **Contenidos y competencias**
 - Conceptos de autoestima y empoderamiento. ¿Por qué y para qué?
 - La importancia de los hábitos saludables y beneficios de la actividad física. Sueño, creatividad y relaciones.
 - El autoconocimiento y la importancia de las limitaciones asertivas en los ámbitos de la autoestima y el empoderamiento.
 - Recursos para el desarrollo de la autoestima y empoderamiento de la actividad física y el deporte.
 - Autoimagen y relación con el propio cuerpo a través de la actividad física.
 - Padres y madres educadores ejemplares y conscientes. ¿Cómo?

- **Metodología**
 - Metodología participativa y dinámica; gamificada en diferentes momentos; basada en la confianza y la conexión. Se buscará la integración a través de la experiencia, utilizando juegos de rol y dinámicas prácticas, además de ofrecer comprensión y propuestas.

- **Número de participantes por grupo**
 - En función de la sala.

- **Fechas y horarios**
 - Martes y jueves
 - Sábados (algunos)
 - 17:00-18:30, 18:00-19:30, 19:00-20:30

10.4 Bienestar y desarrollo integral de adolescentes. Primeros pasos para la prevención y la gestión del sedentarismo, la ansiedad y el aislamiento. TALLER – PARA PADRES/MADRES DE ADOLESCENTES

Formadora: Leyre Cano (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - ¿Qué necesita mi hijo/a? Conocer los recursos y propuestas para garantizar el equilibrio y el desarrollo físico, emocional y mental de las y los adolescentes.

- **Objetivos**



- Conocer las necesidades concretas de los y las adolescentes para su desarrollo físico, emocional y mental.
 - Toma de conciencia de la importancia del equilibrio, alineando los aspectos mental, emocional y físico.
 - Conocer propuestas para fomentar la motivación por la actividad física de las y los adolescentes
 - Conocer orientaciones para gestionar la autoimagen y la relación con el propio cuerpo.
 - Comprender la importancia de la gestión de la actividad física o del deporte en el desarrollo equilibrado y saludable de las y los adolescentes.
- **Contenidos y competencias**
- Beneficios de la actividad física y su importancia en la adolescencia.
 - Hábitos saludables: actividad física, sueño, creatividad y relaciones.
 - El equilibrio entre límites asertivos y libertad a través de la actividad física y el deporte.
 - Padres y madres educadores ejemplares y conscientes. ¿Cómo?
 - Actividad física o deporte: ¿qué, cuándo, cuánto y cómo? La motivación es la clave.
 - Herramientas para el desarrollo de los valores de la actividad física y el deporte: perseverancia, cuidado, disfrute, respeto
- **Metodología**
- Metodología participativa y dinámica; gamificada en diferentes momentos; basada en la confianza y la conexión. Se buscará la integración a través de la experiencia, utilizando juegos de rol y dinámicas prácticas, además de ofrecer comprensión y propuestas.
 - Posibilidad de utilizar diferentes materiales en los talleres: técnicas proyectivas como Lego Serious Play o Playmobil, Dixit...
- **Número de participantes por grupo.**
- 12-15 personas, en función de la sala.
- **Fechas y horarios**
- Martes y jueves
 - Sábados (algunos)
 - 17:00-18:30, 18:00-19:30, 19:00-20:30



11.1 Cómo tratar en casa la coeducación en la infancia. CHARLA – PARA PADRES/MADRES DE NIÑOS/AS

Formadora: Jone Zalduegi (Emoki) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - Promover la participación positiva y dinámica en la coeducación. Por un lado, se creará un espacio para abordar planteamientos múltiples, y por otro, se tratarán las claves para educar a las hijas e hijos en la paridad.
- **Objetivos**
 - Ver cómo han sido los procesos educativos de los padres y las madres
 - Análisis de la configuración de la masculinidad y la feminidad
 - Intentar transmitir de forma coeducadora conceptos diversos
- **Contenidos y competencias**
 - Construcción de la masculinidad y la feminidad
 - Espacio doméstico y coeducación
 - Ocio y coeducación
- **Metodología**
 - A través de dinámicas que ayuden a visualizar casos y experiencias para trabajar la coeducación con menores, se ayudará a entender que afecta a la identidad, al bienestar y al comportamiento de niños, niñas y adolescentes. Para saber con qué edad deberían recibir la información y qué y cómo trabajarla, es necesario conocer antes qué contenidos van a consumir, en qué contexto, con qué personas, y cuáles pueden ser las consecuencias de la información que reciben y de la información que no reciben.
- **Número de participantes por grupo**
 - 30 personas máximo.
- **Fechas y horarios.**
 - En 2022
 - Jueves



11.2 Cómo tratar en casa la coeducación en la infancia. TALLER – PARA PADRES/MADRES DE NIÑOS/AS

Formadora: Jone Zalduegi (Emoki) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - Promover la participación positiva y dinámica en la coeducación. Por un lado, se creará un espacio para abordar planteamientos múltiples, y por otro, se tratarán las claves para educar a las hijas e hijos en la paridad.
- **Objetivos**
 - Ver cómo han sido los procesos educativos de los padres y las madres
 - Análisis de la configuración de la masculinidad y la feminidad
 - Intentar transmitir de forma coeducadora conceptos diversos
- **Contenidos y competencias**
 - Construcción de la masculinidad y la feminidad
 - Espacio doméstico y coeducación
 - Ocio y coeducación
- **Metodología**
 - A través de dinámicas que ayuden a visualizar casos y experiencias para trabajar la coeducación con menores, se ayudará a entender que afecta a la identidad, al bienestar y al comportamiento de niños, niñas y adolescentes. Para saber con qué edad deberían recibir la información y qué y cómo trabajarla, es necesario conocer antes qué contenidos van a consumir, en qué contexto, con qué personas, y cuáles pueden ser las consecuencias de la información que reciben y de la información que no reciben.
- **Número de participantes por grupo**
 - 20-22 personas máximo.
- **Fecha y horarios**
 - En 2022
 - Jueves



11.3 Cómo tratar en casa la coeducación en la adolescencia.

CHARLA – PARA PADRES/MADRES DE ADOLESCENTES.

Formadora: Jone Zalduegi (Emoki) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - Promover la participación positiva y dinámica en la coeducación. Por un lado, se creará un espacio para abordar planteamientos múltiples, y por otro, se tratarán las claves para educar a las hijas e hijos en la paridad.
- **Objetivos**
 - Ver cómo han sido los procesos educativos de los padres y las madres
 - Análisis de la configuración de la masculinidad y la feminidad
 - Intentar transmitir de forma coeducadora conceptos diversos
- **Contenidos y competencias**
 - Construcción de la masculinidad y la feminidad
 - Espacio doméstico y coeducación
 - Ocio y coeducación
- **Metodología**
 - A través de dinámicas que ayuden a visualizar casos y experiencias para trabajar la coeducación con adolescentes, se ayudará a entender que afecta a la identidad, al bienestar y al comportamiento de niños, niñas y adolescentes. Para saber con qué edad deberían recibir la información y qué y cómo trabajarla, es necesario conocer antes qué contenidos van a consumir, en qué contexto, con qué personas, y cuáles pueden ser las consecuencias de la información que reciben y de la información que no reciben.
- **Número de participantes por grupo.**
 - 30 personas máximo
- **Fechas y horarios**
 - En 2022
 - Jueves



11.4 Cómo tratar la coeducación en la adolescencia. TALLER – PARA PADRES/MADRES DE ADOLESCENTES.

Formadora: Jone Zalduegi (Emoki) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- **Objetivo general**
 - Promover la participación positiva y dinámica en la coeducación. Por un lado, se creará un espacio para abordar planteamientos múltiples, y por otro, se tratarán las claves para educar a las hijas e hijos en la paridad.
- **Objetivos**
 - Ver cómo han sido los procesos educativos de los padres y las madres
 - Análisis de la configuración de la masculinidad y la feminidad
 - Intentar transmitir de forma coeducadora conceptos diversos
- **Contenidos y competencias**
 - Construcción de la masculinidad y la feminidad
 - Espacio doméstico y coeducación
 - Ocio y coeducación
- **Metodología**
 - A través de dinámicas que ayuden a visualizar casos y experiencias para trabajar la coeducación con adolescentes, se ayudará a entender que afecta a la identidad, al bienestar y al comportamiento de niños, niñas y adolescentes. Para saber con qué edad deberían recibir la información y qué y cómo trabajarla, es necesario conocer antes qué contenidos van a consumir, en qué contexto, con qué personas, y cuáles pueden ser las consecuencias de la información que reciben y de la información que no reciben.
- **Número de participantes por grupo.**
 - 20-22 personas máximo.
- **Fechas y horarios**
 - En 2022
 - Jueves



12.1 Cómo crear entornos seguros para minimizar situaciones de Bullying. CHARLA

Formadora: Estibaliz Ansotegi (Ortzadar) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - Ayudar a las familias a generar entornos seguros y protectores para sus hijos e hijas, y aprender a detectar e identificar posibles situaciones de riesgo si es que las hubiese, como podrían ser situaciones de acoso o bullying.
- Objetivos
 - Potenciar la importancia del papel protector de la familia en la crianza de los hijos e hijas.
 - Aportar los conocimientos y la información básica para detectar e identificar situaciones de acoso.
 - Contenidos y competencias
 - ¿Qué es el bullying? Situaciones de acoso versus bullying.
 - ¿Qué son los conflictos?
 - Claves para que los conflictos no se conviertan en bullying.
 - Detección precoz y desprotección.
 - ¿Qué papel jugamos desde las familias?
- Contenidos y competencias
 - ¿Qué es el bullying? Situaciones de acoso versus bullying.
 - ¿Qué son los conflictos?
 - Claves para que los conflictos no se conviertan en bullying.
 - Detección precoz y desprotección.
 - ¿Qué papel jugamos desde las familias?
- Metodología
 - Metodología participativa. A pesar de ser una charla y contar con la exposición teórica- práctica de la formadora, se invitará a participar a las personas asistentes fomentando una comunicación bidireccional.
- Número de participantes por grupo
 - Sin límite



- Fechas y horarios
 - Tanto de mañana como de tarde.

12.2 Cómo crear entornos seguros para minimizar situaciones de Bullying. TALLER

Formadora: Estibaliz Ansotegi (Ortzadar) (Puedes consultar su ficha al final del documento)

- Objetivo general
 - Una de las funciones principales de las familias es educar y lograr que hijos e hijas adquieran unos determinados valores y pautas de comportamiento adecuados. La clave de la protección es generar los llamados “entornos seguros y protectores”, entornos donde las personas puedan llegar a desarrollarse plenamente, donde puedan ver respetados sus derechos y que estén libres de cualquier forma de violencia.
- Objetivos
 - Potenciar la importancia del papel protector de la familia en la crianza de los hijos e hijas.
 - Aportar los conocimientos y la información básica para detectar e identificar situaciones de acoso.
 - Proporcionar habilidades y estrategias que les ayuden a responder ante posibles situaciones de acoso de manera adecuada y no violenta.
- Contenidos y competencias
 - ¿Qué es el bullying? Situaciones de acoso versus bullying.
 - ¿Qué son los conflictos?
 - Claves para que los conflictos no se conviertan en bullying.
 - Detección precoz y desprotección.
 - Detección temprana de posibles consumos o usos problemáticos.
 - Factores de protección versus factores de riesgo.
 - Habilidades sociales, comunicación y escucha activa.
 - La impulsividad y el autocontrol.
 - Resolución de conflictos.
 - ¿Qué papel jugamos desde las familias?
- Metodología
 - Metodología participativa. Se combinará la exposición y fundamentación teórica por parte de formadora, con el trabajo en grupos participativos y

operativos. Se realizarán diferentes dinámicas de grupos para fomentar la participación y poder adquirir estrategias y herramientas para una adecuada tarea preventiva desde las familias.

- Para la exposición de contenidos se contará con la ayuda de las tecnologías y visionado de vídeos de apoyo. Para la participación de las personas asistentes a los talleres se utilizarán técnicas de discusión en grupo y debate, técnicas de simulación, etc.

- Número de participantes por grupo
 - 25 personas máximo.

- Fechas y horarios
 - Tanto de mañana como de tarde.



Formadoras:

Nerea Mendizabal:

- Formadora de comunicación no violenta, psicopedagoga, diplomada en educación social, educadora de masaje infantil.
- Es creadora y autora del juego ZUTANI y de los libros "elkarrekin hazi" y "jirafa Hizkuntza", un material basado en el proceso vivencial de la CNV, cuyo objetivo es trabajar el vínculo emocional facilitando la resolución de conflictos.

Donna Apellaniz Nieto:

- Actualmente es profesora de inteligencia emocional y terapeuta emocional sistémica.
- Estudios:
 - Diplomatura: Educación Primaria.
 - Máster en Inteligencia Emocional en Educación.
 - Máster en estrategias sistémicas con niños, niñas y adolescentes y creación de entornos terapéuticos.
 - Postgrado: Método de las bioneuroemociones.
- Trayectoria profesional:
 - 2008-20016: Educadora en educación no formal.
 - 2015-2018: Acompañante en una escuela activa.
 - Desde 2016: ha creado el proyecto "Educando la emoción" y trabaja como acompañante emocional, difundiendo la importancia de la inteligencia y la educación emocional.



Jone Zalduegi Urresti (Emoki):

- Feminista, integradora social, experta en coeducación y educación sexual y familiar. Lleva más de 10 años educando a niños, niñas, adolescentes y jóvenes, así como a sus familias y profesorado.

Rakel Gamito Gomez:

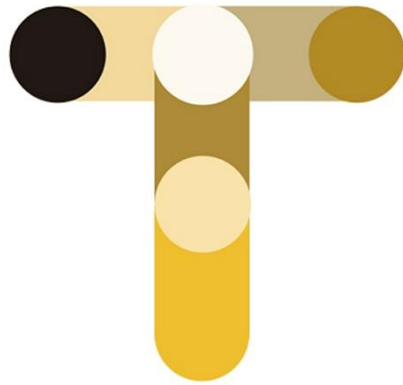
- Doctora en Ciencias de la Educación, profesora de la Facultad de Educación y Deporte de la Universidad del País Vasco y miembro del grupo de investigación IkHezi. La educación, la tecnología educativa, la competencia digital y el género son sus líneas de estudio principales. UEUkide y jefa del Departamento de Pedagogía de la UEU.

Estibaliz Ansotegi Guruziaga:

- Psicóloga y Máster en orientación y asesoramiento familiar, formadora y coordinadora de proyectos de prevención y promoción de la salud en Ortzadar S.L. desde el 2002.
- Impartición de talleres en materia de adicciones a alumnado a partir de la E.S.O.
- Formación a profesorado, familias y otro tipo de agentes de salud (equipos técnicos de juventud, equipos de inserción socio-laboral, equipos de Intervención socio-educativa, personal municipal de servicios sociales, monitorado deportivo, monitorado de tiempo libre, etc.) en temas de prevención y promoción de la salud.
- Diseño y elaboración de contenidos para materiales preventivos tanto para alumnado, como para profesorado y familias

Leyre Cano:

- Tras estudiar Magisterio, Educación Física y Psicopedagogía, ha trabajado con niños, niñas y adolescentes a lo largo de su vida. Ha seguido realizando diferentes formaciones en torno a la inteligencia emocional, el juego, la creatividad y el arte, así como en el ámbito de la comunicación no violenta. También ha trabajado con personas adultas y ofrece actividades para el desarrollo de la habilidad social y emocional.



TREBA



gurasoak

gipuzkoangazte.eus/treba/gurasoak