

**Universidad Popular  
de Zaragoza**



PROGRAMA  
**Educarles**

FORMACIÓN  
para **MADRES y PADRES**



**Zaragoza**  
AYUNTAMIENTO

EDUCACIÓN Y BIBLIOTECAS

*El Programa de Formación dirigido a Madres y Padres reúne una serie de charlas y talleres sobre temáticas de educación, de especial interés para las familias del alumnado de Infantil, Primaria y Secundaria en su labor educativa. Son impartidas por un equipo de profesionales especializados.*

*Las Asociaciones de Madres y Padres (AMPAS) tienen la posibilidad de seleccionar, de un listado de temas, un máximo de 3 charlas o 1 taller que sean de su mayor interés. Las actividades se desarrollan en periodo escolar de octubre a mayo en los centros educativos que las solicitan.*



## **1. Educación Emocional y Comunicación en Familia (EMC)**

- EMC 01 Educar las emociones de los/las hijos/as*
- EMC 02 Los miedos infantiles*
- EMC 03 ¿Qué hacemos con las rabietas?*
- EMC 04 Cómo comunicarte mejor con los/las hijos/as*
- EMC 05 Cómo educar con NORMAS y límites*
- EMC 06 Claves para la educación sexual desde la familia*
- EMC 07 Mejora la Autoestima de tus hijos/as*
- EMC 08 Padres y madres responsables: Las actitudes educativas y sus consecuencias*
- EMC 09 Educar para la felicidad: PSICOLOGÍA POSITIVA*
- EMC 10 Educar con Sentido del Humor*
- EMC 11 Respira y Educa: Educar desde la Serenidad*

## **2. Salud y Familia (SDF)**

- SDF 01 Comer equilibradamente en familia*
- SDF 02 Cuando dormir es un problema*
- SDF 03 Deporte en la infancia: Competencias, valores y actitudes*
- SDF 04 Alimentación conflictiva: Anorexia y Bulimia*

## **3. Familia digital (FMD)**

- FMD 01 Familias y nuevas tecnologías: Convivir entre pantallas*
- FMD 02 Adolescencia y redes sociales*

## **4. Ciudadanía, Igualdad y Valores (CIV)**

- CIV 01 Cómo animar una educación no sexista*
- CIV 02 Educar la Tolerancia en una sociedad multicultural*
- CIV 03 Educar en Valores para la Convivencia y la Ciudadanía*

## **5. Educación para el ocio (EOC)**

- EOC 01 El juguete y el juego en la infancia: Aprender con el juego*
- EOC 02 Cómo educar hacia un consumo responsable*
- EOC 03 Educar para el tiempo de ocio*

## **6. Escuela y Familia (EFM)**

- EFM 01 Cómo favorecer la creación de los hábitos de estudio*
- EFM 02 Los hábitos de estudio en Secundaria*
- EFM 03 Niños/as hiperactivos/as con déficit de atención*
- EFM 04 Cómo tratar el acoso escolar (BULLYING) desde la familia*

## **7. Convivir en la ADOLESCENCIA (CVA)**

- CVA 01 La agresividad y la tensión en el/la adolescente*
- CVA 02 Depresión en la adolescencia*
- CVA 03 Relaciones sociales, afectivas y sexuales en la adolescencia.*
- CVA 04 Rebeldía e indisciplina en la adolescencia.*
- CVA 05 ¿Cómo ceder responsabilidad en el/la adolescente?*

## **8. Prevención adicciones desde la Familia (PAF)**

- PAF 01 ¿Cómo prevenir el consumo de drogas desde el ámbito familiar? (Primaria)*
- PAF 02 Lo que conviene saber sobre las drogas (Secundaria)*

## **9. TALLERES (TLL) (3 sesiones)**

- TLL 01 COMUNICACIÓN: Aprende a Comunicarte con tus hijos/as*
- TLL 02 AUTOESTIMA: Mejora la Autoestima de tus hijos/as*
- TLL 03 Cómo educar a los hijos/as con Inteligencia Emocional*
- TLL 04 Educar con Normas y Disciplina*
- TLL 05 Control Emocional para padres y madres*

## Objetivos del programa



1. Motivar e interesar a madres y padres en relación a algunos temas básicos sobre la educación, la psicología y la salud de sus hijos/as.
2. Favorecer una mayor toma de conciencia de la responsabilidad que los padres y madres tenemos como educadores y promotores de conductas saludables.
3. Promocionar desde la familia aquellos valores que capaciten a los hijos/as para la ciudadanía activa, solidaria y tolerante en esta nueva sociedad plural e intercultural.
4. Proponer recursos y orientaciones que sirvan a madres y padres a tomar mejores decisiones educativas, para prevenir y/o enfrentar algunos problemas habituales en la infancia y en la adolescencia.
5. Sensibilizar a madres y padres y dotarles de información básica para la promoción de hábitos saludables y la prevención de enfermedades desde la familia.
6. Apoyar el trabajo desarrollado desde las Juntas de las AMPAS para la promoción de la participación y la formación de madres y padres.

# NORMAS Y COMPROMISOS del Programa de Formación de Madres y Padres

*El desarrollo de las Charlas y Talleres se realiza en los propios centros educativos de Zaragoza que los soliciten y es necesario disponer de una PERSONA DE CONTACTO para concretar toda la actividad y facilitar todos los recursos necesarios.*



## RECURSOS NECESARIOS

*El aula donde se desarrolle la actividad debería disponer de recursos audiovisuales (monitor de TV o cañón de vídeo-proyección con ordenador). En esos casos es responsabilidad de la AMPA hacer cuantas gestiones sean necesarias con el centro para disponer de estos recursos en el momento de las sesiones.*

*De la misma forma la AMPA se encargará de **facilitar los materiales necesarios** para el desarrollo de las sesiones (que serán entregados con anterioridad por el profesional que imparte la charla).*

*Las AMPAS deberán **publicitar las actividades de forma interna** (circular, boletín, web, blog, whatsapp...) y **animar a la asistencia y participación**.*

*Si se solicita **cartel** para la difusión de la actividad, cuyo diseño y original proporciona UPZ, se enviará por mail al contacto facilitado.*

## ASISTENCIA NECESARIA

*Para el desarrollo de las CHARLAS es necesario tener un número mínimo de personas (9 asistentes). La charla puede ser suspendida al criterio del profesional cuando no haya este mínimo de asistentes.*

*En el caso de realizar TALLERES es necesario tener un grupo mínimo de 15 personas (preferiblemente con preinscripción) y máximo de 30 personas para poder desarrollar el Taller.*



## **DÍAS Y HORARIOS**

*Las sesiones tienen una duración de hora y media y las actividades se desarrollarán de LUNES a JUEVES en horario de tarde (entre 15:00 y 19:00h).*

**Para consultar las actividades del programa:**

[http://www.zaragoza.es/ciudad/educacionybibliotecas/universidadpopular/padr\\_madr3.htm](http://www.zaragoza.es/ciudad/educacionybibliotecas/universidadpopular/padr_madr3.htm)

**Para solicitar las actividades del programa:**

[http://www.zaragoza.es/ciudad/educacionybibliotecas/universidadpopular/padr\\_madr4.htm](http://www.zaragoza.es/ciudad/educacionybibliotecas/universidadpopular/padr_madr4.htm)

PATRONATO MUNICIPAL DE EDUCACIÓN Y BIBLIOTECAS

## Universidad Popular de Zaragoza

c/ Cortesías, 1 - 50001 Zaragoza

976 724 926

<http://universidadpopular.zaragoza.es>

[upz@zaragoza.es](mailto:upz@zaragoza.es)

