



ESCUELA DE MADRES Y PADRES

PROGRAMACIÓN

febrero // mayo // 2011

febrero

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

marzo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

abril

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

mayo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Los talleres de informática se desarrollarán en el **CPR**, Centro de Profesores y Recursos (Plaza de la Oliva), el resto de talleres y conferencias en el **CENTRO CÍVICO CULTURAL**.

Existe la posibilidad de organizar un servicio de Guardería (imprescindible realizar inscripción previa) para lo/as niño/as pequeño/as, durante la participación de las mamás y papás en la formación.

Para participar en las actividades es imprescindible inscribirse:

INSCRIPCIONES

Centro Municipal de Servicios Sociales. Plaza de la Villa.
Ayuntamiento de Ejea de los Caballeros
Teléfonos: 976 661 515 – 976 661 660
e-mail: bsocial@aytoejea.es

CONFERENCIA: INTERNET. LOS PELIGROS DE LA RED

A través de una charla informativa, agentes de la Guardia Civil expertos en el tema ofrecen información a las familias sobre los peligros de Internet, el buen uso de la red y las nuevas tecnologías.
Las redes sociales. Los datos personales en Internet, los peligros de su difusión, las posibles consecuencias de esta difusión de datos: las amenazas, los chantajes... El grooming, Los virus informáticos. Ciberdelitos. Casos reales.

PONENTE: Unidad de delitos tecnológicos de la Guardia Civil.
TEMPORALIZACIÓN: Miércoles 2 de febrero
HORARIO: 15:15 h.
LUGAR: Centro Cívico Cultural. Salón de actos.



TALLERES DE INFORMÁTICA PARA PADRES: INICIACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO

Navegar por Internet y la Informática en general es algo de lo que saben nuestros hijos e hijas y que los padres deberíamos empezar a conocer.
Las redes sociales. Privacidad y seguridad en la red. Fotografía digital. Búsqueda de recursos educativos en Internet.

PONENTE: Yolanda Esteban. Segituar.
TEMPORALIZACIÓN: Viernes desde el 11 de febrero hasta el 13 de mayo.
HORARIOS: NIVEL I - INICIACIÓN: 16:30 a 18:00 h.
NIVEL II - PERFECCIONAMIENTO: 15 a 16:30 h.
LUGAR: CPR. Centro de Profesores y Recursos. Plaza de la Oliva.

TALLER DE MASAJES PARA BEBÉS

El masaje infantil además de tonificar o relajar músculos mejora la relación entre los padres y sus bebés, el vínculo, la expresión de emociones de forma conjunta, la liberación de angustias...
Este taller está dirigido a mamás/papás e hijos y se desarrollará en 2 grupos, uno para bebés de 1 a 8 meses y otro para bebés 8 a 18 meses. Plazas limitadas: 8 plazas en cada grupo.

PONENTE: José Carlos Azón. Enfermero UASA.
TEMPORALIZACIÓN: Miércoles 9, 16 y 23 de febrero. 2 y 9 de marzo.
HORARIOS: Grupo 1: Bebés de 1 a 8 meses – De 17 a 18 h.
Grupo 2: Bebés de 8 a 18 meses – De 18 a 19 h.
LUGAR: Centro Cívico Cultural. Sala de danza.

ORIENTACIÓN, MOTIVACIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO DEL ESTUDIO EN EL ALUMNADO DE LA E.S.O.

Hábitos de estudio. La actitud de las familias frente a los estudios. Requisitos para estudiar. Las técnicas de estudio. ¿Cómo aumentar la motivación?. ¿Cómo afrontar un examen?.

PONENTE: Ana Sanjuán. Lcda en Pedagogía.
Dinamizadora de proyectos coeducativos.
TEMPORALIZACIÓN: Miércoles 16 y 23 de marzo.
HORARIO: 15:15 h.
LUGAR: Centro Cívico Cultural. Sala de Audiovisuales.



APRENDER A CONTROLAR LA TENSIÓN EMOCIONAL; REDUCCIÓN DEL ESTRÉS.

Factores que influyen en la aparición del Estrés. Estrategias para afrontar situaciones cotidianas difíciles como la desobediencia, los enfados, etc. Discusión de situaciones cotidianas complicadas; estrategias; ejercicios prácticos que faciliten o mejoren esas situaciones. Estrategias reductoras de la tensión emocional: control de la respiración, respiración diafrágmica, relajación...

PONENTE: Irene Tenías. Psicóloga.
TEMPORALIZACIÓN: Miércoles 30 de marzo, 6 y 13 de abril.
HORARIO: 15:15 h.
LUGAR: Centro Cívico Cultural. Sala polivalente 2.



IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN; PRÁCTICA DE LA ESCUCHA ACTIVA CON LOS HIJOS.

Obstáculos en la comunicación con los hijos. Estrategias para mejorar la comunicación. Práctica de la escucha activa con los hijos mediante la técnica del intercambio de papeles para que sean capaces de aprender a escuchar a otras personas.

PONENTE: Irene Tenías. Psicóloga.
TEMPORALIZACIÓN: Miércoles 27 de abril y 4 de mayo.
HORARIO: 15:15 h.
LUGAR: Centro Cívico Cultural. Sala polivalente 2.

AUTOCONTROL, DISCIPLINA Y FUERZA DE VOLUNTAD.

Pautas para enseñar a nuestros hijo/as a ser reflexivos, constantes y que aprendan a potenciar su capacidad de esfuerzo.

PONENTE: Irene Tenías. Psicóloga.
TEMPORALIZACIÓN: Miércoles 11 de mayo.
HORARIO: 15:15 h.
LUGAR: Centro Cívico Cultural. Sala polivalente 2.



DIPUTACIÓN DE ZARAGOZA

Cinco Villas