

Actividades de formación para familias y profesionales curso 2026/2027

Desarrollo infantil y crianza positiva

- ✓ El cerebro del niño@.
- ✓ La autoestima infantil.
- ✓ Gestión emocional / Gestión emocional día a día.
- ✓ Miedos y temores en la infancia.
- ✓ Rabietas: cómo manejar estas situaciones.
- ✓ Normas y límites para educar a l@s más pequeñ@s.
- ✓ Horarios y rutinas: cómo crear hábitos en l@s más pequeñ@s.
- ✓ El apego en la infancia: la importancia del vínculo afectivo.
- ✓ La importancia del juego en el desarrollo infantil.
- ✓ Cómo fomentar la autonomía de tus hij@s.
- ✓ El paso de Infantil a Primaria.
- ✓ Sueño infantil: hábitos y rutinas saludables.
- ✓ Preparación socioemocional para la escolarización.
- ✓ Sexualidad infantil temprana: acompañar la curiosidad natural.
- ✓ Celos entre hermanos: acompañar sin culpabilizar.
- ✓ Soy madre, soy padre y no lo sé todo: estrategias adecuadas para el afrontamiento de las dificultades en el día a día familiar (0-6 años).

Dinámicas familiares y convivencia

- ✓ Abuel@ s cuidadores
- ✓ La comunicación en familia. (7-12 años)
- ✓ Cuéntame, que te escucho (13-17 años).
- ✓ Cómo actuar ante los conflictos familiares.
- ✓ Cómo conectar, de nuevo, con mi hij@.
- ✓ El tiempo de ocio familiar: cómo fortalecer el apego.
- ✓ Tareas en casa: carga mental y corresponsabilidad.
- ✓ Convivir con y/o cuidar a nuestras personas mayores.

Tecnologías y crianza digital

- ✓ Uso de las pantallas en la primera infancia (0-6 años).
- ✓ El uso adecuado de las pantallas en hij@s de 7-12 años.
- ✓ El buen uso de las pantallas (13-18) años.

Pareja y parentalidad

- ✓ Pareja y crianza: cómo cuidar la pareja con la llegada de l@s hij@s.
- ✓ Parentalidad positiva.
- ✓ Las parejas en conflicto: cómo afecta a l@s más pequeñ@s.
- ✓ Gestión emocional de la ruptura de pareja

Adolescencia y juventud

- ✓ Cómo hablar de sexo con tus hij@s adolescentes.
- ✓ Entender a tu hij@ adolescente. Comunicación dentro de la familia
- ✓ Acompañamiento familiar en la adolescencia (cambios evolutivos).
- ✓ Cómo gestionar los conflictos con mi adolescente.

Prevención y problemáticas específicas

- ✓ El acoso escolar: ¿qué es el bullying?
- ✓ Cómo prevenir conductas agresivas de nuestro@s hij@s.
- ✓ Afrontando la discapacidad y/o enfermedad mental: reto personal y familiar.
- ✓ Mi hij@ con diversidad funcional ya es adult@: afrontamos los retos de la nueva etapa.
- ✓ Aprendiendo a vivir tras una pérdida familiar.

Autocuidado y bienestar de los cuidadores

- ✓ Estrategias de autocuidado para familias con hij@s a cargo: cuidarse para cuidar bien.
- ✓ Cómo poner límites a los demás.
- ✓ Hábitos para una buena salud psico-emocional. autocuidado

Valores y educación social

- ✓ Educando en igualdad.
- ✓ Educar en igualdad de género.

• Requisitos para la realización de las actividades

- Se requerirá la inscripción de un mínimo de **10 a 12 personas** para la realización de las actividades dirigidas a familias y/o profesionales.
- La solicitud de la actividad deberá realizarse **antes del día 20 del mes anterior** a la fecha prevista para su desarrollo.

• Contacto CAF 3

 C/ Avena, 7. 28026 Madrid
 91 463 23 42
 caf-3@madrid.es

• Importante

Todas las actividades son gratuitas.

Estas actividades tienen carácter grupal y formativo y no sustituyen una atención individualizada y específica a las familias.