

PLAZAS LIMITADAS
ACTIVIDAD GRATUITA
PREVIA INSCRIPCIÓN EN:
www.fundacionmariajosejove.org

Lugar de celebración:
Sede de la Fundación María José Jove



c/ Galileo Galilei, nº 6, 15008 A Coruña. Tel. 981 160 265
www.fundacionmariajosejove.org

SÁBADOS
en familia

La Fundación María José Jove presenta “Sábados en Familia”, un nuevo programa de ocio familiar que tiene como objetivo favorecer la cohesión en la familia a través de la participación de padres e hij@s entre 4 y 14 años en talleres en torno a actividades socialmente responsables y difusoras de valores universales.

Los talleres de Sábados en Familia son dirigidos por los niñ@s, auténticos protagonistas y “líderes” del grupo familiar, cambiando así el esquema tradicional en el que son los padres quienes dirigen. Cuentan además con expertos profesionales que coordinan las

sesiones con solvencia y experiencia contrastada en la materia.

Para el año 2012 la Fundación María José Jove ha diseñado un programa compuesto por cuatro talleres familiares que contribuyen a enriquecer el clima familiar en torno a:

- ★ La comunicación e implicación en actividades compartidas, entre los miembros de la familia, y con otras familias.
- ★ La expresión y cuidado de las emociones.
- ★ El autocuidado y la protección como familia.
- ★ Compartir un pasado, un presente y un futuro común.

SÁBADOS
en familia

Programa año 2012
Familias con hij@s entre 4 y 14 años

TALLER FAMILIAR

Creemos en Familia

Sábado 25 de febrero, 12 horas

TALLER FAMILIAR

Relajación y Yoga en Familia

Sábado 24 de marzo, 12 horas

TALLER FAMILIAR

*Primeros Auxilios
Prevención en Familia*

Sábado 21 de abril, 12 horas

TALLER FAMILIAR

*Jugando con la Memoria:
Tráete a tus Abuelos!!!*

Sábado 12 de mayo, 12 horas

Cronograma

12:00 horas

- ★ Recepción familias.
- ★ Organización de los grupos familiares.
- ★ Presentación del monitor experto y entrega de la Hoja de Actividad del taller familiar.

12:15 horas

- ★ Inicio del taller familiar con el apoyo y asesoramiento del profesional y los técnicos de apoyo.

13:15 horas

- ★ Finalización del taller familiar.
- ★ Puesta en común de las experiencias familiares.

13:30 horas

- ★ Despedida y recordatorio del siguiente taller.

SÁBADOS
en familia



Actividad gratuita previa inscripción en
www.fundacionmariajosejove.org

"Creamos en Familia"

Sábado 25 de febrero, de 12 a 13:30 horas

Objetivo:

Taller familiar basado en la creación de una mascota familiar experimentando el potencial creativo como herramienta de identificación de los valores familiares.

Actividades:

En este taller de Sábados en Familia padres e hij@s elegirán valores, principios y normas que representen a su propia familia.

Los niños, de la mano de un monitor experto y profesional, serán quienes guiarán la actividad.



Supervisado por:

Eva Carrera, Licenciada en Bellas Artes, Artista Profesional.

Xan Eguía, Artista Profesional, escritor de novela infantil y juvenil.

"Relajación y Yoga en Familia"

Sábado 24 de marzo, de 12 a 13:30 horas

Objetivo:

Taller familiar en el que padres e hij@s participan en una actividad placentera, experimentando sensaciones tranquilizadoras de disfrute emocional.

Actividades:

En este taller de Sábados en Familia los hij@s dirigen a sus padres en una sesión de iniciación al yoga con relajación mental, focalización y atención al entorno.

Supervisado por:

Alba Palmás
Profesora de Kundalini Yoga.
Docente en el Centro

Kundalini Narayan en Vigo. Experta en yoga con grupos de niñ@s y adultos. Trabajó en Gran Bretaña, Holanda y otros países europeos. Estudió en la Universidad de Ohio (EEUU) y en la Universidad de Buenos Aires (Argentina).



SÁBADOS
en familia

"Primeros Auxilios. Prevención en Familia"

Sábado 21 de abril, de 12 a 13:30 horas

Objetivo:

Taller familiar que fomenta las actitudes y comportamientos de auto cuidado dentro de la familia, priorizando el papel fundamental de los hij@s en la toma de medidas de seguridad.

Actividades:

En este taller, guiado por los niñ@s, se refuerza la idea de la familia como un espacio seguro, en el que todos los miembros se sienten protegidos, a salvo de los peligros cuando ocurren y con conocimientos básicos acerca de cómo actuar ante ellos.

Supervisado por:

Jesús Penas Esperante, Instructor Superior en Seguridad. Bombero Profesional. Director Técnico de SALVACON. Experto en Prevención y Actuaciones en Emergencia.

"Jugando en familia con la Memoria". Tráete a tus abuelos!!!

Sábado 12 de mayo, de 12 a 13:30 horas

Objetivo:

Reforzar la cohesión y la comunicación familiar intergeneracional, compartir y registrar los elementos centrales de su identidad como familia.

Actividades:

A través de un juego, padres y abuelos escribirán preguntas sobre hechos de su historia familiar, asequibles al nivel de comprensión y memoria de los hij@s, estableciendo un diálogo con los pequeños protagonistas que permita a cada grupo participante en el taller reflejar orígenes, momentos centrales, costumbres, anécdotas,

aventuras y recuerdos que identifiquen la visión de los hij@s sobre su familia.

Supervisado por:

Luisa Rial Sánchez, Psicóloga. Terapeuta Familiar. Directora del Centro de Psicología ELMO.

