




LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		<p><b>1</b></p> <p><b>GRUPO DE EXPLORADORAS:</b> GRUPO DE ADOLESCENTES 18:00h (PRESENCIAL)</p> <p><b>CHARLA:</b> <b>HACER LOS DEBERES Y ESTUDIAR</b> <u>Colegio Cristóbal Colón</u> 17:30h (ON-LINE)</p>	<p><b>2</b></p> <p><b>GRUPO DE APOYO:</b> <b>NUESTROS HIJOS EN BANDAS</b> <b>JUVENILES, ¿Y AHORA QUÉ?</b> 18:00h (PRESENCIAL)</p>	<p><b>3</b></p>
<p><b>6</b></p> <p><b>FIESTA</b></p>	<p><b>7</b> <u>LA PANDA DEL OSO</u> GRUPO DE 0-6 Años 17:30h (PRESENCIAL)</p> 	<p><b>8</b></p> <p><b>FIESTA</b></p>	<p><b>9</b></p> <p><b>GRUPO DE APOYO:</b> <b>CÓMO AFRONTAR LA PÉRDIDA</b> <b>DE UN SER QUERIDO</b> 18:00h (PRESENCIAL)</p>	<p><b>10</b></p>
<p><b>13</b></p>	<p><b>14</b> <u>LA PANDA DEL OSO</u> GRUPO DE 0-6 Años 17:30h (ON-LINE)</p> 	<p><b>15</b></p> <p><b>CHARLA:</b> <b>"...Y ME HA DICHO QUE ES LA</b> <b>MENOPAUSIA..."</b> 12:00h (PRESENCIAL)</p> <p><b>GRUPO DE APOYO:</b> <b>NUESTROS HIJOS EN BANDAS</b> <b>JUVENILES, ¿Y AHORA QUÉ?</b> 18:00h (PRESENCIAL)</p>	<p><b>16</b></p>	<p><b>17</b></p> <p><b>CHARLA:</b> <b>"CUIDANDO NUESTRA</b> <b>AUTOESTIMA"</b> 12:00h (PRESENCIAL)</p>
<p><b>20</b></p> <p><b>CHARLA:</b> <b>¿QUÉ RIESGOS TIENEN LOS</b> <b>JUEGOS DE AZAR Y LAS</b> <b>APUESTAS DEPORTIVAS?</b> 18:00h (PRESENCIAL)</p> 	<p><b>21</b> <u>LA PANDA DEL OSO</u> GRUPO DE 0-6 Años 17:30h (PRESENCIAL)</p> 	<p><b>22</b></p> <p><b>GRUPO DE APOYO DE</b> <b>PADRES DE ADOLESCENTES</b> 18:00h (PRESENCIAL)</p>	<p><b>23</b></p> <p><b>GRUPO DE APOYO:</b> <b>CÓMO AFRONTAR LA PÉRDIDA</b> <b>DE UN SER QUERIDO</b> 18:00h (PRESENCIAL)</p>	<p><b>24 NOCHEBUENA</b></p> 
<p><b>27</b></p>	<p><b>28</b></p>	<p><b>29</b></p> <p><b>GRUPO DE EXPLORADORAS:</b> GRUPO DE ADOLESCENTES 18:00h (PRESENCIAL)</p>	<p><b>30</b></p>	<p><b>31 NOCHEBUENA</b></p> 

-  Actividades dentro del CAF-3
-  Actividades fuera del CAF-3
-  Actividades on-line



# HACER LOS DEBERES Y ESTUDIAR

## (EL PAPEL DE LOS PADRES Y MADRES)

### DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

A través de esta charla, los/as padres, madres y cuidadores, acompañados/as por las profesionales del CAF-3, podrán revisar las distintas formas de ayudar y motivar a sus hijos/as a sacar el mayor rendimiento de sí mismos/as y de su esfuerzo académico, así como revisar su propio papel en relación a las obligaciones de sus hijos e hijas.

### CUÁNDO

**Miércoles, 1 de diciembre las 17:30 horas**

### LUGAR DE REALIZACIÓN

C.E.I.P. CRISTOBAL COLÓN

**Actividad en modalidad on-line**

### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Padres, madres y cuidadores de los alumnos del  
C.E.I.P. Cristóbal Colón

### IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA



# GRUPO DE EXPLORADORAS

## (GRUPO TERAPÉUTICO PARA JÓVENES ADOLESCENTES)

---

Grupo terapéutico destinado a adolescentes cuyas familias se encuentran en intervención con los profesionales del CAF. Se trata de un espacio para trabajar dificultades que van surgiendo en el desarrollo de los jóvenes.

La terapia de grupo brinda a los menores un contexto ideal para que identifiquen sus problemas y sepan darle una salida más adaptativa.

El grupo será guiado por una psicóloga expertas en adolescencia y violencia intrafamiliar.



### DESTINATARIAS DE LA ACTIVIDAD

Adolescentes, entre 12 y 16 años,

### CUÁNDO

Miércoles, 1, 29 de diciembre

### GRUPO CERRADO

### LUGAR DE REALIZACIÓN

Actividad presencial  
CAF-3 (Avda. Rafaela Ybarra, 41)

# NUESTROS/AS HIJOS/AS EN BANDAS JUVENILES, ¿Y AHORA QUÉ? (Grupo de Apoyo)

## DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

A través de este grupo, que se reunirá quincenalmente, se pretende cubrir el espacio que no existe para aquellas familias que tienen hijos/as integrados/as en bandas juveniles.

Se revisarán esas herramientas que hasta ahora se han venido utilizando, se analizará lo que ha servido y lo que no para, a partir de ahí, debatir entre todas nuevas posibilidades a desarrollar.

## CUÁNDO, CÓMO Y DÓNDE

Cada 15 días en las instalaciones del CAF-3 (Avda. Rafaela Ybarra, 41)

En diciembre se realizarán los días **2 y 15 de diciembre a las 18:00 horas**, en modalidad **PRESENCIAL**

## DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

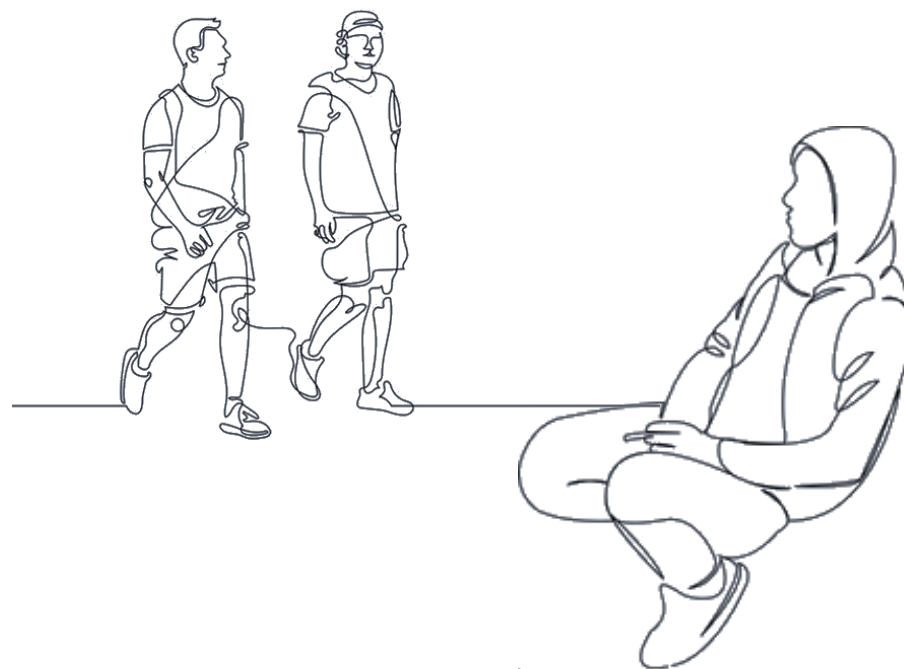
Todas aquellas familias interesadas en este tema

## IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

**(AFORO LIMITADO)**

Teléfono: 91 463 23 42

E-mail: [caf-3@madrid.es](mailto:caf-3@madrid.es)





## LA PANDA DEL OSO



### DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Este programa pretende fomentar y fortalecer el vínculo entre padres y madres e hijos, favoreciendo el desarrollo social y afectivo del niño o niña, a través de actividades, charlas formativas y las experiencias compartidas con otros padres y madres, a lo largo de nueve sesiones grupales.

### CUÁNDO

Martes, 7, 14, 21 de diciembre  
Horario de 17:30 a 18:30h.

### LUGAR DE REALIZACIÓN

CAF-3

**7, 21 PRESENCIAL**  
**14 ON-LINE**

### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Esta actividad está destinada a padres y madres con hijos/as de entre 0 y 6 años.

### IMPRESINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

Teléfono: 91 463 23 42  
E-mail: [caf-3@Madrid.es](mailto:caf-3@Madrid.es)

# CÓMO AFRONTAR LA PÉRDIDA DE UN SER QUERIDO (Grupo de Apoyo)

## DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Este grupo de apoyo está dirigido a todas aquellas personas que están pasando por los primeros momentos de una pérdida (de seres queridos, de relaciones emocionales,...).

El objetivo de grupo es compartir el proceso, desde la idea de progresión, contando con el apoyo de otras personas que están atravesando situaciones similares, con el acompañamiento y orientación profesional del equipo del CAF-3.



## CUÁNDO, CÓMO Y DÓNDE

Cada 15 días en las instalaciones del CAF-3 (Avda. Rafaela Ybarra, 41)

En diciembre se realizarán los días **9 y 23 de diciembre a las 18:00 horas**, en modalidad **PRESENCIAL**

## DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Todas aquellas personas interesadas en este tema

**IMPREScindible inscripción previa (AFORO LIMITADO)**

Teléfono: 91 463 23 42

E-mail: [caf-3@madrid.es](mailto:caf-3@madrid.es)

# “... y me han dicho que es la menopausia...”

## DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Durante esta charla vamos a compartir nuestras experiencias para, conjuntamente, entender y aceptar este proceso y, a partir de ahí, explorar las diversas estrategias que nos ayudarán a afrontar esta nueva etapa vital, con ilusión y confianza.

## CUÁNDO, CÓMO Y DÓNDE

Miércoles, 15 de diciembre a las 12:00 horas, en modalidad **PRESENCIAL**

## DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Todas aquellas personas interesadas en este tema

**IMPRESINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA (AFORO LIMITADO)**

Teléfono: 91 463 23 42

E-mail: [caf-3@madrid.es](mailto:caf-3@madrid.es)



# CUIDANDO NUESTRA AUTOESTIMA

## (Cómo me trato, cómo me veo, cómo soy)

### DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Durante este taller vamos a hablar sobre la importancia de cuidar el concepto que tenemos de nosotros mismos, pues influye de manera directa en nuestras decisiones, en cómo nos relacionamos con los demás y, en definitiva, en nuestra vida.

Vamos a trabajar con las emociones, con los mensajes que nos decimos y con la propia idea e imagen que tenemos sobre nosotros mismos, con el fin de darnos valor y cuidar nuestra autoestima.

### CUÁNDO

Viernes, 17 de diciembre  
A las 12:00 horas

### LUGAR DE REALIZACIÓN

En el CAF-3, **actividad presencial**  
Avda. Rafaela Ybarra, 41  
**(Plazas limitadas)**

### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Todas aquellas personas interesadas en este tema

### IMPRESINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

Teléfono: 91 463 23 42  
E-mail: [caf-3@Madrid.es](mailto:caf-3@Madrid.es)





# ¿QUÉ RIESGOS TIENEN LOS JUEGOS DE AZAR Y LAS APUESTAS DEPORTIVAS?

## Prevención desde la familia



### DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Se trata de una sesión informativa para familias sobre los riesgos derivados de los juegos de azar y apuestas deportivas en jóvenes y adolescentes.

- Introducción y peligros
- Riesgos y consecuencias
- Cómo actuar desde la familia

La sesión la impartirá Rocío Barragán Jurado, psicóloga del equipo de *La Contrapartida*: Programa de Prevención del Trastorno por Juego de Azar y Apuestas Deportivas.



### CUÁNDO

Lunes, **20 de diciembre**  
A las **18:00 horas**

### LUGAR DE REALIZACIÓN

En el CAF-3, **actividad presencial**  
Avda. Rafaela Ybarra, 41  
**(Plazas limitadas)**

### DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Familias interesadas en este tema

### IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

Teléfono: 91 463 23 42  
E-mail: [caf-3@Madrid.es](mailto:caf-3@Madrid.es)

# Grupo de Trabajo PADRES DE ADOLESCENTES

## DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Taller dirigido a familias con hijos/as de entre 12 y 17 años, con el objetivo de aprender a identificar signos y conductas más asociadas a esta etapa, con el fin de que, entre todos, podamos desarrollar mejores estrategias de comunicación y de relación con nuestros/as hijos/as; y, en definitiva, descubrir qué podemos nosotros modificar para volver a conectar con ellos/as.



## CUÁNDO

**Miércoles, 22 de diciembre las 18:00 horas**

## LUGAR DE REALIZACIÓN

CAF-3 **ACTIVIDAD PRESENCIAL**  
Avda. Rafaela Ybarra, 41

## DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Padres, madres y/o cuidadores que tienen adolescentes a su cargo.

## IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

**(PLAZAS LIMITADAS)**

Teléfono: 91 463 23 42  
E-mail: [caf-3@Madrid.es](mailto:caf-3@Madrid.es)