PLAN DE FORMACION FAMILIAR



DEJANDO HUELLAS 3

RIVERA HUILA

2025

Calle 22 N. 14- 41 Barrio La Consolata (Diagonal al Conjunto Residencial El Rosal)
E-mail: asomupcar.general@gmail.com Cel.: 312 - 5400808
Florencia - Caquetá

INTRODUCCION

El **Plan de Formación a Familias** de la Unidad de Servicio **Dejando Huellas 3** tiene como propósito fundamental fortalecer las habilidades psicosociales y emocionales de los padres y cuidadores para que puedan brindar un entorno seguro y saludable para el desarrollo integral de sus hijos. Este plan está diseñado para abordar las diversas necesidades que surgen en el proceso de crianza, prestando especial atención a la primera infancia, las mujeres gestantes y las adolescentes embarazadas. A través de encuentros formativos mensuales, se busca promover el bienestar emocional, el fortalecimiento de los vínculos afectivos y la conciencia sobre los derechos y el proyecto de vida.

Las actividades y temas seleccionados están orientados a la construcción de capacidades que favorezcan el acompañamiento respetuoso, afectivo y seguro en los niños y en las mujeres gestantes, fortaleciendo las relaciones familiares y creando un ambiente adecuado para el desarrollo de los niños en todas sus etapas.

OBJETIVO

El objetivo del **Plan de Formación a Familias** en la Unidad de Servicio **Dejando Huellas 3** es ofrecer un espacio de formación continua que promueva el fortalecimiento de los vínculos afectivos, el desarrollo emocional y la comprensión de los derechos, tanto para los niños como para las mujeres gestantes y los cuidadores, favoreciendo una crianza respetuosa, amorosa y consciente que contribuya a la mejora del bienestar familiar y del entorno de desarrollo de los niños.

MES	POBLACION	TEMA	OBJETIVO	RESPONSABLE
MARZO	Gestantes (Adolescentes)	Proyecto de vida y derechos	Promover la reflexión sobre el proyecto de vida y el conocimiento de sus derechos como madres adolescentes.	Apoyo Psicosocial
	Gestantes	La familia como red de apoyo	Sensibilizar a las mujeres gestantes sobre la importancia de contar con una red de apoyo familiar y social en las últimas etapas del embarazo.	Apoyo Psicosocial
ABRIL	Gestantes	Vínculos afectivos desde la gestación	Promover en las gestantes la importancia de establecer vínculos afectivos seguros con su bebé desde el embarazo.	Apoyo Psicosocial
MAYO	Gestantes	Salud mental en la gestación	Brindar herramientas para el cuidado de la salud mental durante el embarazo, gestionando emociones y estrés de manera saludable.	Apoyo Psicosocial
JUNIO	Gestantes	Preparación para el nacimiento	Orientar a las mujeres gestantes en cómo prepararse emocional y físicamente para el nacimiento de su bebé, reconociendo su rol de madre.	Apoyo Psicosocial
JULIO	Gestantes	Conociendo los derechos de la mujer gestante en el último trimestre	Informar sobre los derechos legales y sociales de las mujeres gestantes, especialmente en el último trimestre de embarazo.	Apoyo Psicosocial
AGOSTO	Gestantes	El rol del acompañante durante el parto	Reflexionar sobre la importancia del acompañante en el parto y el apoyo	Apoyo Psicosocial

			emocional y físico que debe brindar a la mujer gestante durante esta etapa.	
SEPTIEMBRE	Gestantes	Autocuidado en el último trimestre del embarazo	Promover la importancia del autocuidado físico y emocional en las mujeres gestantes para asegurar un embarazo saludable y una buena preparación para el parto.	Apoyo Psicosocial
OCTUBRE	Gestantes	Preparación emocional para la lactancia	Sensibilizar sobre la importancia de la preparación emocional y física para la lactancia, abordando el apego, las expectativas y la confianza en el proceso.	Apoyo Psicosocial
NOVIEMBRE	Gestantes	Reajustando el proyecto de vida después del nacimiento	Motivar a reconsiderar y ajustar su proyecto de vida personal y familiar después del nacimiento, con el foco en su rol como madre.	Apoyo Psicosocial

PLAN DE FORMACION FAMILIAR- BEBES DE 0 A 11 MESES				
MES	**POBLACION**	**TEMA**	**OBJETIVO**	**RESPONSABLES**
MARZO	Bebes de 0 a 11 meses	La importancia de la estimulación temprana en los primeros meses	Sensibilizar a los padres sobre cómo los primeros meses son cruciales para el desarrollo emocional y cognitivo de sus bebés	Apoyo Psicosocial
ABRIL	Bebes de 0 a 11 meses	El poder de tu voz: fortaleciendo la conexión afectiva	Fomentar el uso de la voz, canciones y palabras de amor para fortalecer el vínculo afectivo y la comunicación temprana con el bebé.	Apoyo Psicosocial
MAYO	Bebes de 0 a 11 meses	Apoyo emocional para los padres primerizos: manejo del estrés y las emociones	Brindar estrategias para que los padres gestionen el estrés y las emociones relacionadas con la crianza en los primeros meses del bebé.	Apoyo Psicosocial
JUNIO	Bebes de 0 a 11 meses	Estableciendo rutinas saludables	Guiar a los padres en la creación de rutinas diarias que favorezcan el desarrollo emocional y físico de los bebés, garantizando su bienestar.	Apoyo Psicosocial
JULIO	Bebes de 0 a 11 meses	La importancia del contacto físico: abrazos, caricias y miradas	Sensibilizar a los padres sobre la importancia del contacto físico en el desarrollo emocional del bebé, fortaleciendo el apego.	Apoyo Psicosocial
AGOSTO	Bebes de 0 a 11 meses	La comunicación temprana: señales y	Enseñar a los padres a identificar las señales de su bebé y cómo responder a	Apoyo Psicosocial

		respuestas a las necesidades del bebé	ellas para fortalecer el vínculo afectivo y asegurar sus necesidades.	
SEPTIEMBRE	Bebes de 0 a 11 meses	Promoviendo el juego y la interacción temprana	Orientar a los padres sobre el rol del juego y la interacción en los primeros meses, favoreciendo la estimulación temprana del bebé.	Apoyo Psicosocial
OCTUBRE	Bebes de 0 a 11 meses	cómo generar un entorno seguro y estimulante para el bebé	Orientar a los padres sobre cómo crear un ambiente físico y emocional que favorezca la seguridad y el desarrollo emocional de su bebé en sus primeros meses de vida.	Apoyo Psicosocial
NOVIEMBRE	Bebes de 0 a 11 meses	Preparándonos para el siguiente paso: transición a la etapa de 1 año	Ayudar a los padres a prepararse emocionalmente y físicamente para la transición de su bebé a la siguiente etapa de desarrollo, promoviendo su bienestar.	Apoyo Psicosocial

PLAN DE FORMACION FAMILIAR CON NIÑOS Y NIÑAS 1 A 2 AÑOS				
MES	**POBLACION**	**TEMA**	**OBJETIVO**	**RESPONSABLE**
MARZO	Niños y niñas de 1 a 2 años	Conociendo mi territorio	Sensibilizar a los padres sobre la importancia de permitir que los niños y niñas exploren su entorno, promoviendo la curiosidad y el descubrimiento.	Apoyo Psicosocial
ABRIL	Niños y niñas de 1 a 2 años	Jugando aprendo	Fomentar en los padres la importancia del juego como herramienta de aprendizaje, desarrollo cognitivo y fortalecimiento del vínculo afectivo con los niños y niñas.	Apoyo Psicosocial
MAYO	Niños y niñas de 1 a 2 años	Estableciendo rutinas y hábitos saludables	Guiar a los padres sobre cómo establecer rutinas diarias que favorezcan la seguridad emocional y física de los niños y niñas	Apoyo Psicosocial
JUNIO	Niños y niñas de 1 a 2 años	Estableciendo rutinas y hábitos saludables	Orientar a los padres sobre cómo estimular el lenguaje a través de la conversación, canciones y cuentos, fortaleciendo la comunicación con su hijo.	Apoyo Psicosocial
JULIO	Niños y niñas de 1 a 2 años		Sensibilizar a los padres sobre cómo fomentar la autonomía en sus niños y niñas, permitiéndoles tomar pequeñas	Apoyo Psicosocial

		Fomentando la independencia: el inicio de la autonomía	decisiones y realizar actividades por sí mismos.	
AGOSTO	Niños y niñas de 1 a 2 años	Entendiendo las emociones del niño: cómo gestionarlas a través de la empatía	Enseñar a los padres a identificar las emociones de sus niños y cómo responder a ellas con empatía para fortalecer el bienestar emocional.	Apoyo Psicosocial
SEPTIEMBRE	Niños y niñas de 1 a 2 años	Fortaleciendo la conexión emocional a través de la interacción positiva	Enseñar a los padres cómo fortalecer la relación afectiva con su niño mediante interacciones positivas como juegos, gestos y palabras cariñosas	Apoyo Psicosocial
OCTUBRE	Niños y niñas de 1 a 2 años	El aprendizaje a través de la exploración y la curiosidad	Guiar a los padres sobre cómo estimular la curiosidad natural de los niños y niñas para fomentar su aprendizaje a través de la exploración de su entorno.	Apoyo Psicosocial
NOVIEMBRE	Niños y niñas de 1 a 2 años	Reflexionando sobre el desarrollo del niño: un balance de aprendizajes	Ayudar a los padres a reflexionar sobre los avances y aprendizajes de su niño durante el año y cómo apoyarlos para el próximo ciclo de desarrollo.	Apoyo Psicosocial

PLAN DE FORMACION FAMILIAR CON NIÑOS Y NIÑAS DE 3 A 5 AÑOS				
MES	**POBLACION**	**TEMA**	**OBJETIVO**	**RESPONSABLES**
MARZO	Niños y niñas de 3 a 5 años	Conociendo mi territorio	Sensibilizar a los padres sobre la importancia de permitir que los niños y niñas exploren su entorno, promoviendo la curiosidad y el descubrimiento.	Apoyo Psicosocial
ABRIL	Niños y niñas de 3 a 5 años	Jugando aprendo	Fomentar en los padres la importancia del juego como herramienta de aprendizaje, desarrollo cognitivo y fortalecimiento del vínculo afectivo con los niños y niñas.	Apoyo Psicosocial
MAYO	Niños y niñas de 3 a 5 años	Estableciendo rutinas para el desarrollo emocional y social	Guiar a los padres sobre la importancia de las rutinas diarias para fomentar el desarrollo emocional y social de los niños y niñas.	Apoyo Psicosocial

JUNIO	Niños y niñas de 3 a 5 años	La resolución de conflictos a través del diálogo	Enseñar a las padres estrategias para ayudar a sus niños a resolver conflictos de manera pacífica y respetuosa, promoviendo habilidades de comunicación.	Apoyo Psicosocial
AGOSTO	Niños y niñas de 3 a 5 años	El papel de las emociones en el desarrollo social	Enseñar a los padres cómo las emociones afectan las interacciones sociales de los niños y cómo ayudarles a comprender y gestionar sus sentimientos	Apoyo Psicosocial
SEPTIEMBRE	Niños y niñas de 3 a 5 años	El fortalecimiento de la autoestima en los niños y niñas	Guiar a los padres sobre cómo fortalecer la autoestima de sus niños a través de elogios, refuerzos positivos y reconocimiento de sus logros.	Apoyo Psicosocial
OCTUBRE	Niños y niñas de 3 a 5 años	Estimulando la creatividad en la resolución de problemas	Orientar a los padres sobre cómo estimular la creatividad de sus hijos al abordar problemas, favoreciendo el pensamiento flexible y la innovación.	Apoyo Psicosocial
NOVIEMBRE	Niños y niñas de 3 a 5 años		Ayudar a los padres a reflexionar sobre el desarrollo de sus hijos a lo	Apoyo Psicosocial

		Reflexionando sobre el crecimiento: logros y desafíos del año	largo del año y planificar su apoyo en el próximo año, fortaleciendo su bienestar.	