# PLAN DE FORMACION FAMILIAR



# DEJANDO HUELLAS 1 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 el Guadual** 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 el Guadual** 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. | |