

CAF·FAZ

CENTRO DE ATENCIÓN A LAS FAMILIAS
FAMILIA ARRETARAKO ZENTROA

ACTIVIDADES · JARDUERAK
2019

DE ENERO A
JUNIO
URTARRILETIK
EKAINERA

MÁS INFORMACIÓN:
INFORMAZIO GEHIAGO:
C/ Urbasa 129 kalea
(Sarriguren)
TFNO: 948 165651 · caf@egues.es

Lunes a viernes de 09:00 a 13:30h
y de 16:30 a 20:00h
Astelehenetik ostiralera 09:00etatik
13:30era eta 16:30etik 20:00etara



AYUNTAMIENTO
del VALLE de EGÚES
EGUESIBARKO
UDALA

CAF

SERVICIOS CONTINUOS

PRIMERA ATENCIÓN

Es la puerta de acceso al CAF y a sus servicios y desde donde se acoge y se brinda una primera atención y respuesta profesional a las cuestiones o necesidades que se planteen. Incluye información personalizada sobre los servicios del CAF, acompañamiento y derivación a otros recursos.

ORIENTACIÓN FAMILIAR

Servicio de apoyo a las familias y a parejas que atraviesan dificultades dentro de su ciclo vital: nacimiento del primer hijo o hija, llegada a la adolescencia, ruptura de pareja... Su objetivo es potenciar sus recursos y habilidades, proporcionar nuevas herramientas para mejorar la situación y el clima familiar y prevenir situaciones de mayor dificultad.

EDUCACIÓN FAMILIAR

Apoyo con pautas educativas (normas y límites, resolución de conflictos...) para mejorar las habilidades parentales en el propio domicilio. El objetivo es reducir las dificultades, identificar los puntos fuertes y dotar de herramientas para que las familias puedan realizar sus funciones educativas de manera satisfactoria y eficaz.

MEDIACIÓN FAMILIAR

Vía pacífica para la resolución de los conflictos que puedan surgir en el ámbito familiar (separación de pareja, acuerdos para el cuidado de personas dependientes, etc.). Su principal objetivo es aportar una alternativa a la vía judicial, primando el bienestar de las dos partes y la consecución de los objetivos legítimos de cada una.

ASESORÍAS JURÍDICAS

Asesoramiento jurídico gratuito en materia de derecho de familia, vivienda, consumo y violencia de género. A cargo del MICAP.

SERVICIOS DE CONCILIACIÓN

(Respiro Familiar y Ludoguardería julio): Atención y cuidado de menores de 1 a 6 años en un marco socioeducativo, como medida de conciliación de las responsabilidades personales, familiares y laborales.

SERVICIO EDUCATIVO INFANTIL

Dirigido a niños y niñas de 4 a 12 años. Combina apoyo escolar y actividades lúdicas que facilitan el desarrollo integral de las niñas y niños, así como la adquisición de habilidades básicas desde la educación en valores, la coeducación y la promoción de la convivencia.

PROGRAMA JOVEN

Dirigido a chavales y chavalas a partir de 13 años, ofrece:

- Apoyo al estudio.
- Punto de Información Juvenil.
- Ciberespacio.
- Cesión de salas.
- Local abierto.
- Diversas actividades: excursiones, campeonatos, fiestas y jornadas especiales, cursos, apoyo a iniciativas y mucho más...

Más información sobre el Programa Joven: 638 810073 serviciojovenegues@hotmail.es

ONARRIZKO LAGUNTZA

FAZera eta hango zerbitzuetara sartzeko lehenbiziko atea, atal horretan profesionalak oinarrizko laguntza eta hasierako erantzuna eskaintzen diete erabiltzaileen beharrei eta auziei. FAZeko zerbitzuei buruzko informazio pertsonalizatua, bai eta jarraipena eta beste baliabide batzuetara bideratzeko aukera ere.

FAMILIENDAKO LAGUNTZA

Bizitza zikloan zailtasunak dituzten familiendako eta bikoteendako laguntza zerbitzua da: lehenbiziko semearen edo alabaren jaiotza, nerabezaroa, bikotea banatzea... zerbitzuaren helburua da familien baliabideak eta trebetasunak bultzatzea, nork bere egoera eta familiako giroa hobetzeko tresna berriak ematea eta zailtasun larriagoak ekartzen ahal dituzten egoerei aurrea hartzea.

FAMILIA HEZIKETA

Heziketa alorreko jarraibideak eskaintzen dira (arauak eta mugak, gatazkak nola konpondu...), gurasoek etxean bertan garatu beharreko gaitasunak hobe ditzaitez. Helburua da zailtasunak gainditzea, indarguneak identifikatzea eta hainbat tresna eskaintzea, familiek heziketa alorrean dituzten lanak behar bezala egin ditzaitez.

FAMILIENDAKO BITARTEKARITZA

Familian gerta daitezkeen gatazkak konpontzeko bide baketsua da hura (bikotea banatzea, mendeko pertsonak zaintzeko hitzarmenak, etab.). Xede nagusia da bide judiziala ez den bestelako bide bat eskaintzea bi alderdien ongizatea eta helburuak lortzea lehenetsiz, betiere helburu horiek bidezkoak badira.

AHOLKULARITZA JURIDIKOA

Erabiltzaileak gai hauei buruzko aholkularitza juridikoa eskatzen ahal du doan: familia, etxebizitza, kontsumoa eta genero indarkeria. MICAPek bideratzen du.

KONTZILIAZIO ZERBITZUAK

(Familiendako atsedena eta uztaileko jolas-hautzaindegia): 1 eta 6 urte bitarteko haurrendako zaintza antolatzen da gizarte eta heziketa alderdiak oinarri harturik, nork bere erantzukizunak, familia eta lana bateragarri egin ahal izateko.

HAURRENDAKO HEZIKETA ZERBITZUA

4 eta 12 urte bitarteko haurrendako antolatua. Eskola laguntza eta jolasak tartekatzen ditu haurren garapen integrala lortzeko. Era berean, zerbitzuaren bidez oinarrizko trebetasunak eskuratzen dira balioen heziketa, baterako heziketa eta elkarbizitza abiapuntu harturik.



CAF FAZ



ENCUENTROS EN FAMILIA

Talleres, sesiones y actividades formativas y pedagógicas abiertas, sobre temas relacionados con las diversas situaciones que podemos encontrarnos en las diferentes etapas del ciclo vital.



BANCO DEL TIEMPO

Red de colaboración mutua a través del intercambio de servicios y actividades donde la moneda de cambio es el tiempo. Un espacio en el que encontrar soluciones a necesidades cotidianas y crear redes basadas en la solidaridad. Más información: 679 096147 Btiempcaf@egues.es

MADUREZ ACTIVA Y PROMOCIÓN AUTONOMÍA PERSONAL

Servicio con diversas actividades dirigidas a promover la participación y a la mejora de la calidad de vida de las personas, generando espacios de ocio compartido donde socializarse y desarrollar nuevas iniciativas.

GAZTE PROGRAMA

13 urtetik gorako gaztetxoendako antolatua, honako hauek eskaintzen ditu:

- Ikasteko laguntza.
- Gazteendako Informazio Gunea.
- Zibergunea.
- Aretoak uztea.
- Areto irekia.
- Hainbat jarduera: txangoak, txapelketak, festak eta jardunaldi bereziak, ikastaroak, ekimenak bultzatzea eta anitzez gehiago...

Gazte Programari buruzko informazioa:
638 810073 serviciojovenegues@hotmail.es

FAMILIEN ARTEKO TOPAKETAK

Tailer, saio eta heziketa eta pedagogia jarduera irekiak, bizitzaren garaietan aurki ditzakegun egoerei buruzkoak.

DENBORAREN BANKUA

Elkarri laguntzeko sarea da zerbitzuak eta jarduerak trukatzuz. Truke-txanpona denbora da. Gune horren helburua da eguneroko beharrei irtenbideak aurkitzea eta elkartasunean oinarritutako sareak sortzea. Argibideak:
679 096147 - Btiempcaf@egues.es

HELDUTASUN AKTIBOA ETA NORK BERE AUTONOMIA BULTZATZEA

Zerbitzuak hainbat jarduera antolatzen ditu pertsonen parte-hartzea bultzatzeko eta bizi-kalitatea hobetzeko, betiere gizarteratzeko eta ekimen berriak garatzeko aukera ematen duten aisialdi guneak sortuz.

ACTIVIDADES DE ENERO A JUNIO

URTARRILETIK EKAINERA BITARTEKO EKINTZAK



TALLER SOBRE TÉCNICAS DE ESTUDIO IKASTEKO TEKNIKAK LANTZEKO TAILERRA

Para jóvenes de 13 a 17 años.

13 eta 17 urte bitarteko gazteentzat.

16 y 17 de enero. De 18:00 a 20:00h.

Urtarrilaren 16an eta 17an. 18:00etatik 20:00etara.

Inscripciones hasta el 14 de enero / Izen-ematea urtarrilaren 14a arte
(638 810073)

MÁS INFORMACIÓN / INFORMAZIO GEHIAGO

serviciojovenegues@hotmail.es

TALLER DE LACTANCIA MATERNA BULARRA EMATEKO TAILERRA

Espacio de apoyo mutuo para resolver dudas sobre la lactancia materna.

Bularra emateari buruzko zalantzak argitzeko eta elkarri laguntzeko gunea.

Lunes 21 de enero, 18 de febrero, 18 de marzo, 8 de abril, 20 de mayo y 17 de junio. De 10:30 a 12:30h.

Astelehena: urtarrilak 21, otsailak 18, martxoak 18, apirilak 8, maiatzak 20 eta ekainak 17. 10:30etik 12:30era

A cargo de Amagintza. Entrada libre hasta completar aforo.

Amagintzaren eskutik. Sarrera doan, lekuak bete arte.

MÁS INFORMACIÓN / INFORMAZIO GEHIAGO

www.amagintza.org

TALLER: "MAESTRAS Y MAESTROS EMOCIONALES"/ TAILERRA: "ADIMEN EMOZIONALAREN MAISUAK"

*Aprende a gestionar tus emociones y serás más feliz.
Ikasi emozioak kudeatzen eta zoriontsuago izanen zara.*

Para chavales y chavalas de 11 a 14 años.
11 eta 14 urte bitarteko gazteendako.

Miércoles 6, 13 y 20 de febrero. De 17:15 a 18:45h.
Otsailaren 6, 13 eta 20an, asteazkena. 17:15etik 18:45era.

Inscripciones en el CAF del **hasta el 30 de enero**
Izen-ematea urtarrilaren 30a arte FAZen

¿JUEGAS CONMIGO? NIREKIN JOLASTU NAHI?

*Actividades lúdicas entre madres, padres, hijas e hijos, para el fortalecimiento del vínculo y mejora de la confianza y autoestima.
Hainbat jolas-jarduera, familiaren eta seme-alaben arteko lotura indartzeko, eta konfiantza eta auto-estimua hobetzeko.*

Para madres y padres con sus hijos e hijas de 6 a 8 años.
6 eta 8 urte bitarteko seme-alabak dituzten familiendako.

Martes 12, 19 y 26 de febrero. De 17:15 a 18:45h.
Otsailaren 12, 19 eta 26an, asteartea. 17:15etik 18:45era.

Inscripciones en el CAF **hasta el 5 de febrero.**
Izen-ematea otsailaren 5a arte FAZen.





TALLER "HERRAMIENTAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA LA VIDA DIARIA"

"ADIMEN EMOZIONALEKO TRESNAK EGUNEROKO BIZITZARAKO" TAILERRA

Inteligencia emocional, gestión de conflictos, habilidades personales..., para los diferentes ámbitos de la vida

Adimen emozionala, gatazkak kudeatzea, nork bere gaitasunak garatzea... bizitzaren hainbat alorretan

Para mayores de edad / **Helduentzat.**

Miércoles 6, 13, 20, y 27 de marzo. De 17:15 a 18:45h.

Martxoaren 6, 13, 20 eta 27an, asteazkena. 17:15etik 18:45era.

Inscripciones en el CAF hasta el 27 de febrero.

Izen-ematea otsailaren 27a arte FAZen

Servicio de guardería. Solicitarlo en el momento de la inscripción.

Hurtzaindegi zerbitzua. Izena ematean eskatu behar da lekua.

CRianza CONSCIENTE HEZIKETA KONTZIENTEA

Técnicas de relajación, mindfulness, gestión emocional...

Lasaitzeko teknikak, mindfulnessa, emozioak kudeatzea...

Para familias con hijos e hijas de 3 a 5 años.

3 eta 5 urte bitarteko seme-alabak dituzten familiendako

Martes 26 de marzo, 2, 9 y 16 de abril. De 17:15 a 18:45h.

Martxoaren 26an eta apirilaren 2, 9 eta 16an, asteartea. 17:45etik 18:45era.

Inscripciones en el CAF hasta el 19 de marzo.

Izen-ematea martxoaren 19a arte FAZen.

TALLER DE COMUNICACIÓN PARA MADRES Y PADRES DE ADOLESCENTES

NERABEAK DITUZTEN GURASOENDA KO KOMUNIKAZIO TAILERRA

Cómo escuchar para que nuestras hijas e hijos hablen, como hablar para que nos escuchen.

Gure seme-alabek hitz egin dezatela nola entzun, entzun diezagutela nola hitz egin.

Para padres y madres de hijos e hijas de 11 a 14 años.

11 eta 14 urte bitarteko seme-alabak dituzten gurasoentzat.

Miércoles 3, 10 y 17 de abril. De 17:15 a 18:45h.

Apirilaren 3, 10 eta 17an, asteazkena. 17:15etik 18:45era.

Inscripciones en el CAF hasta el 27 de marzo.

Izen-ematea martxoaren 27a arte FAZen.

Servicio de guardería. Solicitarlo en el momento de la inscripción.

Hartzaindegi zerbitzua. Izena ematean eskatu behar da lekua

TALLER DE PREPARACIÓN PARA LA JUBILACIÓN

ERRETIORAKO PRESTAKETA TAILERRA

Salud física y emocional, la economía, la gestión del tiempo y del ocio... Una nueva etapa para retomar el proyecto vital.

Osasun fisiko eta emozionala, ekonomia, denbora eta aisialdia kudeatzea... Bizi-proiektuari berriz ekiteko garaia da.

Para personas próximas a la jubilación.

Erretiroa hurbila duten pertsonentzat.

Lunes 6, 13, 20 y 27 de mayo. De 17:15 a 18:45h.

**Maiatzaren 6, 13, 20 eta 27an, astelehena
astelehena. 17:15etatik 18:45era.**

Inscripciones en el CAF hasta el 29 de abril.

Izen-ematea apirilaren 29a arte FAZen.





ESPACIO DE OCIO INFANTIL

HAURRENDAKO AISIALDI GUNEA

Espacio de ocio y referencia para los niños y niñas del Valle de Egüés: juegos en la calle, talleres, cine, música, actividades para la participación en la vida comunitaria del Valle (Olentzero, carnavales, fiestas, jornadas especiales...) y mucho más.

Eguesibarko haurrendako aisialdi gune berria: jolasak kalean, eskulanak, zinea, musika, Eguesibarko jarduera nagusietan parte hartzea (Olentzero, inauteriak, jaiak, ekitaldi bereziak...), eta gauza gehiago.

¡¡Si tienes entre 6 y 12 años, te esperamos los viernes del 11 de enero al 14 de junio de 17:30h a 19:30h en el CAF!!

6 eta 12 urteko haurra bazara, zatoz ostiraletan FAZera 17:30etik 19:30era!
Urtarrilaren 11tik ekainaren 14ra!!

Entrada libre. Sarrera doan.

LOCAL ABIERTO, ESPACIO CIBER Y PUNTO DE INFORMACIÓN JUVENIL

TOKI IREKIA, ZIBER GUNEA ETA GAZTEENDAKO INFORMAZIO GUNEA

Para jóvenes a partir de 13 años / 13 urtetik gorako gazteentzat.

Martes y miércoles de 18:00 a 20:00h., viernes de 16:00 a 20:00h. y sábados de 17:00 a 21:00h. en la zona juvenil del CAF.

Asteartean eta asteazketan, 18:00etatik 20:00etara, ostiraletan 16:00etatik 20:00etara eta larunbatetan, 17:00etatik 21:00etara FAZeko gazte gunean

Entrada libre. Sarrera doan.

+Info: serviciojovenegues@hotmail.es / 638 81 00 73

GRUPOS DE MADUREZ ACTIVA HELDUTASUN AKTIBORAKO TALDEAK

Espacios de encuentro para comunicación, apoyo, debate, diversión y mucho más.

Komunikatu, lagundu, eztabaidatu eta gustura egoteko elkargunea...

Mayores de 60 años / 60 urtetik gorako helduak.

Los jueves de 17:00 a 19:00h en el CAF.

Ostegunetan, 17:00etatik 19:00etara FAZen.

Los lunes de 10:30 a 12:30h en Egüés.

Astelehenetan, 10:30etik 12:30era Eguesen.

Consultar plazas disponibles llamando al CAF.

Leku librerik ote dagoen jakiteko, deitu FAZera.

CHARLAS INFORMATIVAS / HITZALDI IREKIAK

“ Todo lo que siempre quisiste saber sobre lactancia materna”

“Amarengandik edoskitzeari buruz betidanik jakin nahi zenuen guztia”

25 de febrero a las 17:30h / Otsailaren 25ean, 17:30ean.

A CARGO DE AMAGINTZA / AMAGINTZAREN ESKUTIK

“Custodia compartida: derechos y deberes de los progenitores”.

“Zaintza partekatua: gurasoen eskubideak eta betebeharrak”

14 de marzo a las 17:00h. / Martxoaren 14an, 17:00etan.

A CARGO DEL COLEGIO DE ABOGADOS DE PAMPLONA.

IRUÑEKO ABOKATUAREN ELKARGOAK EMANA.

Entrada libre hasta completar aforo / Sarrera doan, leku kopurua bete arte.

CICLO DE CHARLAS: PAUTAS Y TRUCOS PARA MEJORAR TU ECONOMIA FAMILIAR HITZALDI ZIKLOA: ARAUAK ETA TRIKIMAILUAK FAMILIAREN EKONOMIA HOBETZEKO

Pautas para bajar los costes fijos que tenemos en las familias, a través de mejora en la compra, contratación y gestión. ¡Trae tus facturas!

Familietan ditugun kostu finkoak jaisteko jarraibideak; erosketa, kontratua eta kudeaketa hobetuz. Ekarri zure fakturak!

“Cómo ahorrar en las facturas de luz y gas”

“Argindarraren eta gasaren fakturretan nola aurreztu”

Martes 29 de enero. De 17:30h a 19:30h.
Urtarrilak 29, asteartea. 17:30etik 19:30era

“Telefonía, internet y seguros: contratar bien y pagar menos”
“Telefonia, internet eta aseguruak: ongi kontratatzea eta gutxiago ordaintzea”

Miércoles 27 de febrero. De 17:30 a 19:30h.
Ostailak 27, asteakena: 17:30etik 19:30era

“Consejos para mejorar tu compra en el supermercado. Que no te engañen”/ “Supermerkatuko erosketak hobetzeko aholkuak, inork zu ez engainatzeko”

Lunes 8 de abril. De 17:30 a 19:30h.
Apirilak 8, astelehena: 17:30etik 19:30era

A CARGO DE ZDIRUA / ZDIRUA-REN ESKU

Organiza: Programa "En mi casa se come bien"

Antolatzen du: "Nire etxean ongi jaten da" Programak

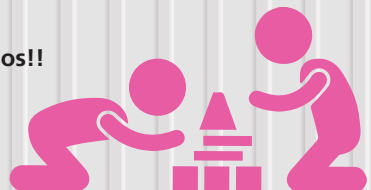
JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS: “Conociendo el Servicio Infantil de Respiro Familiar” “Familiek atseden hartzeko haur zerbitzua ezagutzen” ATEAK ZABALTZEKO JARDUNALDIA.

El día **18 de enero, de 16:30h a 19:30h.**, celebraremos una jornada de puertas abiertas del Respiro Familiar con el fin de dar a conocer este servicio, explicar su funcionamiento y visitar sus espacios. También habrá actividades de animación infantil. Pasaremos una bonita tarde.

Urtarrilaren 18an, 16:30etik 19:30era familiek atseden hartzeko haur zerbitzuaren atea irekiko dizkiegu herritar guztiei, zerbitzuaren funtzionamendua azaltzeko eta gunek bisitatzeko. Horrez gain, haurrentako animazio ekintzak egonen dira. Arratsalde ederra emanen dugu elkarrekin.

Dirigido a familias con menores de entre 1 (caminantes) y 6 años. ¡¡Os animamos!!

Urte bat (ibiltariak) eta 6 urte bitarteko haurrak dituzten familiendako antolatua. Zatozte!!



III JORNADAS INTERGENERACIONALES: "Compartiendo juegos de ayer, hoy y siempre" **BELAUNALDIEN ARTEKO III. JARDUNALDIAK:** "Atzoko, gaurko eta betiko jolasak partekatuz"

Del 11 al 15 de marzo: Talleres y encuentros intergeneracionales en los que compartiremos nuestro tiempo, recuerdos y experiencias con los niños y niñas de diferentes servicios del CAF.

Pueden participar todas las personas mayores de 60 años, previa inscripción en el CAF, antes del 28 de febrero. ¡¡Socialízate, comparte y disfruta con los y las más peques!!

Martxoaren 11tik 15era: belaunaldien arteko tailerrak eta topaketak. Gure denbora, oroitzapenak eta esperientziak partekatuko ditugu FAZeko hainbat zerbitzutako haurrekin.

60 urtetik gorako pertsona guztiek parte har dezakete. Horretarako, otsailaren 28a baino lehenago eman behar da izena FAZen. Egon, partekatu eta gozatu txikienekin!!! Zatozte!!

22 de marzo de 17:00 a 19:30h: FIESTA INTERGENERACIONAL. Jornada festiva abierta a toda la población, donde disfrutar de diferentes actividades en torno a los juegos de ayer, hoy y siempre, dinamizadas por las personas mayores y dirigidas a toda la infancia del Valle.

Finalizaremos con una chocolatada. ¡¡Te esperamos!!

BELAUNALDIEN ARTEKO JAIA: martxoaren 22an, 17:00etatik 19:30era. Herritar guztiendako jai eguna. Atzoko, gaurko eta betiko jolasen inguruko hainbat jarduerekin gozatzeko aukera izanen dugu, adinekoek dinamizatuta eta Ibarreko haur guztiendako antolatuta.

Txokolate jatearekin amaituko dugu jardunaldia. Zatozte!!

