

## ¡NO SON TIEMPOS FÁCILES PARA LOS ABUELOS!

Cuanta responsabilidad... En los últimos tiempos la cantidad de abuelos y abuelas que se hacen cargo de sus nietos ha aumentado. Les toca cuidar de sus nietos mucho mas tiempo.

Por otro lado en muchos casos se da una falta de presencia de padres y madres importante dadas las condiciones laborales en una época difícil, donde conciliar puede ser tarea casi imposible. La presencia de abuelos y abuelas es elevada, a veces muy por encima de sus posibilidades (lo ideal es que sean abuelos/as y no sustitutos de los padres). En otros casos la presencia de padres y madres es continua por la situación inversa (falta de trabajo) y la sobrecarga para ellos puede dificultar una crianza saludable al igual que la situación de sobrecarga de los abuelos/as.

Siendo una tarea maravillosa, hacerlo a tiempo completo, supone un gran esfuerzo, en todos los sentidos. Supone mucha responsabilidad, pero a la vez pueden generarse sentimientos contrarios, porque las decisiones corresponden a los padres.

Han criado a unos hijos, que son los padres de sus nietos. Eso parecería más que suficiente para que se valorara que un abuelo está más que preparado para la crianza en un niño.... Pero vivimos en un entorno en el que todo cambia a velocidad de vértigo. Y como no, también lo ha hecho la manera de criar a un niño.

Se ven obligados/as a realizar un gran esfuerzo de ADAPTACIÓN. Los consejos son tan diferentes en estos momentos con respecto a lo que a ellos les dieron, que pueden hacer que los abuelos tengan muchas inseguridades a la hora de cuidar de un nieto.

Este ciclo pretende abordar dos aspectos:

**Charlas-talleres sobre Crianza:** Información diseñada para ser inclusivas a abuelas/os, favoreciendo también el contacto y el intercambio entre generaciones. Guiadas por profesionales de la salud de Centro de Salud Arrabal. Compartir la información, expresar las dudas, las discrepancias que se les puedan plantear.

Dirigido a personas adultas con hijos y/o nietos.

**Encuentros intergeneracionales:** abuelos/as, madres/padres, niñas/niños. Encuentros amables, lúdicos, donde comentar en ambiente tranquilo y de encuentro las cuestiones de crianza y otras relacionadas que surjan y dar un cauce a las inquietudes para favorecer el acercamiento de posiciones, el entendimiento entre generaciones, la empatía y el respeto. Serian guiadas por personal experto en psicoterapia humanista y facilitación de grupos de la empresa social Yacarandar.

# CICLO: MAYORES Y CRIANZA

- **Charlas sobre crianza**
- **Encuentros con hijos/as y nietos/as**

ORGANIZAN



Yacarandar  
Salud y Arte



COLABORAN

Personal Sanitario del Centro de  
Salud Arrabal

JUNTA MUNICIPAL  
EL RABAL



Zaragoza  
AYUNTAMIENTO

**PRESENTACION DEL CICLO  
"MAYORES Y CRIANZA"  
CENTRO CÍVICO ESTACIÓN DEL NORTE  
C/ PERDIGUERA, 7  
JUEVES 10 NOV 17:30**

---

**C.C. ESTACIÓN DEL NORTE  
CALLE PERDIGUERA, 7**

---

**Miércoles 16 NOV. 17:30h CHARLA  
LACTANCIA MATERNA, ¿HASTA CUANDO?  
(M<sup>a</sup> Angeles Checa, Matrona CS Arrabal)**

---

**Jueves 17 NOV. 17:30h ENCUENTRO  
"CUENTAME ¿QUÉ ME CONTARON Y QUÉ ME  
ESTAN CONTANDO?"  
(Isabel Amaya Estébanez, Psicóloga,  
Marta Catalán, Terapeuta Ocupacional y  
Psicóloga)**

---

**Miércoles 23 NOV. 17:30h CHARLA  
ALIMENTACION COMPLEMENTARIA.  
¿CUÁNDO Y CÓMO INTRODUCIR  
ALIMENTOS?  
(Teresa Tolosana, Enfermera de Pediatría  
CS Arrabal)**

---

**Jueves 24 NOV. 17:30h ENCUENTRO  
"ESTO VA MUY RÁPIDO"  
(Isabel Amaya Estébanez, Psicóloga,  
Marta Catalán, Terapeuta Ocupacional y  
Psicóloga)**

---

---

**CENTRO CÍVICO DISTRITO 14  
PLAZA DE LA ALBADA**

---

**Miércoles 30 NOV. 17:30h CHARLA  
ALIMENTOS PELIGROSOS EN LA INFANCIA  
(Teresa Tolosana, Enfermera de Pediatría  
CS Arrabal)**

---

**Jueves 1 DIC. 17:00h ENCUENTRO  
"¿QUÉ NOS ESTAMOS TRAGANDO?"  
(Isabel Amaya Estébanez, Psicóloga,  
Marta Catalán, Terapeuta Ocupacional y  
Psicóloga)**

---

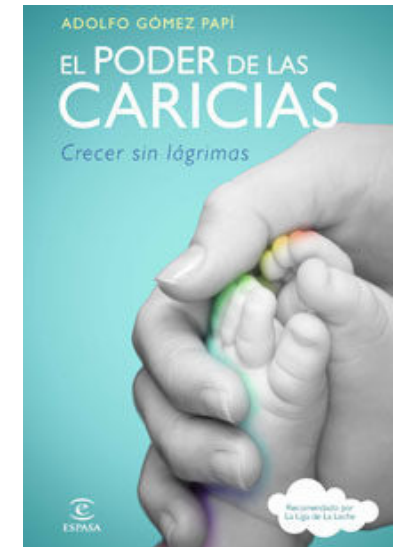
**Miércoles 14 DIC. 17:30h CHARLA  
PROMOVER EL DESARROLLO DEL  
BEBÉ-NIÑO  
(Isabel Amaya Estébanez, Psicóloga)**

---

**Jueves 15 DIC. 17:00h ENCUENTRO  
"REFRESCAMOS JUEGOS Y RETAILAS"  
(Isabel Amaya Estébanez, Psicóloga,  
Marta Catalán, Terapeuta Ocupacional y  
Psicóloga)**

---

**CLAUSURA DEL CICLO y  
CONFERENCIA  
C.C. ESTACIÓN DEL NORTE  
C/ PERDIGUERA, 7  
VIERNES 16 DIC 17:00**



---

**CONFERENCIA Y COLOQUIO  
Por el Doctor  
ADOLFO GÓMEZ PAPI,  
Pediatra y Autor del libro  
"El Poder de las Caricias"**

---

En todas las charlas y encuentros  
entrada libre hasta completar aforo,  
siendo necesaria la inscripción previa  
en el correo electrónico  
[inscripciones@avvbarriojesus.org](mailto:inscripciones@avvbarriojesus.org)