

# ESCUELA DE FAMILIAS

# PROGRAMA

ENERO  
FEBRERO  
MARZO  
ABRIL  
MAYO  
JUNIO  
2026





## INSCRIPCIONES

Realiza la inscripción en

<https://www.ayto-alcorcon.es/es/escuela-de-familia>



Las plazas se asignarán por orden de inscripción, cubriendo el cupo asignado a cada AMPA de los centros educativos participantes en esta iniciativa.

Se abrirán listas de espera para cada sesión.

Cada familia podrá participar en un máximo de 3 charlas, cursos o actividades, pudiendo solicitar todas las que desee. Si hubiese plazas libres se le asignarán también aquellas en las que quedase en lista de espera.

Se les confirmará la plaza tanto de la formación como de la ludoteca para su hijo o hija por correo electrónico. Si no pudiesen asistir solicitamos por favor nos lo comuniquen para poder asignar la plaza a otra familia interesada.

**Todas las sesiones son gratuitas.**





**Candalaria Testa Romero**  
Alcaldesa de Alcorcón

El Ayuntamiento de Alcorcón incluye entre sus principales líneas estratégicas: el bienestar integral de los niños, niñas y adolescentes —objetivos generales que guían todas las decisiones de nuestra administración.

Desde la firme convicción de que la educación de nuestros niños, niñas y adolescentes es una responsabilidad compartida por toda la ciudadanía, impulsamos un nuevo ciclo de cursos y actividades del programa “Escuela de Familias”, un espacio gratuito, ya consolidado, para la formación, donde continuar sumando recursos y proporcionar apoyo a padres, madres y personas cuidadoras para mejorar sus habilidades de crianza y educación.

En la “Escuela de Familias” encontraréis un punto de encuentro para crear un entorno familiar más seguro y afectivo, facilitando el intercambio de experiencias y la reflexión conjunta abordando temas como el desarrollo infantil, los límites, comunicación, prevención de trastornos alimentarios, riesgos en redes sociales o el necesario bienestar emocional, a través de cursos, monográficos y actividades familiares, todos ellos impartidos por profesionales.

Los temas han sido elaborados en colaboración con las AMPAS y basándonos en las demandas que las propias familias nos vais trasladando, un canal de ida y vuelta en el que seguimos trabajando para recoger vuestras impresiones y mejorar el programa.

Espero que las propuestas que a continuación encontraréis, se ajusten a las necesidades de las familias. Os invito a participar para que podamos caminar juntos en este bonito proceso educativo.

21  
ENE  
2026

17:30-19:30h



Centro Joven  
Yolanda González

#### MONOGRÁFICO

### Acogimiento vacacional niñ@s saharauis

Conoce el programa de acogida de niños y niñas saharauis, en qué consiste, qué tienen que hacer las familias, cuál es el perfil de los niños y niñas y sus familias. Valora si tu familia podría ser este verano ese lugar seguro que alguno de estos niños y niñas puede tener el próximo verano para alejarse de las altas temperaturas de los campamentos en los que viven y puedes apoyarles para tener una experiencia diferente y enriquecedora.

**Organiza:** Asociación Alcorcón por el Pueblo Saharaui

29  
ENE  
2026

17:30-19:30h



Junta Municipal  
de Distrito  
Ensanche Sur

#### MONOGRÁFICO

### Mi experiencia con la maternidad /paternidad

Mamá, papá, te ofrecemos un espacio para poder hablar, sin juicios, sobre tu búsqueda de embarazo, tu embarazo, parto, posparto, o tu proceso de acogimiento familiar o adopción. ¿Cómo fue todo? ¿Cómo lo viviste? ¿Ha cambiado tu vida, tus amistades, tus relaciones familiares desde que eres mamá/papá? ¿Y tus expectativas? Vamos a dar respuesta a todas estas preguntas desde la propia vivencia y experiencia.

**Imparte:** Ana Torres Rojo. Psicóloga Perinatal, experta en inteligencia emocional, apego, crianza y asesora de lactancia.

Ludoteca durante las sesiones para niños y niñas a partir de 2 años y medio  
(Es necesario inscribirse previamente)

23  
ENE  
2026

#### CURSO

### Descubriendo el mundo emocional

Este curso está dirigido a madres, padres y personas cuidadoras de niños y niñas de entre 5 y 10 años que desean mejorar la comprensión del mundo emocional infantil y adquirir herramientas prácticas para acompañarlo desde la calma, la empatía y el respeto. A lo largo de cuatro sesiones se abordarán claves para entender cómo sienten los niños y niñas, cómo guiarles en momentos de crisis y cómo introducir hábitos de regulación emocional en familia que mejoren la convivencia.

Este curso ofrece 4 sesiones: 2 de formación y 2 más prácticas y de participación familiar.

30  
ENE  
2026

#### 23/01/2026 - Inteligencia emocional para abordar la maternidad/paternidad

Un espacio centrado en el papel del adulto como referente emocional. Aprenderemos a identificar nuestras propias emociones y disparadores, a regularlas de forma más consciente y a desarrollar habilidades clave como la empatía, la comunicación respetuosa y la gestión del estrés. La sesión ofrece herramientas prácticas para construir un entorno más seguro, paciente y afectivo, desde el cual acompañar de forma coherente el mundo emocional de niñas y niños.

**Imparte:** Ana Torres Rojo. Psicóloga Perinatal, experta en inteligencia emocional, apego, crianza y asesora de lactancia

6  
FEB  
2026

#### 30/01/2026 - Entendiendo las emociones

En esta sesión profundizaremos en cómo viven, expresan y entienden las emociones los niños y niñas. Se trabajarán estrategias para ayudarles a identificar lo que sienten, poner palabras a sus emociones y desarrollar habilidades como la calma, la resolución de conflictos y la empatía. A través de dinámicas sencillas, recursos visuales y ejemplos del día a día, las familias descubrirán cómo fomentar un desarrollo emocional sano desde la cercanía y el respeto.

**Imparte:** Ana Torres Rojo. Psicóloga Perinatal, experta en inteligencia emocional, apego, crianza y asesora de lactancia.

13  
FEB  
2026

De 17:30-19:30h



Centro Cívico  
Viñagrande

#### 06/02/2026 - Atrapa una emoción

##### Actividad Familiar - Familias con niños y niñas de 5 a 10 años.

En esta sesión especial, cada familia se convertirá en un equipo participante de un concurso al más puro estilo televisivo. A través de retos divertidos, pruebas cooperativas y dinámicas llenas de movimiento, niños, niñas y adultos explorarán juntos el mundo de las emociones de una forma lúdica y memorable.

Durante el juego se trabajará la identificación y el vocabulario emocional, descubriendo cómo se sienten las emociones en el cuerpo y cómo influyen en la convivencia familiar. También se promoverá la comunicación asertiva y empática, la escucha activa y la expresión respetuosa de lo que cada uno necesita. Los diferentes desafíos ofrecerán estrategias para gestionar emociones difíciles, resolver conflictos de manera positiva y fortalecer la confianza y el trabajo en equipo dentro de la familia.

**Imparte:** José Luis Valencia. Psicólogo educativo especializado en disciplina positiva y acompañamiento emocional en el ámbito familiar.

#### 13/02/2026 - Mindfulness en familia

##### Actividad Familiar - Familias con niños y niñas de 5 a 10 años.

Esta sesión será práctica, para incorporar la atención plena en la vida familiar. Se presentarán ejercicios de respiración, actividades sensoriales, juegos de calma y prácticas de presencia adaptadas a la infancia. El objetivo es ofrecer herramientas accesibles que ayuden a adultos y niños/as a conectar consigo mismos, reducir el estrés y fortalecer el vínculo afectivo a través de momentos compartidos de tranquilidad.

**Imparte:** José Luis Valencia. Psicólogo educativo especializado en disciplina positiva y acompañamiento emocional en el ámbito familiar.

23 y 30 de enero: Ludoteca durante las sesiones para niños y niñas a partir de 2 años y medio (Es necesario inscribirse previamente)

12  
FEB  
2026

MONOGRÁFICO

## Afrontando el destete

Formación dirigida a familias para profundizar en el proceso del destete, abordando aspectos emocionales, físicos y afectivos del bebé y de la madre. Se ofrecen estrategias para facilitar una transición saludable, respetuosa y segura, fomentando el bienestar y la vinculación afectiva durante esta etapa de cambio.

**Imparte:** Ana Torres Rojo. Psicóloga Perinatal, experta en inteligencia emocional, apego, crianza y asesora de lactancia.

De 10:00 a 12:00h



Centro Cívico  
Margarita Burón

18  
FEB  
2026

ACTIVIDAD FAMILIAR

## Acompañamiento al estudio

Sesión familiar orientada a aprender, de forma dinámica y sencilla, cómo acompañar el estudio en casa. A través de actividades prácticas, las madres, padres, niños y niñas participantes descubrirán técnicas concretas para organizar tareas, mejorar la concentración, planificar el tiempo y estudiar de manera más eficaz. Familias con niños y niñas de 1º a 6º de Primaria.

**Imparte:** Sara Pérez Martínez. Psicóloga sanitaria especializada en terapia sistémica, infancia y neuropsicología.

De 17:30 a 19:30h



CEIP  
Miguel Hernández

20  
FEB  
2026

MONOGRÁFICO

## Prevención de trastornos alimenticios en la infancia y adolescencia

Esta formación está dirigida a familias que deseen promover una relación sana y equilibrada con la alimentación desde edades tempranas. Se abordarán señales de alerta, factores emocionales y hábitos que pueden influir en la relación de niñas y niños con la comida. La sesión ofrecerá pautas prácticas para evitar presiones en la mesa, fomentar una buena autoestima corporal y crear un entorno de alimentación respetuoso y positivo.

**Imparte:** Noelia Martín. Psicóloga sanitaria especializada en infancia y trastornos de la conducta.

De 17:30 a 19:30h



Centro Cívico  
Viña grande

Ludoteca durante las sesiones para niños y niñas a partir de 2 años y medio  
(Es necesario inscribirse previamente)



# CARNAVAL INFANTIL

**Sábado**

**21 de febrero de 2026**

**Polideportivo M4 - M<sup>a</sup> José Calero**

**17:00 a 21:00h**

El horario de 17:00 a 17:30  
está reservado a familias con  
niños/as con necesidades especiales,  
no habrá música

A partir de las 17:30 horas  
**ENTRADA LIBRE Y GRATUITA**  
**HASTA COMPLETAR AFORO**

**Disfruta del Carnaval en  
familia con juegos,  
manualidades, espectáculos,  
animación, música y muchos  
disfraces y maquillajes**

# INFANCIA

27  
FEB  
2026

De 17:30 a 19:30h



Centro Cívico  
Viñagrande

### MONOGRÁFICO

## Me voy al cole

Sesión dirigida a familias cuyos hijos e hijas iniciarán el Segundo Ciclo de Educación Infantil (3 años) en el curso 2026/2027. Se ofrecerán orientaciones sencillas para elegir el centro educativo que mejor se adapte a las necesidades de cada niño/a y de cada familia. Además, se explicarán de forma clara y accesible las funciones del EAT y del EDEP en esta etapa. La sesión finalizará con un espacio abierto para resolver dudas y responder a las preguntas de las familias.

**Imparte:** Equipo de Atención Temprana de Alcorcón.

Ludoteca durante las sesiones para niños y niñas a partir de 2 años y medio  
(Es necesario inscribirse previamente)

5  
MAR  
2026

12  
MAR  
2026

19  
MAR  
2026

De 17:30-19:30h



Junta Municipal  
de Distrito  
Ensanche Sur

### CURSO

## Altas capacidades en la infancia

Curso dirigido a familias para comprender, identificar y acompañar a niños, niñas y adolescentes con altas capacidades intelectuales, ofreciendo herramientas prácticas para apoyar su desarrollo emocional, social y académico.

### 05/03/2025 - ¿Qué es la Alta Capacidad?

En esta sesión nos acercaremos a los conceptos de inteligencia y neurodesarrollo, explicando cómo se manifiestan las altas capacidades en la infancia. La sesión ofrece una base para comprender las diferencias individuales en aprendizaje, pensamiento y creatividad.

### 12/03/2025 - Señales de alerta

Se analizan los signos de altas capacidades en diferentes etapas del desarrollo, incluyendo aspectos cognitivos, emocionales y sociales. Se subraya la importancia de la detección temprana y de diferenciar características típicas del desarrollo de señales de AACC.

### 19/03/2025 - Qué hacer ante la sospecha de AACC

Se presentan los pasos a seguir ante la sospecha de altas capacidades, incluyendo la orientación profesional (psicólogos y orientadores), la legislación vigente y las medidas educativas recomendadas para asegurar un desarrollo equilibrado y adaptado a las necesidades del niño o la niña.

**Imparte:** Mamen Díaz-Alersi. Periodista y profesora especialista en Altas Capacidades.

Ludoteca durante las sesiones para niños y niñas a partir de 2 años y medio  
(Es necesario inscribirse previamente)



18  
MAR  
2026

CURSO

## Fortaleciendo el vínculo entre hermanos

18/03/2025

Un espacio para comprender cómo se construyen las relaciones entre hermanos/as y qué factores influyen en la convivencia diaria. Se abordarán celos, rivalidades, diferencias de carácter y necesidades emocionales, ofreciendo pautas para fomentar la cooperación, el respeto y la conexión afectiva entre ellos. Una sesión práctica y cercana para mejorar el clima familiar y acompañar sus vínculos de forma positiva.

25  
MAR  
2026

25/03/2025 - De la teoría a la práctica

### Actividad familiar

En este encuentro, madres, padres e hijos/as a partir de 4 años participarán juntos en dinámicas y juegos cooperativos pensados para mejorar la comunicación, la empatía y el trabajo en equipo entre hermanos. A través de actividades divertidas y guiadas, cada familia podrá reforzar la confianza, compartir tiempo de calidad y descubrir nuevas formas de relacionarse de manera respetuosa y afectiva.

De 17:30-19:30h



Centro Joven  
Yolanda González

**Imparte:** Sara Pérez Martínez. Psicóloga sanitaria especializada en terapia sistémica, infancia y neuropsicología.

8  
ABR  
2026

CURSO

## Estimulación temprana

Curso práctico dirigido a familias con bebés de 0 a 18 meses, diseñado para fortalecer el desarrollo integral y reforzar los lazos afectivos mediante psicomotricidad, masajes sensoriales y rutinas esenciales.

15  
ABR  
2026

08/04/2025 - Mueve tu cuerpo

Actividades basadas en la psicomotricidad para favorecer el desarrollo físico y motor del bebé.

15/04/2025 - Al ritmo de las emociones

Estrategias centradas en el desarrollo socioafectivo, promoviendo la expresión emocional y la conexión afectiva.

22  
ABR  
2026

22/04/2025 - Baby Music

Introducción a la música como herramienta de estimulación sensorial y fortalecimiento del vínculo afectivo.

**Imparte:** Sheyla Alva Dietrich. Educadora infantil especializada estimulación temprana y trastornos del lenguaje.

Grupo 1 (0 a 12 meses)

De 16:30-17:30h

Grupo 2 (12 a 18 meses)

De 17:40-18:40h



Escuelas Infantiles  
de Alcorcón

8  
ABR  
2026

#### MONOGRÁFICO

### Prevención del bullying y ciberbullying

Formación orientada a familias y educadores para identificar, prevenir y abordar el bullying y el ciberbullying. El curso ofrece herramientas prácticas para reconocer conductas de riesgo, promover entornos seguros y respetuosos, y favorecer la comunicación y el acompañamiento efectivo de niños y adolescentes.

**Imparte:** **Sara Pérez Martínez.** Psicóloga sanitaria especializada en terapia sistémica, infancia y neuropsicología.

**Ludoteca durante las sesiones para niños y niñas a partir de 2 años y medio**  
(Es necesario inscribirse previamente)

De 17:30 a 19:30h



CEIP

Joaquín Costa

11  
ABR  
2026

#### ACTIVIDAD FAMILIAR

### Conociendo el medio ambiente

Disfruta en familia de esta actividad de educación medioambiental. Conoce la sede de la Concejalía de Parques y Jardines, pasearemos por su vivero conociendo las diferentes especies que allí cuidan y cómo realizan los procesos de plantación y cuidado de los jardines de nuestro municipio.

También realizaremos una actividad familiar de plantación y cada familia se llevará su propia maceta para seguir cuidándola en casa.

**Imparte:** **Personal de la Concejalía de Parques y Jardines** del Ayuntamiento de Alcorcón.

De 10:30 a 12:30h



Centro Municipal  
de Recursos  
Naturales de  
Alcorcón  
QUERCUS

16  
ABR  
2026

#### MONOGRÁFICO

### Pantallas y nuevas tecnologías en la infancia

Formación dirigida a familias sobre el uso responsable de pantallas y tecnologías digitales en la infancia. Se abordarán los efectos cognitivos, emocionales y sociales del uso de dispositivos electrónicos, ofreciendo estrategias prácticas para fomentar hábitos saludables, equilibrar el tiempo frente a la pantalla y promover un desarrollo integral seguro y consciente.

**Imparte:** **Ana Torres Rojo.** Psicóloga Perinatal, experta en inteligencia emocional, apego, crianza y asesora de lactancia.

**Ludoteca durante las sesiones para niños y niñas a partir de 2 años y medio**  
(Es necesario inscribirse previamente)

De 17:30 a 19:30h



Junta Municipal  
de Distrito  
Ensanche Sur



AYUNTAMIENTO DE  
**ALCORCÓN**

# JUGANDO EN FAMILIA

**Sábado 11 de Abril**

Polideportivo M4 M<sup>a</sup> José Calero

17:00 a 21:00h

Más de 100 juegos de mesa  
para todas las edades, gustos  
y dificultades, torneos y grandes  
juegos

Editoriales y AMPAS os esperan  
en la 4<sup>a</sup> edición de esta actividad

**No te lo pierdas.**

**ENTRADA LIBRE Y GRATUITA  
HASTA COMPLETAR Aforo**

## INFANCIA

**Participan:** AMPA Agustín de Argüelles, AMPA Blas de Otero, AMPA Chaves Nogaes, AMPA Daniel Martín, AMPA Fernando de los Ríos, AMPA Isabel La Católica, AMPA Joaquín Costa, AMPA La Inmaculada, AMPA Los Castillos, AMPA Párroco Don Victoriano, AMPA San José de Valderas, AMPA Santo Domingo, AMPA SEI Rihondo

**Colaboran:** Brain Picnic, Tranjisgames, Mercurio, Maldito Games, Zacatrus

**7**  
**MAY**  
**2026**

#### MONOGRÁFICO

### Rabietas y límites

Formación dirigida a familias sobre la gestión de rabietas y el establecimiento de límites en la infancia. El monográfico ofrece estrategias prácticas para comprender las emociones de los niños y niñas, responder de manera coherente y afectiva, y fomentar conductas adaptativas dentro de un entorno seguro y respetuoso.

**Imparte:** **Ana Torres Rojo.** Psicóloga Perinatal, experta en inteligencia emocional, apego, crianza y asesora de lactancia.

**Ludoteca durante las sesiones para niños y niñas a partir de 2 años y medio**  
(Es necesario inscribirse previamente)

**De 17:30 a 19:30h**



Junta Municipal  
de Distrito  
Ensanche Sur

**8**  
**MAY**  
**2026**

#### ACTIVIDAD FAMILIAR

### Rutinas que sostienen

Sesión práctica y familiar, centrada en pensar y construir normas familiares de manera participativa. Se trabajan rutinas diarias que aportan seguridad y estabilidad, fomentan la cooperación y refuerzan la autonomía de los más pequeños, creando un ambiente familiar más organizado y afectivo.

**Familias con niños y niñas de 4 a 8 años.**

**Imparte:** **Sara Pérez Martínez.** Psicóloga sanitaria especializada en terapia sistémica, infancia y neuropsicología.

**De 17:30 a 19:30h**



CEIP  
Santo Domingo

**15**  
**MAY**  
**2026**

#### ACTIVIDAD FAMILIAR

### Día Internacional de las familias: crea tu álbum familiar

Una actividad especial para celebrar el Día Internacional de las Familias creando juntas y juntos un álbum familiar único. A través de técnicas sencillas inspiradas en el "scrapbooking", cada familia podrá diseñar páginas personalizadas con fotos, recuerdos, dibujos y pequeños detalles que representen su historia.

**Familias con niños y niñas de 5 a 12 años.**

**Imparte:** **Sheyla Alva Dietrich.** Educadora infantil especializada estimulación temprana y trastornos del lenguaje.

**De 17:30 a 19:30h**



Centro Joven  
Yolanda González



AYUNTAMIENTO DE  
**ALCORCÓN**

**INFANCIA**

# **DÍA DE LAS FAMILIAS**

**Sábado 9 de mayo de 2026**

**Desde las 17:00 horas**

**Ensanche Sur**



**Ven a celebrar la importancia de la familia, con su diversidad y su riqueza con una divertida tarde de juegos, talleres, espectáculos y mucha diversión.**



**Ciudad Amiga  
de la Infancia**

**Alcorcón**  
impulsa la infancia



20  
MAY  
2026

De 10:00 a 12:00h



Centro Cívico  
Margarita Burón

### MONOGRÁFICO

## Cuidados en el embarazo y postparto

Formación dirigida a futuras madres y familias sobre los cuidados físicos, emocionales y afectivos durante el embarazo y el postparto. Se abordan estrategias para favorecer un embarazo saludable, preparar la llegada del bebé y acompañar la recuperación y adaptación en los primeros meses, promoviendo bienestar, autocuidado y fortalecimiento del vínculo familiar.

**Imparte:** Ana Torres Rojo. Psicóloga Perinatal, experta en inteligencia emocional, apego, crianza y asesora de lactancia.

22  
MAY  
2026

De 17:30 a 19:30h



Centro Cívico  
Viñagrande

### MONOGRÁFICO

## Ansiedad en la infancia

Formación dirigida a familias que ayuden a la detección, comprensión y manejo de la ansiedad en niños y niñas. El monográfico aborda cómo se manifiesta la ansiedad según la edad, sus efectos en el bienestar emocional y social, y ofrece estrategias prácticas para acompañar a los pequeños de manera efectiva, promoviendo seguridad, confianza y regulación emocional.

**Imparte:** José Luis Valencia. Psicólogo educativo especializado en disciplina positiva y acompañamiento emocional en el ámbito familiar.

Ludoteca durante las sesiones para niños y niñas a partir de 2 años y medio  
(Es necesario inscribirse previamente)

27  
MAY  
2026

De 17:30 a 19:30h



Colegio  
SEI Rihondo

### MONOGRÁFICO

## Técnicas de comunicación afectiva y efectiva

Formación práctica centrada en mejorar la comunicación con niños y niñas, combinando claridad y afecto. Se explorarán estrategias para expresar emociones, escuchar activamente y resolver conflictos de manera respetuosa, fomentando relaciones más cercanas, seguras y empáticas dentro de la familia o el entorno educativo.

**Imparte:** Sara Pérez Martínez. Psicóloga sanitaria especializada en terapia sistémica, infancia y neuropsicología.

Ludoteca durante las sesiones para niños y niñas a partir de 2 años y medio  
(Es necesario inscribirse previamente)



12  
JUN  
2026

De 17:30 a 19:30h



CEIP  
Agustín de  
Argüelles

## MONOGRÁFICO

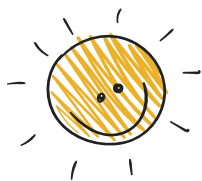
### Círculo de seguridad parental

Formación centrada en fortalecer el vínculo afectivo entre padres e hijos, ayudando a los cuidadores a comprender y responder a las necesidades emocionales de los niños y niñas. Se trabajarán estrategias para ofrecer seguridad, apoyo y confianza, promoviendo relaciones más estables, cercanas y respetuosas dentro del entorno familiar.

**Imparte:** **Sara Pérez Martínez.** Psicóloga sanitaria especializada en terapia sistémica, infancia y neuropsicología.

Ludoteca durante las sesiones para niños y niñas a partir de 2 años y medio  
(Es necesario inscribirse previamente)





**Ayuntamiento de Alcorcón**  
Infancia

