PROYECTO COF/PASTORAL CON JÓVENES 24/25

Centro de Orientación Familiar
Diócesis de Palencia

diócesis Palencia

Diócesis de Palencia
Pastoral con Jóvenes

PRESENTACION DEL PROYECTO

Este proyecto colaborativo nace en 2023 de una apuesta diocesana por trabajar a fondo con los jóvenes de nuestra diócesis. De Palencia y su provincia.

El Centro de Orientación Familiar está llamado y creado para acoger, acompañar y cuidar todos los aspectos y circunstancias dentro de la familia. Y desde ahí también nos sentimos convocados a trabajar con una de las partes más importantes, los hijos.

Orientados y guiados por la encíclica Amoris Laetitia (La Alegría del Amor) que en su séptimo capítulo nos invita en su Sí a la Educación Sexual, a cuidar y trabajar este aspecto tan importante y tan dejado en nuestra sociedad. El Papa Francisco lanza una pregunta y un reto. ¿Quién asume este gran desafío? Nosotros como iglesia y como diócesis estamos llamados a afrontar este maravilloso reto.

Una iglesia por y para los jóvenes; siendo referencia en el cuidado de las experiencias vitales.

Espacios donde todos tengan cabida y podamos desarrollarnos personalmente en todas las etapas de nuestra vida.

Ofrecemos un proyecto con doble mira: Un itinerario más formativo con encuentros y talleres y otro espacio donde estar y acompañar la vivencia y el tiempo personal. (en proceso)

La positiva experiencia del pasado curso en diferentes parroquias de nuestra capital y en 3 encuentros zonales de jóvenes por la provincia nos ha hecho ampliar y matizar la oferta de talleres.

JUSTIFICACIÓN Y CONTENIDOS MARCO

La comunicación, la afectividad y las relaciones sanas son aspectos fundamentales en la vida de los adolescentes. Durante esta etapa de la vida, los jóvenes experimentan cambios físicos, emocionales y sociales que pueden generar un gran impacto en su bienestar. Por ello, es importante que los adolescentes se sientan seguros y apoyados en su entorno social y familiar.

La comunicación es una herramienta fundamental para establecer relaciones sanas y duraderas entre los adolescentes. A través de la comunicación efectiva, los jóvenes pueden expresar sus sentimientos, pensamientos e inquietudes de manera clara y respetuosa, lo que les permite establecer vínculos significativos con sus pares. Además, una buena comunicación puede ayudar a prevenir conflictos y malentendidos, lo que contribuye a crear un ambiente de armonía y confianza.

La afectividad es otro aspecto clave en la vida de los adolescentes. Durante esta etapa de la vida, los jóvenes experimentan una amplia gama de emociones y sentimientos que pueden ser complejos de manejar. Por ello, es importante que los adolescentes aprendan a reconocer y gestionar sus emociones de manera saludable. A través del desarrollo de una adecuada inteligencia emocional, los jóvenes pueden aprender a identificar sus emociones y las de los demás, lo que les permite establecer relaciones más empáticas y comprensivas.

Por último, las relaciones sanas son fundamentales para el bienestar de los adolescentes. Establecer relaciones saludables implica aprender a respetar los límites y necesidades de los demás, a través de una comunicación efectiva y una adecuada gestión emocional. Además, las relaciones sanas permiten a los jóvenes experimentar un sentido de pertenencia y apoyo en su entorno social, lo que contribuye a su bienestar emocional y psicológico.

En resumen, la comunicación, la afectividad y las relaciones sanas son aspectos fundamentales en la vida de los adolescentes. A través del desarrollo de estas habilidades, los jóvenes pueden establecer relaciones significativas y duraderas con sus pares, lo que contribuye a su bienestar emocional y psicológico.

OBJETIVOS GENERALES

- Acompañar y acoger a los jóvenes en su desarrollo personal y en su proyecto de vida.
- Ofrecer y cuidar espacios donde estar y encontrarse con otros jóvenes. Ofrecer espacios de participación y aprendizaje.
- Fomentar actividades, talleres donde proponerles un contacto con su realidad y puedan desarrollar una conciencia crítica ante el mundo que los rodea.
- Facilitar y potenciar la formación a animadores y acompañantes.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Promover el autoconocimiento y la autoestima en los adolescentes.
- Desarrollar habilidades sociales y de comunicación efectiva.
- Brindar información clara y precisa sobre la salud mental en la adolescencia.

TALLERES QUE OFRECEMOS A GRUPOS, MOVIMIENTOS…:

TEMAS A DESARROLLAR DIVIDIDOS EN 3 BLOQUES TEMÁTICOS

- **Sexualidad/afectividad**
  - ✓ Las relaciones de pareja: qué es el amor, qué entiendo por relaciones de pareja. “Red flags”.
  - ✓ Mitos en la sexualidad. Miedos y tabúes.
  - ✓ Más Allá del placer. Salud Sexual y realidades de la pornografía.
  - ✓ Violencia de género. El consentimiento y mucho más…

- **Salud y bienestar personal**
  - ✓ ¿qué es la salud mental y por qué es tan importante cuidarla? (depresión, ansiedad,..)
  - ✓ Mi lugar seguro: Desenmascarando el acoso escolar y el bullying,…

- ✓ Estereotipos sociales: ¿cómo me ven?, ¿cómo me veo? Redes Vs realidad
- ✓ Consumo consciente: entendiendo las adicciones y sus consecuencias

Construyendo futuro

- ✓ La ética en la vida cotidiana: ¿cuáles son mis valores, mis creencias? ¿Cómo vivir en coherencia con ellos?
- ✓ Mi futuro: ¿Dónde y cómo me veo en un futuro? ¿qué pasos puedo dar para irlo consiguiendo?
- ✓ Dándole sentido a mis estudios. Elección, criterios, impacto social.
- ✓ Realidades sociales: Empatía y conciencia en nuestro entorno, barrio…Voluntariado.

Si estás interesado en realizar alguno de estos talleres (flexibles en fechas y en duración) ponte en contacto por alguno de los siguientes medios:

info@cofdpalencia.es

juvenil@diocesispalencia.org

José Luis Pablos: 678748669

COF: 979726961-660583112