

Des del programa CaixaProinfància de l'Obra Social "la Caixa", contribuïm a fer que les famílies exposades a situacions de violència tinguin eines per reconstruir-se la vida. Amb aquesta finalitat, oferim suport que permeti, tant a les dones com als seus fills i filles, **dotar-se d'habilitats i estratègies per recuperar-se de les seqüeles derivades de la violència.**

"Des del primer moment ens sentim millor. La meva filla ha millorat i se li veu a la cara."

Mare beneficiària del programa

Servei d'informació
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
De dilluns a diumenge, de 9 a 20 h
www.obrasociallacaixa.org

Una iniciativa de CaixaProinfància
de l'Obra Social "la Caixa"



Fundació Bancària "la Caixa"

Una iniciativa de CaixaProinfància

CONSTRUIR UNA NOVA VIDA

Atenció integral a dones i els seus fills i filles
víctimes de la violència



Obra Social "la Caixa"

Els tallers es distribueixen en **3 línies d'actuació:**

1 SUPORT PSICOSOCIAL A MARES

"He après a valorar-me a mi mateixa, mirar-me al mirall i dir «i tant, que valc». Si jo em veig bé, els meus fills em veuran bé."

Mare beneficiària del programa

Si tornem l'autoestima a aquestes dones n'aconseguirem l'apoderament.

El programa de suport psicosocial per a dones es basa en la filosofia de la resiliència. Mitjançant diferents tallers i materials ajudarem a fomentar:

- ✓ L'eliminació de creences destructives
- ✓ L'augment de l'autoestima
- ✓ La superació de la por
- ✓ L'eliminació de la culpabilitat
- ✓ El trencament amb l'aïllament social
- ✓ L'adquisició d'estratègies per gestionar la vida

2 SUPORT PSICOSOCIAL A FILLS I FILLES

"Ens van donar un paper amb les regles de la ràbia en què hi posava «tu tens dret a sentir ràbia, però no a fer mal als altres, ni a fer-te mal a tu mateix ni a fer malbé les coses»."

Menor beneficiari del programa

Es treballa per reaprendre valors i gestionar emocions per a un futur saludable.

El maltractament que pateixen algunes dones té un gran impacte sobre els fills encara que no el rebin directament. Detectar i gestionar les emocions són els eixos principals en els quals s'ancoren la majoria d'actuacions. D'una manera lúdica i positiva aconseguirem:

- ✓ L'eliminació de la culpabilitat
- ✓ El trencament amb l'aïllament social
- ✓ La gestió correcta de la ràbia o la tristesa
- ✓ La superació de la por
- ✓ L'eliminació de rols estereotipats de gènere
- ✓ El valor del respecte
- ✓ La recuperació de comportaments i jocs propis de la infantesa

3 DINÀMIQUES FAMILIARS

"Hem après a entendre'ns, a dialogar i sobretot a col·laborar dins de la família."

Mare beneficiària del programa

Restablint els rols adequats assegurarem l'èxit.

Però, sens dubte, l'èxit del programa resideix en el reforç especial del pilar més important: el nucli familiar i les relacions entre els seus membres. A partir d'unes dinàmiques saludables fomentarem:

- ✓ La millora de la comunicació
- ✓ L'establiment de límits
- ✓ L'augment de l'afectivitat i la proximitat
- ✓ L'increment del lleure familiar
- ✓ La reconstrucció del rol maternal per gestionar la quotidianitat