



APRENDAMOS  
*a*  
AMAR

## Proyecto de educación afectivo sexual

---

### Taller “Soy un tesoro”

Estimados padres:

Nos ponemos en contacto con ustedes, con el deseo de hacerles partícipes del programa educativo que, a lo largo de cuatro sesiones, iniciamos en el Centro Escolar. Es un programa de Educación Afectivo-Sexual dirigido a sus hijos/as de 10-11 años.

Nada ni nadie puede sustituir a los padres en su labor educativa. Nuestro deseo es ayudarles en esta tarea mediante una persona adecuadamente formada y preparada en la educación para la afectividad y la sexualidad, que colabore con ellos y a la que se puedan abrir sin miedos ni temores.

Los objetivos que nos planteamos son:

#### Primera sesión: “Mi cuerpo es un tesoro”

- ★ Reconocer el cuerpo como parte de la persona.
- ★ Entender el concepto de sexualidad (diferencia del cuerpo en masculino y femenino).
- ★ Valorar el cuerpo como un tesoro que hay que cuidar y que tiene el mismo valor que la persona.
- ★ Facilitar pequeñas pistas para pedir ayuda ante posibles abusos.
- ★ Identificar las relaciones personales que nos ayudan a cumplir los anteriores objetivos (familia y amigos).
- ★ Introducir el concepto de amistad.
- ★ Presentar las diferentes VIRTUDES humanas y teologales como aquello que nos entrena para aprender a Amar.

#### Segunda sesión: “Voy a crecer por dentro y por fuera”

- ★ Creemos por dentro y por fuera: la sorpresa de la fertilidad.
- ★ Anticipar los cambios físicos de la pubertad.
- ★ Reconocer la necesidad de un amor adulto como requisito para concebir una nueva vida.

#### Tercera sesión: “Voy a ser un héroe”

- ★ Presentar las diferentes VIRTUDES humanas y teologales.
- ★ Entender en qué consisten y en qué se diferencian.
- ★ Relacionar las VIRTUDES con los VALORES: cómo las primeras nos capacitan para alcanzar los valores que nos permiten AMAR (condición imprescindible para ser felices).

**Cuarta sesión: “El héroe necesita amigos”**

- ★ Profundizar en las VIRTUDES y su relación con la libertad, como elemento necesario para poder Amar.
- ★ Concretar las VIRTUDES en ejemplos de nuestra vida cotidiana.
- ★ Diferenciar los impulsos de los verdaderos deseos del corazón.
- ★ Reconocer la importancia de tener buenos amigos y estar cerca de los padres para crecer eligiendo el bien.

---

Solicitamos de un modo especial su apoyo, estas sesiones son quizás una ocasión para hablar de estos temas con ellos a través de un diálogo confiado y abierto.

Pueden encontrar más información sobre nuestras actividades y talleres en la web [www.aprendamosaamar.com](http://www.aprendamosaamar.com)

Agradeciendo de antemano su colaboración, reciba un saludo cordial



**Nieves González Rico**  
**Directora Académica Proyecto Aprendamos a Amar**

**Instituto Desarrollo y Persona-UFV**  
Ctra. Pozuelo-Majadahonda (M-515) Km. 1,800.  
28223, Pozuelo de Alarcón. Madrid.  
[secretariadyp@ufv.es](mailto:secretariadyp@ufv.es)  
[www.aprendamosaamar.com](http://www.aprendamosaamar.com)