Esperanza para la Familia®

TEMARIO

52 temas (1 por semana, por 1 año)

I. LOS VALORES

1. Conociendo los valores (Sesión de introducción al Programa)
2. ¿Por qué son importantes los valores?
3. ¿A dónde se han ido los valores?
4. Los enemigos de los valores
5. Desempolvando la conciencia

II: SALUD EMOCIONAL

6. ¿Existes o vives?
7. La depresión y el suicidio
8. Tres montañas a mover
   (Baja autoestima, desesperanza y tristeza)
9. ¡Mi alma se hunde! – La ansiedad
10. El estrés: alta tensión mental
11. El miedo y los temores
12. La sombra de la culpa
13. Prisionero del pasado /Aprendiendo a perdonar
14. Los celos, enemigos silenciosos
15. Enojo y problemas de carácter
16. Pornografía e inmoralidad sexual

17. ¿Trae el dinero la felicidad?
18. Cómo enfrentar las preocupaciones
19. Triunfando sobre las dificultades
20. Trastornos del sueño
21. La disciplina y los buenos hábitos
22. Beneficios del ejercicio
23. Beneficios de una buena alimentación
24. Beneficios de la lectura
25. Salud interior: Más allá del cuerpo

III. FAMILIA

26. Construyendo sobre fundamentos sólidos
27. La necesidad de autoridad en la familia
28. La verdadera autoridad
29. Duros golpes contra la familia
30. El adulterio: Golpe mortal contra el matrimonio
31. Cómo proteger tu matrimonio del adulterio
32. Las adicciones (I)
33. Las adicciones (II)
34. Violencia, machismo y misoginia
35. ¡Quiero ser libre!
36. Desintegración familiar y divorcio
37. La importancia de la comunicación
38. La necesidad de Crianza
39. El hogar, la mejor escuela
40. Adolescentes en llamas

41. Las madres solteras

42. Abuso sexual infantil

43. Cuidando a nuestros hijos de los depredadores sexuales

IV: ACCIÓN COMUNITARIA

44. Somos parte de una comunidad

45. La autoridad y el servicio

46. La Honestidad como estilo de vida

47. La justicia y los derechos humanos

48. Capacidades diferentes

49. Por qué decimos NO al aborto

50. Cuidando nuestro medio ambiente

51. ¡Vivir con valores sí es posible!

52. CLAUSURA - VIVIR CON VALORES: un compromiso de todos, hacia todos.

Para reforzar valores institucionales en colaboración con la empresa, durante 6 meses:

Junio: Responsabilidad - Enfocarse al logro de metas, en lo personal, familiar y laboral, cuidando apegarse a las reglas del juego.

Julio: Honestidad – Enfatizando la importancia de ser transparentes, éticos e íntegros en nuestras acciones.

Agosto: Trabajo en equipo - Necesitamos encender el ánimo hacia el apoyo y la colaboración; todos somos un equipo; aprendamos la importancia de integrar nuestras actividades.

Septiembre: Calidad – Enfocado a lo importante que es hacer las cosas bien, el ahorro de tiempo y recursos que esto implica y además lo que implica poner tu nombre en un

trabajo bien hecho. “Me enorgullece mi trabajo porque sé que está bien hecho”.

Octubre: Seguridad - En este tema se tocan tres puntos que nos llevan a mantener un ambiente seguro y son la cumplir con las reglas, orden y la limpieza. Esto aplica par todas las áreas de nuestra vida.

Noviembre: Compromiso con el bien común - Buscando promover la equidad, equilibrio de vida y justicia. No solo en la familia, en todo lugar y con todas las personas.

Diciembre: El gran reto de ser una Mejor Persona (Sesión de Clausura)

Para trabajar 1 plática por semana, por un mes a colaboradores de ambos géneros:

- ¿Por qué son importantes los Valores?
- La importancia de la Mujer en la sociedad actual
- El varón y su trascendencia en el entorno laboral y familiar
- Cómo y por qué cuidar nuestra mente del estrés