

AprEndEr jUgAndo



33.1157.8631
www.cuidarte.org.mx



Materiales
didácticos
y de juego
para
cuidarte[®]

AprEndEr
jUgAndo

AprEndEr jugAndo

cuidarte surge para proporcionar herramientas didácticas y de juego, para fortalecer el trabajo de crianza de padres de familia y de profesionales de la educación y la salud mental.

El material ha sido diseñado para trabajar tanto en el hogar como en espacios terapéuticos y escolarizados, principalmente en grupos de padres de familia, docentes, niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

Los materiales se emplean en los diversos programas que ofrece cuidarte ac, en la formación y actualización de agentes educativos, por lo que se recomienda una capacitación para su mejor aprovechamiento, sin embargo, son fáciles de usar. Úsalos recuperando el objetivo para el que fueron creados y tendrás excelentes resultados.

cuidarte®

El catálogo presenta los diversos recursos didácticos y de juego que han sido especialmente elaborados para trabajar:





Contenido



- 2 Póster de emociones
- 3 Espejos emocionales con personajes
- 5 Espejos emocionales con palabras
- 5 Espejos emocionales con osos
- 6 Descubre las emociones
- 8 Otros zapatos
- 9 Lotería emocional
- 11 Maratón emocional
- 13 Rompecabezas emocionales
- 15 Serpientes y escaleras
- 17 La cajita de emociones
- 19 Material sobre pedido:
 - Tapete Otros zapatos
 - Tapete Serpientes y escaleras
- 22 Lotería de equidad
- 23 Lotería del buen trato
- 25 Pulsera ¡Trátame bien!





- 28 Víctima - victimario
- 29 Qué tratos son
- 31 Deconstruir
- 32 Juego multimedia qué tratos son, víctima - victimario y deconstruir



- 37 Víctima - victimario
- 38 Qué tratos son
- 39 Deconstruir
- 41 Material adicional (para jugar deconstruir)
- 42 Claves para un noviazgo constructivo
- 45 Material sobre pedido:
 - Tapete qué tratos son.



- 48 Familiarizados
- 49 Eróticamente
- 51 Oca para la amistad
- 53 Material sobre pedido:
 - Tapete Oca para la amistad

- 54 ¿Quiénes somos?
- 55 Para realizar tu pedido





Materiales didácticos y de juego para **cuidarte**®

ApRendEr jUGAndO



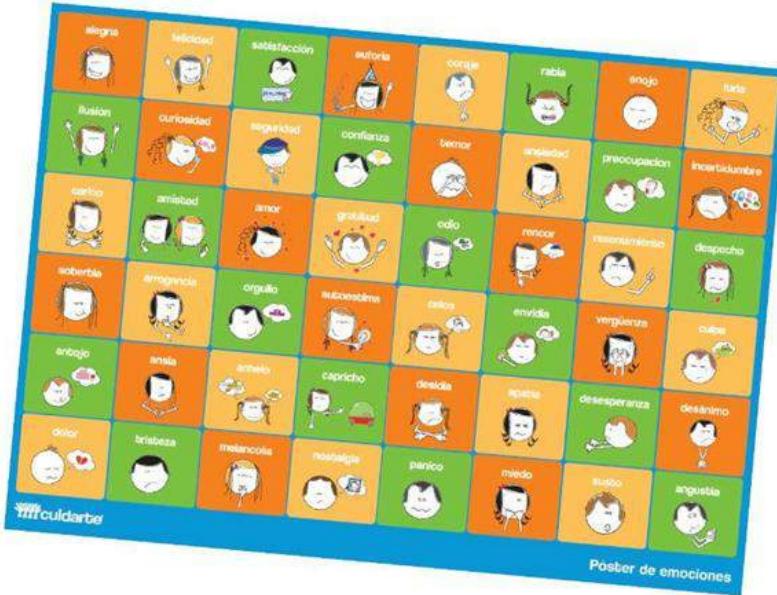
Con estos juegos desarrollos cinco competencias emocionales para lograr la inteligencia emocional: Vocabulario emocional  , conciencia emocional  , conciencia corporal emocional  , expresión emocional  y empatía  .

Pueden emplearse como estrategia para el desarrollo emocional de las personas, a partir de los 4 años, tanto en el hogar como en la escuela.

En adolescentes, jóvenes y adultos además pueden usarse desde un enfoque para la salud emocional y para la prevención de riesgos psicosociales como el estrés, las adicciones, el suicidio, y los trastornos psicosomáticos y alimenticios.

Recomendable para todo el mundo, incluyendo población con discapacidad.

Póster de emociones



Material

Póster de 40 x 56 cm.

Propósitos

- Desarrollar el vocabulario emocional.
- Identificar 48 emociones.
- Aprender y memorizar vocabulario emocional.

Edad:
+ de 4 años.



Español e inglés

inversión: 100 pesos



Propósitos

- Pensar y decidir sobre las propias emociones.
- Contactar con los propios estados de ánimo, sentimientos y emociones.
- Desarrollar la observación y auto observación de emociones.
- Fomentar la comunicación y expresión de emociones.

Material

Versión póster de 40 x 56 cm. o en tablero magnético de 22 x 33 cm. con 12 expresiones diferentes, 6 fichas de personajes y 6 fichas de manitas.
Instructivo de juego.

Edad:
+ de 4 años.

inversión (versión impresa): 120 pesos
inversión (versión magnética): 174 pesos



espejos emocionales

con palabras



espejos emocionales

con osos y osas



Propósitos

- Pensar y decidir sobre las propias emociones.
- Contar con los propios estados de ánimo, sentimientos y emociones.
- Desarrollar la observación y auto observación de emociones.
- Fomentar la comunicación y expresión de emociones.
- Evaluar rápidamente y gráficamente el balance emocional del estado de ánimo, desde la perspectiva de bienestar y malestar.

Edad:
+ de 4 años.

inversión versión impresa de palabras: 120 pesos

inversión versión magnética de palabras: 174 pesos

inversión versión impresa de osos y osas: 120 pesos

inversión versión magnética de osos y osas: 174 pesos

Material

Versión póster de 40 x 56 cm. o en tablero magnético de 22 x 33 cm. con 16 expresiones diferentes y 18 fichas.

Instructivo de juego.

Descubre las emociones



Material

20 tarjetas de 12 x 17 cm.

• Cada tarjeta tiene el nombre de un sentimiento o emoción, y su descripción en tres secciones:

• Cómo ocurre; qué lo desencadena; qué lo provoca.

• Cómo se registra en el cuerpo, qué sensaciones se experimentan.

• Conductas, acciones, comportamientos o respuestas que se presentan ante el sentimiento o la emoción.

Instructivo de juego.

Edad:

+ de 4 años.



Inversión: 200 pesos

cuidarte[®] A.C. te invita al

TALLER DE ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL

El taller se desarrolla a través de una experiencia vivencial y de juego, con el uso de diversos materiales educativos trabajamos en cinco competencias emocionales para conocer, observar, identificar, reconocer y nombrar las emociones y los sentimientos.



MODALIDAD
EN LÍNEA
EN TIEMPO REAL

Con este taller lograrás:

- Reconocer la importancia de la alfabetización emocional.
- Mayor fluidez en el uso de palabras para nombrar emociones y sentimientos.
- Identificar emociones de malestar y formas para manejarlas.
- Recuperar y promover emociones de bienestar.
- Aumentar tus recursos para la expresión emocional.
- Manejar formas de desarrollar empatía y promover la salud emocional.
- Considerar el empleo de algunos de estos recursos en tu familia.

Para mamás, papás, psicólogos y docentes de todos los niveles educativos.

ApREndEr jUgAndo

otros zapatos



Material

Un tablero de 38.8 x 38.8 cm.

40 tarjetas de 7.5 x 15 cm. de paletas emocionales con cinco emociones primarias.

84 tarjetas de 6.6 x 6.6 cm. de situaciones:

- 12 generales.
- 24 para niños y niñas.
- 24 para adolescentes y jóvenes.
- 24 para adultos.

Instructivo de juego.

Propósitos

- Promover la empatía, la diversidad emocional y complejidad emocional.
- Desarrollar un clima de mayor convivencia y armonía al expresar emociones y sentimientos con la familia y amigos.
- En las escuelas mayor integración grupal.

lotería emocional



Propósito

- Enseñar y aprender 48 palabras para nombrar diversas emociones y sentimientos.

Material *

8 tableros de 14 x 16 cm.

72 fichas de colores.

Dos paquetitos de 48 tarjetitas. Instructivo de juego.

*Material importado.

Edad:
+ de 4 años.



Inversión: 400 pesos

Edad:
+ de 4 años.



Inversión: 675 pesos

maratón emocional



Propósitos

- Desarrollar y reforzar diversas competencias emocionales, a través de preguntas y retos muy divertidos.
- Promover mayor conocimiento personal, identificación e integración entre los jugadores, para una mejor convivencia.

Material

- Un tablero de 38.8 x 38.8 cm.
- 100 tarjetas de juego de 10 x 10 cm.
- 8 fichas de colores.
- Un dado.
- Instructivo de juego.

Edad:
+ de 7 años.



Inversión: 520 pesos



Afectos ante un presente o futuro favorable

Affects by a favourable present or future

Rompecabeza emocionaleS



Propósitos

- Crear conciencia de la complejidad emocional de las personas.
- Enseñar el origen de las emociones y los sentimientos.
- Ubicar y aprender sobre 12 diferentes familias emocionales.
- Jugar con diferentes combinaciones de emociones: "enredos emocionales".

Edad:
+ de 4 años.



Inversión: 680 pesos

Material *

12 tableros de 19 x 22 cm. con familias emocionales.
Instructivo de juego.

*Material importado.



Propósitos

- Desarrollar vocabulario emocional.
- Vincular emociones que energizan o quitan energía.
- Distinguir diversos matices emocionales.

Material

- Un tablero de 56 x 40 cm.
- Cuatro fichas.
- Un dado.
- Instructivo de juego.

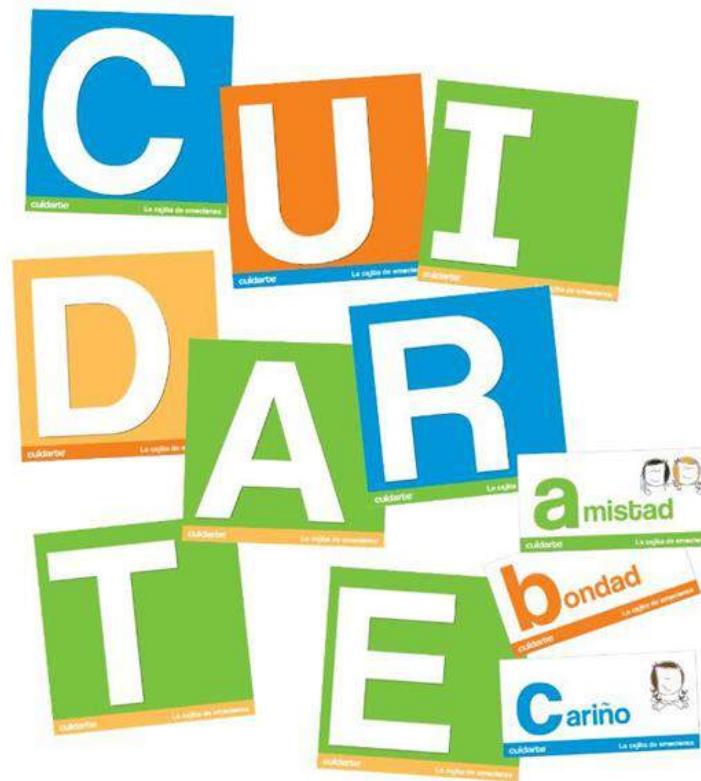
Edad:
+ de 4 años.



inversión: 120 pesos



La cajita de emociones



Propósitos

- Desarrollar vocabulario emocional.
- Memorizar palabras para nombrar emociones y sentimientos.
- Generar un mapa de emociones de bienestar y de malestar.
- Trabajar la conciencia corporal emocional y la expresión emocional.

Material

27 tarjetas con letras del abecedario de 10 x 10 cm.

120 tarjetas de emociones y sentimientos de 10 x 5 cm.

2 tarjetas de signos + y - de 10 x 10 cm. para bienestar y malestar.

Instructivo de juego.

Edad:
+ de 4 años.

Inversión: 360 pesos

DIPLOMADO en Educación emocional

Modalidad presencial en línea

El diplomado emplea una metodología basada en el juego, como recurso para generar aprendizajes significativos.

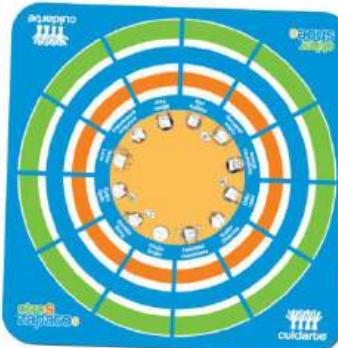
Objetivo: desarrollar y fortalecer la inteligencia emocional en las y los participantes, que les permita considerar, generar e implementar la educación emocional en sus entornos de influencia más inmediata, así como para su propio desarrollo y éxito personal.



Dirigido a psicólogos, trabajadores sociales, médicos, docentes y personas interesadas en su propio desarrollo de habilidades socioemocionales y con posibilidades de fortalecer la educación emocional en las diferentes áreas de su vida, pareja, familia, escuela, trabajo y comunidad.

33-1157-8631 | Cuidarbe A.C.
www.cuidarte.org.mx

Material sobre pedido



**Tapete
otroS
zapatos**

Lona de 3 x 3 mt.

- con 12 emociones primarias.



Inversión: 1,392 pesos



**Tapete
Serpientes
y Escaleras**

Lona de 3.5 x 2.5 mt.

Inversión: 1,392 pesos





Con estos juegos y recursos didácticos se recuperan, aprenden y refuerzan diversas formas de buenos tratos en los espacios escolares y en la familia.

- Promueven el desarrollo de resiliencia.
- Promueven la equidad de género.
- Trabajan en la capacidad para elegir y decidir.

En adultos generan mayores recursos para la crianza y la educación bien tratante, desde un enfoque de derechos para la infancia.

En niños y niñas promueve el desarrollo de factores protectores.

**Material**

8 tableros de 14.5 x 19.5 cm.

72 fichas de colores.

Dos paquetitos de 32 tarjetitas de 6 x 6 cm.

Instructivo de juego.

Edad:
+ de 4 años.

inversión: 300 pesos

Lotería de equidad

Lotería del buen trato

**Propósitos**

- Hacer visible nuevas formas en la expresión de conductas y actitudes que todas y todos podemos tener, para promover la equidad en los roles de género, en el hogar, los espacios recreativos, laborales y sociales.
- Identificar diversas formas de buenos tratos personales, en las familias, la escuela y la comunidad, para reforzar conductas y actitudes de buen trato en la convivencia.
- Armar escalas de buenos tratos.
- Identificar el buen trato que yo me doy, que doy a las personas y hacia el entorno.

Material

8 tableros 14.5 x 19.5 cm.

72 fichas de colores.

30 tarjetas de 10 x 10 cm.

Instructivo de juego.

Edad:
+ de 4 años.

inversión: 375 pesos



Pulsera

¡TRÁTAME BIEN!

tricuidarte

¡TRÁTAME BIEN!

tricuidarte

tricuidarte

¡TRÁTAME BIEN!

tricuidarte

tricuidarte

¡TRÁTAME BIEN!

tricuidarte

Propósitos

- Usar como escudo protector ante el maltrato.
- Tener presente la consigna ¡Trátame bien!

Edad:

+ de 2 años.

inversión pulsera: 30 pesos

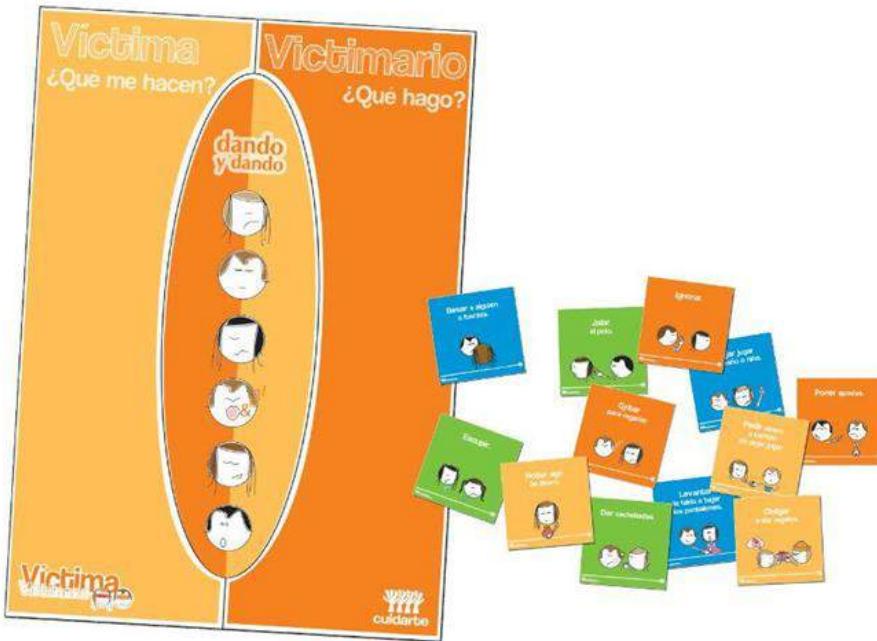


Estos materiales, ayudan a reconocer situaciones de la vida cotidiana como buen trato, maltrato, abuso, acoso y violencia; también propician y modelan respuestas asertivas y la reflexión de formas de vincularnos.

Aborda la violencia escolar y familiar desde una perspectiva integral donde cualquiera puede ser víctima o victimario.

Recomendable para las escuelas de educación preescolar y primaria.

Son un excelente recurso para ser incluido en escuela para padres.



Material

- 4 tableros de 40 x 56 cm.
 - 4 paquetes de tarjetas de 6 x 6 cm. de expresiones de maltrato, abuso y violencia.
 - con 24 tarjetas para niños y niñas de 4 a 8 años.
 - con 40 tarjetas para niños y niñas de 9 a 12 años.
 - con 60 tarjetas para padres de familia.
 - con 40 tarjetas para maestros y maestras.
 - Instructivo de juego.

Edad:

+ de 4 años.

inversión: 522 pesos

Propósito

- Desde una perspectiva sistemática del fenómeno de la agresión, el juego permite a las y los participantes identificar diferentes formas físicas, emocionales, económicas y sexuales de expresiones de maltrato, de abuso y de violencia, que podemos dar o recibir.



Propósito

- Desarrollar en las y los participantes habilidades de pensamiento, de reconocimiento de diversas formas de tratos que pueden darse en las relaciones afectivas, algunos sentimientos y mecanismos específicos de comunicación asociados a ellos.

Material

- 4 tableros de 40 x 56 cm.
 4 paquetes de tarjetas de 5 x 10 cm. con frases con diferentes formas de tratos.

 - con 20 tarjetas para niños y niñas de 4 a 8 años.
 - con 40 tarjetas para niños y niñas de 9 a 12 años.
 - con 50 tarjetas para padres de familia.
 - con 30 tarjetas para maestros y maestras.

Instructivo de juego.

Edad:

+ de 4 años.

inversión: 580 pesos



de
conStruir



Propósito

• Permitir que las y los participantes aprendan y elijan respuestas asertivas que posibilitan relaciones constructivas de buen trato, libres de maltrato, abuso y violencia; o identifiquen respuestas que conducen a relaciones destructivas y abusivas.

Material

- 4 tableros de 56 x 40 cm.
 4 dados y 16 fichas de colores.
 4 paquetes de tarjetas de 6 x 7.5 cm. que presentan situaciones de buen trato, abuso, acoso y violencia.
- con 20 tarjetas para niños y niñas de 4 a 8 años y 18 tarjetas con afirmaciones asertivas.
 - con 30 tarjetas para niños y niñas de 9 a 12 años y 24 tarjetas con afirmaciones asertivas.
 - con 35 tarjetas para padres de familia y 24 tarjetas con afirmaciones asertivas.
 - con 35 tarjetas para maestros y maestras y 24 tarjetas con afirmaciones asertivas.

Instructivo de juego.

Edad:

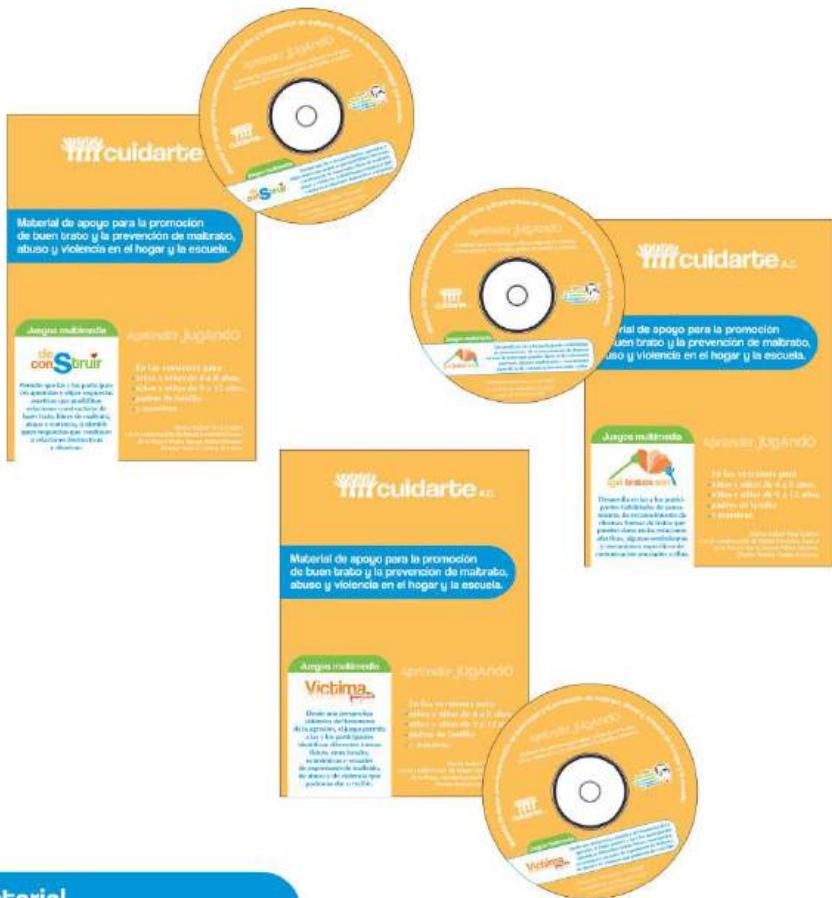
+ de 4 años.

* Contiene material para trabajar con 24 personas. **inversión: 638 pesos**

Juegos multimedia

Victima

de
conStruir



Material

CD con la versión multimedia.

En las versiones para:

- niños y niñas de 4 a 8 años.
- niños y niñas de 9 a 12 años.
- padres de familia.
- maestros.

Edad:
+ de 4 años.

inversión cd qué tratos son: 350 pesos

inversión cd deconstruir: 350 pesos

inversión cd victimario: 350 pesos

cuidarte

21 RETOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Conexión
y alfabetización
emocional
para mujeres

CURSO VIRTUAL



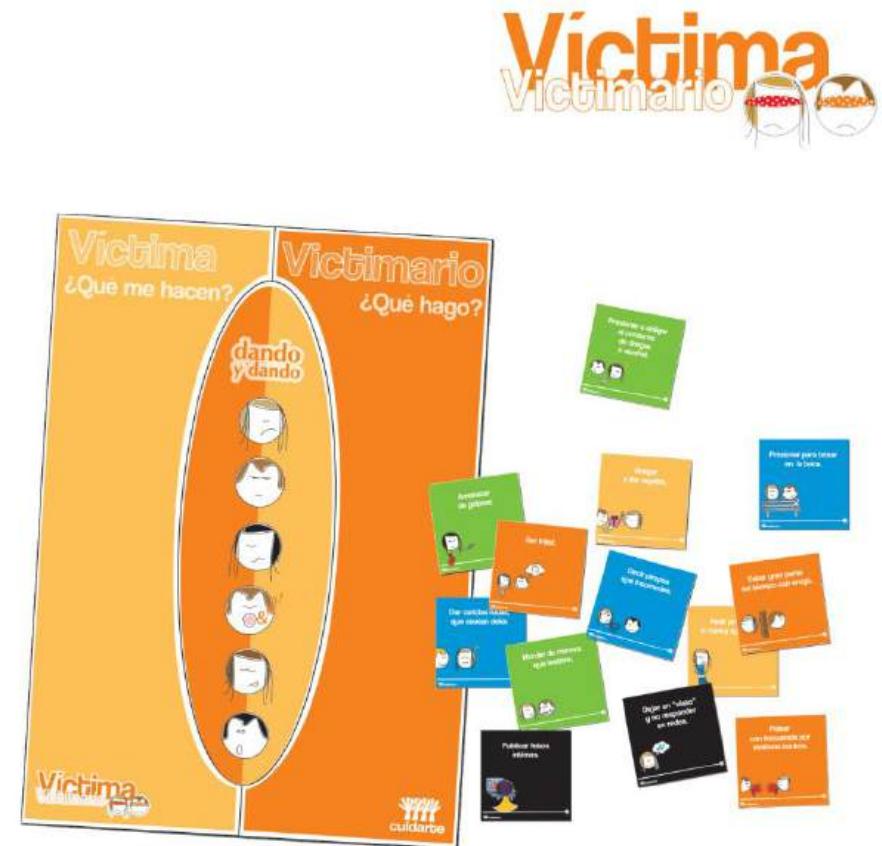
Desarrolla tu vocabulario emocional, adquiere habilidades para reconocer de donde vienen las emociones, trabaja algunas emociones que generan malestar y aprende sobre recursos para gestionar tu bienestar emocional.



Con estos juegos desde una forma divertida, las y los adolescentes y jóvenes desarrollan diversas habilidades para iniciar o sostener una relación de noviazgo, libre de maltrato, abuso, acoso y violencia.

Distingue distintos matices en la expresión de la agresión como maltrato, abuso, acoso y violencia.

Se dirige tanto al generador de agresión como a su receptor, y desarrolla recursos personales, para no ser, ni el uno, ni el otro.



Propósito

Desde una perspectiva sistemática del fenómeno de la agresión, el juego permite a las y los participantes identificar diferentes formas físicas, emocionales, económicas y sexuales de expresiones de maltrato, de abuso y de violencia que podemos dar o recibir.

Material

- 4 tableros de 40 x 56 cm.
- 4 paquetes de tarjetas de 6 x 6 cm. con 60 tarjetas.

- de expresiones de maltrato, abuso y violencia.

Instructivo de juego.

Edad:

+ de 12 años.

* Contiene material para trabajar con 24 personas.

Inversión: 522 pesos



Material

- 4 tableros de 40 x 56 cm.
- 4 paquetes de tarjetas de 5 x 10 cm. con 90 tarjetas.
- con frases con diferentes formas de tratos.

Instructivo de juego.

Edad:

+ de 12 años.

* Contiene material para trabajar con 24 personas.

inversión: 580 pesos



Material

- 4 tableros de 56 x 40 cm.
- 4 dados y 16 fichas de colores.
- 4 paquetes con 60 tarjetas de 6 x 7.5 cm. que presentan situaciones de buen trato, abuso, acoso y violencia.
- 4 paquetes con 30 tarjetas de 6 x 7.5 cm.
- con afirmaciones asertivas de valores de buen trato en las relaciones afectivas.

Edad:

+ de 12 años.

* Contiene material para trabajar con 24 personas.

inversión: 638 pesos



Material adicional para jugar 

Carteles

4 carteles de 43 x 28 cm.

- para trabajo grupal en el juego deconstruir.



Block de respuestas

de 12 x 6 cm.

Nombre del jugador:															Total
Señala el tipo de corazón que obtuvo tu respuesta. Cuenta al final el tipo de respuestas predominante.															

inversión (juego de 4 carteles): 120 pesos
inversión block de respuestas: 120 pesos

Claves para un noviazgo constructivo



Material

Un libro de 80 páginas con imágenes e ilustraciones, de fácil lectura y grandes aprendizajes y reflexiones. Recomendable para adolescentes, jóvenes y sus padres.

Este libro es una guía que sensibiliza a adolescentes y jóvenes sobre las potencialidades de crecimiento personal en el noviazgo, promoviendo valores y derechos universales y dando claves para el buen trato entre ellos.

Propósitos

- Ayuda a distinguir algunas formas cotidianas -y por ello invisibles- en las que suelen aparecer el maltrato, el abuso, el acoso y la violencia en el noviazgo, facilitando su reconocimiento.
- Desde un enfoque de prevención de la violencia intrafamiliar, con testimonios y a través de la definición de conceptos, en este texto se promueve la equidad y se cuestionan los estereotipos de género, al mostrar cómo cualquier individuo puede ser generador o receptor de maltrato, abuso y violencia.
- En síntesis, este libro es un recurso para que adolescentes y jóvenes aprendan a sostener y construir, una de las relaciones más importantes y significativas en su vida.

Edad:
+ de 12 años.

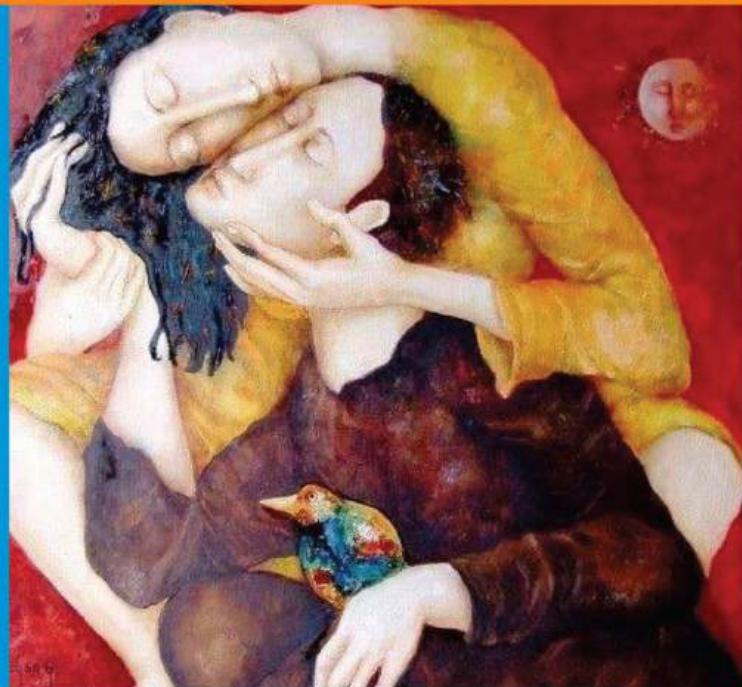
inversión: 200 pesos

CURSO - TALLER

PRESENCIAL EN LÍNEA

MODALIDAD
EN LÍNEA
EN TIEMPO REAL

Amor, sexo y pareja.



A través de 12 claves adquirirás elementos conceptuales, vivenciales y de juego que te permitirán pensar sobre el amor, la sexualidad, la pareja y algunos temas complejos en las relaciones amorosas, como la infidelidad, los celos, los conflictos y la comunicación.

Está dirigido a todo público mayor de edad, con interés en reflexionar y aprender sobre el amor, la sexualidad y la pareja.

cuidarte A.C.



Material sobre pedido

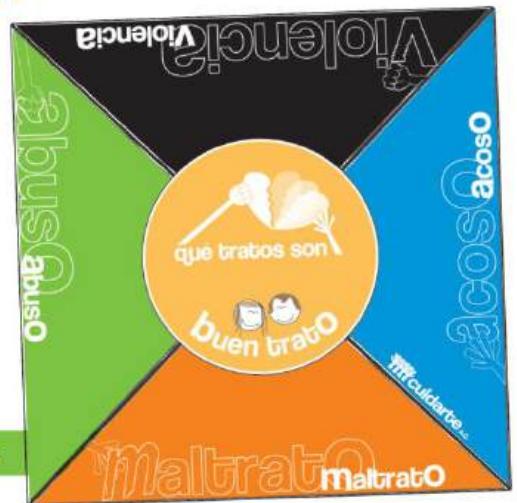


Tapete qué tratos son

Lona de 3 x 3 mt.

- para trabajo grupal en el juego qué tratos son.

inversión: 1,392 pesos





Estos recursos didácticos refuerzan y fortalecen el desarrollo de habilidades, actitudes y valores que favorezcan que la sexualidad sea asumida de una manera informada, asertiva, placentera, constructiva, libre y responsable.

Promueven una cultura de la prevención, del cuidado de los vínculos afectivos, un enfoque de diversidad y de la salud sexual.

Familiaridades



Material

1 hoja recortable de 43 x 28 cm.
Con 2 dados armables (el tamaño final de cada dado es de 6 x 6 x 6 cm.)

Edad:
+ de 6 años.

inversión: 120 pesos



Propósitos

- Trabajar en la assertividad sexual, la autonomía corporal y el consentimiento.
- Promover mayor salud sexual a través de una actitud lúdica.
- Intercambiar experiencias que abonen a un mayor disfrute del erotismo.
- Ampliar una visión del erotismo no reducida a lo genital.
- Identificar oportunidades eróticas en el intercambio de experiencias con las y los jugadores.

Material

Una ruleta giratoria.
63 tarjetas con palabras.
69 tarjetas con retos y desafíos.

49



DIPLOMADO en Masculinidades

**Crisis, desafíos y cambios
de los hombres contemporáneos**

Modalidad en línea en tiempo real

OBJETIVO

Brindar herramientas conceptuales y vivenciales para explicar/se las crisis de los hombres hoy en día y diseñar intervenciones con diversos segmentos de población en temas de masculinidades y formas alternativas de ser hombres, tendientes a ofrecerles orientación y a la construcción de espacios de igualdad sustantiva de género, inclusión y erradicación de la violencia masculina, con varones amorosos, con inteligencia emocional, responsabilidad afectiva, corresponsables en los cuidados y dispuestos a romper el pacto patriarcal, realizando su ser hombre de manera plena.

¿A QUIEN ESTÁ DIRIGIDO?

Docentes, agentes de cambio comunitario, profesionales de la salud mental y mujeres y hombres en general con interés en su crecimiento personal y profesional.

Informes en:
www.cuidarte.org.mx
 y al 33·3106·5540



Propósitos

- Identificar cómo es una amistad plena y enriquecedora.
- Considerar cómo podemos ser buenos amigos y amigas.
- Ver lo importante que son los amigos y amigas en nuestras vidas.
- Fomentar la convivencia amistosa en espacios de recreación y escolares.

Material

Tablero de 60 x 40 cm.
 4 fichas de colores y un dado.

Edad:
 + de 6 años.

inversión: 120 pesos



Material sobre pedido

Tapete
Oca
de la
amistad



Lona de 3.50 mt. x 2.50 mt.
• para trabajo grupal

Edad:
+ de 6 años.

inversión: 1,392 pesos

Los materiales que presentamos en este catálogo, se emplean como herramientas para el aprendizaje de habilidades y desarrollo personal en los diversos programas que imparte **cuidarte^{AC}**.

¿Qué es cuidarte^{AC}?

Es una organización civil, sin fines de lucro, filiación política, ideológica o religiosa, fundada e integrada por un grupo de profesionales expertos en salud mental, educación sexual y afectiva, derechos humanos, desarrollo comunitario sustentable y fortalecimiento de la sociedad civil, en el año de 2005 en Jalisco, México.

Diseña, conduce y acompaña procesos de formación para el cuidado de uno mismo, de los demás y del entorno, a través de la educación sexual y afectiva, la promoción del buen trato y la prevención del maltrato, el abuso y la violencia.

Promueve, apoya y fortalece diversas competencias personales, parentales y sociales, con sus diferentes programas, proyectos, libros, folletos, guías y juegos educativos.

**Solicita las conferencias,
los cursos-talleres
y diplomados que ofrecemos.**

Para realizar tu pedido

Comunícate con nosotros para hacer tu pedido.

 **33.1157.8631**



Los precios no incluyen IVA.
Los precios y la disponibilidad de productos
están sujetos a cambio sin previo aviso.



33·1157·8631

materiales.cuidarte@gmail.com

www.cuidarte.org.mx

Guadalajara, Jalisco, México.



f Cuidarte Ac

@cuidarteac

YouTube Cuidarte A.C.