



## CENTRO DE ORIENTACION FAMILIAR DE CANARIAS (FUNDACIÓN COF)

### COMUNICADO

Las Palmas de Gran Canarias 16 de marzo de 2020

Señores y señoras; queridos Jóvenes, niños y niñas usuarios del COF.

En nombre de todo el equipo de profesionales y administrativos queremos enviarles, mediante el presente correo electrónico, un cordial y respetuoso saludo en estos momentos tan delicados y penosos. No obstante, queremos enviarles un mensaje de esperanza, cuyos resultados positivos dependerán de cada uno ¡ánimo! Esperamos y trabajamos por un mañana mejor.

Mediante el presente comunicado queremos comunicarles varias y sencillas consideraciones y propuestas.

#### **CONSIDERACIONES**

- **PRIMERA:** nuestras familias usuarias actuales del COF están llamando para posponer las entrevistas ya acordadas, hasta el momento en que se puedan retomar, lo cual nos parece bien, sensato y necesario.
- **SEGUNDA:** Varios de los profesionales han preferido adelantarse y posponer las entrevistas de las familias o de miembros de estas hasta el momento que proceda, lo cual es conveniente y necesario.
- **TERCERO:** Existen situaciones familiares, como ustedes bien conocen, que son preocupantes, conflictivas o delicadas, unas más que otras, y que no son fáciles de asumir, orientar y resolver. De forma particular ello sucede si se tiene en cuenta el tipo de domicilio en el que se vive de no más de 80 mts<sup>2</sup>.
- **CUARTO:** como consecuencia del punto anterior, un grupo de profesionales trabajadores de este COF permanecemos en los respectivos puestos de trabajo, hasta que así se pueda hacer, para atenderles a Uds dentro de las horas ordinarias, ya sea por teléfono, o ya sea utilizando el correo electrónico. Estamos a su disposición. Queremos ayudar a las familias, sobre todo en estos momentos de dificultad especial. En tal supuesto le responderemos en breve, en cuanto nos sea posible.

#### **ALGUNAS PROPUESTAS**

- **PRIMERA:** Realicen las prescripciones que se les dio por parte del profesional en las últimas entrevistas.
- **SEGUNDA:** Si viven con su cónyuge o pareja establezcan un par de momentos al día para hablar los dos en una habitación aparte sobre las prescripciones que les dio el profesional, tanto si se refieren a Uds. dos como si se refieren a sus hijos.

- **TERCERO:** Cualquier norma o tarea que Uds. den a sus hijos deben trasmitirla usando un tono de serenidad y en “plural” (“tu padre o tu madre y yo hemos decidido o te decimos que...”). Pocas normas, claras y precisas.
- **CUARTO:** En caso de que ambos progenitores no vivan en el mismo domicilio, deben llamarse por teléfono o usar los medios electrónicos y utilizar “el plural” para comunicar las normas o tareas, tal como se indicó en el punto anterior.
- **QUINTO:** No es nada fácil mantener a los menores en casa tanto tiempo y con buen humor. Por ello, aconsejamos lo siguiente, entre otras iniciativas que Uds. sin duda ya están aplicando:
  - a. Cada día tener con sus hijos una “conversación familiar” en un lugar tranquilo y ordenado de la vivienda, para ordenar el desarrollo del día: tareas de limpieza, aseo personal, ducha diaria, tareas escolares, tiempo para la lectura, tiempo para el juego, tiempo para ver la TV o para el uso del móvil y juegos electrónicos y otros.
  - b. Al atardecer o al llegar la noche volver a tener la “conversación en familia” para valorar y animar lo realizado durante el día.
  - c. **Aconsejamos:**
    - Fortalecer y mantener con buen humor la citada “conversación en familia”. Esta práctica supone un buen aprendizaje para la vida. Estrecha las vinculaciones familiares, se consigue mayor cohesión y un sentido de mutua protección.
    - Transmitir humor y paciencia
    - Mantener un ritmo más o menos permanente en las tareas a realizar cada día. Ello ayuda a adquirir hábitos saludables.
    - Poner en algún momento del día alguna pieza de música clásica u otra que ayude a crear un ambiente de relax y de serenidad, a ser posible antes de ir a la cama.
- **SEXTA:** Para cualquier asunto relacionado con la ayuda familiar, que esperan de nosotros, nos tienen a su disposición. Que las fuerzas del buen humor y la paciencia no les falte. Que Dios y la Virgen, nuestra Madre nos asistan y nos ayuden.

Reciban un cordial y respetuoso saludo.

D. Alberto Cabré de León  
Presidente del Patronato  
y del Consejo de Dirección



D. Fermín Romero Navarro  
Director

Dña. Asunción Sánchez Jorge  
Subdirectora

#### Nota Final

Les rogamos que nos confirmen a nuestro correo ([info@fundacioncof.org](mailto:info@fundacioncof.org)) que han recibido nuestro Comunicado. Así mismo indíquenos si dicho Comunicado le ha parecido adecuado, así como otras observaciones o iniciativas que consideren oportunos.