Nuestro acuerdo de cuidados

Guía de uso de las plantillas



Estas plantillas adaptan el cuaderno de trabajo que Sara G. Pitarch y Christian G. Buenaventura presentaron en la sesión 3, «Compartimos para transformar», del curso **Familias corresponsables: hacia una conciliación real**.

Sirven para organizar la escuela y las extraescolares en familias que conviven o viven en hogares diferentes, de manera que la información esté al alcance de todas las personas adultas y nadie tenga que ser la memoria permanente de la familia.

Qué contiene el paquete

Documento	Cuántas copias	Para qué sirve
1. Acuerdo general de la familia	Una por familia	Reglas, inventario de tareas, comunicación, imprevistos y descanso
2. Ficha de hijo o hija	Una por cada hijo o hija	Centro, recogidas, material, cambios entre hogares y extraescolares
3. Pacto de actividad	Una por cada actividad	Quién detecta, planifica, hace y revisa cada actividad
4. Revisión	Una cada vez que reviséis	Qué ha funcionado y qué redistribuís
5. Desacuerdos y protección	Hoja de consulta	Cómo hablar de un desacuerdo sin trasladar el conflicto a los hijos e hijas

Cada plantilla se puede descargar en dos formatos: **editable (.docx)**, para rellenarla en el ordenador o en el móvil, y **PDF**, para imprimirla y rellenarla a mano.

Paso a paso

1. **Elegid un lugar común.** Tiene que ser un lugar al que todas las personas adultas implicadas tengáis acceso y donde encontréis la información sin depender de la otra persona.
2. **Descargad las plantillas** en el formato que prefiráis.
3. **Haced las copias que necesitéis:** una ficha por cada hijo o hija y un pacto por cada actividad.
4. **Rellenadlas juntas.** Si una persona las empieza sola, es una propuesta: la otra persona tendrá que participar en los acuerdos que le afectan.
5. **Revisadlas.** Probad el acuerdo una semana y rellenad una revisión. Después, fijad la próxima fecha.

Un primer acuerdo en 30 minutos

No hace falta rellenarlo todo de golpe. Podéis empezar por una sola responsabilidad:

Tiempo	Qué hacemos	Dónde lo anotamos
5 min	Elegir una responsabilidad escolar o extraescolar.	Pacto de actividad
10 min	Concretar quién se hace cargo y qué implica.	Pacto de actividad
8 min	Poner a prueba el acuerdo con un imprevisto.	Acuerdo general: tarjeta de imprevisto
5 min	Acordar un tiempo de descanso protegido.	Acuerdo general: descanso
2 min	Fijar cuándo revisaremos el resultado.	Revisión

> *El objetivo no es repartir muchas tareas, sino conseguir un acuerdo que pueda aplicarse y revisarse.*

Un ejemplo

Tenemos dos hijos, A y B. Los dos hacen natación, A hace atletismo y B hace dibujo.

- **1** acuerdo general de la familia.
- **2** fichas de hijo o hija: una para A y una para B.
- **3 o 4** pactos de actividad: natación, atletismo y dibujo. Si A y B hacen natación el mismo día, a la misma hora y en el mismo lugar, basta con un pacto de natación para los dos. Si no, haced uno para cada hijo.

Si los guardáis en formato digital, poned a los archivos nombres fáciles de encontrar, por ejemplo: «Pacto – Natación – A y B» o «Revisión – 23-11-2026».

Dónde lo podéis guardar

No hace falta ninguna herramienta concreta. Lo que importa es que todas las personas adultas tengáis acceso.

Si usáis…	Cómo lo podéis hacer
Google Drive, iCloud, OneDrive o Dropbox	Cread una carpeta, por ejemplo «Acuerdo de cuidados – Familia ___», compartidla con la otra persona adulta y guardad en ella todas las plantillas.
El ordenador de casa	Cread una carpeta y aseguraos de que todas las personas adultas sabéis dónde está.
Papel	Imprimid las plantillas y guardadlas en un archivador con separadores: General, una pestaña por cada hijo o hija y Revisiones.
Dos hogares	Mejor en una carpeta digital compartida. Si trabajáis en papel, haced fotos de las fichas y compartidlas, para que cada hogar tenga la información.

Antes de empezar

- Cuidar es trabajo, también cuando no es remunerado.
- Recoged solo la información necesaria y evitad guardar datos sensibles.
- Los hijos e hijas participan según la edad, sin hacer de mensajeros, mediadores ni responsables de los cuidados adultos.
- Este es un acuerdo educativo revisable. En familias separadas, respeta las medidas y resoluciones vigentes. Los acuerdos requieren libertad y seguridad.

> *Ante la violencia, la prioridad es proteger, no forzar acuerdos ni mediar en pareja. Información y asesoramiento: 016. Emergencia o peligro inmediato: 112.*