

# PROPERA PARADA LA SECUNDÀRIA

Jornada participativa per a compartir dubtes, idees, reflexions i experiències del pas de primària a secundària

🕒 16:45 h Obertura de portes. Entrega documentació

17 h Inauguració institucional

17.15 h - 19 h Tallers

Planificar el temps en família  
eines perquè els adolescents  
s'organitzin sense estrès

L'Àlex Letosa, psicòleg, ens donarà eines per ajudar els nostres fills i filles a trobar l'equilibri entre les obligacions i el temps d'oci.

La Marta Castillo, experta en educació emocional, ens donarà eines per afrontar els canvis amb confiança i seguretat i tenint cura del benestar emocional familiar.

Quan la vida canvia  
eines per sostenir els fills i filles  
en les seves transicions vitals



19 h Espai diàleg amb famílies

Espai de trobada per compartir l'experiència del primer any d'institut a 1r d'ESO.

**Amb la col·laboració d'“experiències inspiradores”**

Coneixereu recursos de Cardedeu com les botigues cuidadores, la plataforma reconnecta't o el projecte de Cuina i cuida!

## 20 de febrer

### Casal de la Gent Gran (Passeig Pau Gesa, 30)

*La participació a la jornada és per a pares i mares que tinguin fills o filles a 6è de primària*

Cal inscripció prèvia mitjançant el següent enllaç.  
**INSCRIPCIONS OBERTES FINS EL 19/02/2026**