

Programa de formació per a famílies d'escoles bressol, educació especial, infantil, primària i secundària

DESCRIPCIÓ DE LES ACTIVITATS

OBERTES A TOTHOM

FEBRER

dc 23 de febrer – 18.30 h – **EN LÍNIA: Adolescents: el seu futur és en joc (12-18)** – Roser Sellés, *coach*
Partint d'un petit vídeo reflexionarem sobre què significa l'adolescència tant des del punt de vista dels joves com dels adults. Reflexionarem sobre els conceptes de responsabilitat, llibertat, normes, límits, talent i expectatives de futur. Compartirem algunes descobertes de la neurociència relacionades amb l'adolescència.

MARÇ

dt 1 de març – 18.30 h – **EN LÍNIA: Sexualitat i xarxes socials (12-18)** – Chiara Foschi, d'EINES, serveis socioeducatius SCCL
La descoberta de la sexualitat en l'adolescència no va deslligada de l'ús de les xarxes socials. Els adolescents cerquen respostes i estímuls, en gran mesura, a través de dispositius tecnològics. La finalitat de l'activitat és conèixer què, com i quan d'aquesta necessitat per ajudar les famílies a fer un acompanyament més acurat i en concordança amb la realitat dels seus fills i filles.

dj 3 de març – 18.30 h – **EN LÍNIA: La (des)motivació per estudiar de l'alumnat de secundària: què hi podem fer les famílies? (12-18)** – Alba Castellví, educadora i mediadora
Ens preguntarem quines poden ser les causes de la desmotivació per estudiar i si hi ha alguna raó fisiològica, però també com podem combatre-la. Donarem idees pràctiques perquè els pares puguin ajudar els joves a trobar motivació per fer un esforç acadèmic, aprofitant al màxim els aprenentatges i sentint interès pels continguts de la secundària.

dl 14 de març – 17.30 h – **EN LÍNIA: Educar sense cridar (6-12)** – Alba Castellví, educadora i mediadora
De quines maneres podem educar amb tranquil·litat per ajudar els fills a ser autònoms i responsables? Eines i idees concretes per educar sense cridar.

dt 15 de març – 18.30 h – **EN LÍNIA: Pantalles: quan, quantes i com (6-12)** – Alba Castellví, educadora i mediadora
A partir de quina edat és recomanable prendre contacte amb les pantalles, per part dels infants? Per a quins usos? Amb quins continguts? En quins moments és bo utilitzar pantalles i en quins moments cal evitar-les durant el procés de creixement? Com evitar l'addicció als videojocs i a les xarxes socials?
Com es pot compaginar sense interferències molestes l'ús de les pantalles i la vida de família? Fins a quin punt els pares han de tenir control sobre l'ús que de les pantalles fan els seus fills? Quins límits cal posar a l'ús de la tecnologia i, sobretot, com fer-ho? Cercarem respostes a preguntes com aquestes o com les que plantegin els pares i les mares que participin en l'activitat. L'objectiu de la xerrada és descobrir pautes perquè els infants facin un ús responsable de les pantalles.

dc 16 de març 17.30 h – **EN LÍNIA: Ajudem-nos a créixer: Com podem afavorir l'adquisició de l'autonomia dels nostres fills (0-6)** – Unpont

En una casa amb criatures creixem tots, els fills i els pares. En aquesta trobada en línia, reflexionarem al voltant dels canvis que viuen les criatures des del moment del naixement fins que fan el pas a primària. Ho farem des d'una perspectiva bio-psico-social i psicodinàmica, amb la finalitat d'ajudar els pares a trobar els seus propis recursos per posar-los en pràctica a casa i acompanyar, així, els fills en els anys més importants de la seva vida. Parlarem, per exemple, de l'arribada a la família, el pas de bebè a infant, l'escolarització, la socialització, les emocions, els aprenentatges... en definitiva, de la vida de la família.

dc 23 de març – 19.00 h – **EN LÍNIA: Quin món volem deixar a les noves generacions? La importància d'educar en la sostenibilitat (TE)** – Rita Navarro Sagristà i Blanca Racionero, educadores ambientals

Des de l'escola, cada vegada més, s'educa en el respecte a l'entorn i es fomenta una cultura de la sostenibilitat, però cal que des de casa també hi contribuïm. Contextualitzarem la situació actual del planeta Terra i entre tots i totes descobrirem què més podem fer des de la família per regenerar el nostre entorn i millorar les vides.

dj 31 de març – 17.30 h – **EN LÍNIA: Com podem fer que els infants mengin de tot (6-12)** – Eulàlia Fargas, cuinera i pedagoga culinària

Donarem idees per alimentar els petits de la casa de manera saludable, integrativa i sostenible, per facilitar que mengin de tot, cosa que serà la base per a una alimentació sana i adequada en un futur. També pensarem sobre com gestionar els conflictes a taula i com ajudar a crear vincles saludables a través del menjar.

ABRIL

dv 1 d'abril – 17.30 h – **PRESENCIAL - OBERTA A TOTHOM: Com podem promoure i acompanyar la salut mental en l'adolescència (12-18)** – Àfrica Miquel, psicòloga – **Lloc a determinar** (s'informarà oportunament)

L'adolescència és una etapa de transició, adaptació, canvis i revolució. Com podem entendre i acompanyar els nostres fills i filles? Què és propi d'aquesta etapa i quan hem d'estar més atents? Fem camí plegats.

dt 5 d'abril – 18.30 h – **EN LÍNIA: Si els límits són saludables, perquè ens costa tant posar-los? (TE)** – Natàlia C. Sobregrau, psicòloga

Reflexionarem sobre perquè són tan important els límits i perquè ens costa tant de gestionar-los. També indagarem sobre com posar límits saludables en diverses situacions quotidianes, entre elles també en l'ús de les noves tecnologies.

dc 20 d'abril – 19.00 h – **EN LÍNIA: Entendre'ls i fer-nos entendre. Claus per caminar amb els nostres fills i filles (6-12)** – Roser Sellés, *coach*

A partir del visionat d'un videoclip d'imatges i música (sense paraules) ens preguntarem què podem fer els adults per entendre els nostres fills i filles i què podem fer perquè ens entenguin. Parlarem dels elements de la comunicació, de tipus de conductes habituals, de l'assertivitat i de les habilitats bàsiques d'una comunicació efectiva: escoltar, observar i respondre. Què cal evitar? Què cal fer? Què cal preguntar-nos?

dt 26 d'abril – 18.30 h – **EN LÍNIA: Ja no reconec el meu fill: aprenent a entendre l'adolescència i a prevenir les conductes de risc (12-18)** – Aina Aguilar Garrido, educadora i interventora familiar

En aquesta formació parlarem sobre què és l'adolescència i què implica, sobre els elements relacionals i comunicatius essencials, sobre les senyals d'alarma que hem de saber detectar i, sobretot, sobre les respostes que hem de donar, però també aquelles que és preferible no usar.

Dotarem d'eines i estratègies als pares i mares a fi que puguin donar la millor resposta als reptes que els seus fills adolescents aniran plantejant. I és que els adults referents de cada adolescent tenim la clau per ajudar-los a transitar per aquesta etapa, acompanyant-los en aquesta descoberta i protegint-los d'allò que els pugui fer mal, perquè un adolescent ben acompanyat esdevindrà, de ben segur, en una persona adulta autònoma, reflexiva i responsable.

dj 28 d'abril – 17.30 h – **EN LÍNIA: Com podem acompanyar l'abandonament del bolquer (1-3)** – Carme Solé, pedagoga

Com podem saber quin és el moment en què una criatura està preparada per no dur bolquers? Ho hem de promoure? Si només es tracta d'acompanyar un procés, què hauríem de tenir en compte? Ens plantejarem preguntes com aquestes i intentarem entendre el perquè de les respostes que ens donem.

MAIG

dc 4 de maig – 17.30 h – **PRESENCIAL – OBERTA A TOTHOM: No ens hi va el planeta: ens hi va la vida. Eduquem en el respecte (TE)** – Jordi Bigues, periodista i ecologista – **Lloc:** Institut Pompeu Fabra, c. del Molí de la Torre, 34

Sovint escoltem el clam que el planeta és en perill. El que està realment en perill, però, és la nostra manera de viure. A més dels problemes ecològics locals, hi ha els globals. La contaminació, el deteriorament dels recursos naturals i, per primera vegada a la història, també l'activitat humana, alteren el clima del planeta sencer. Com a pares i mares, podem contribuir a evitar que el clima acollidor i estable en què es basa la nostra civilització sigui un record del passat. Com? A la xerrada trobarem respostes.

dt 17 de maig – 18.30 h – **EN LÍNIA: L'educació sexual a casa (10-12)** – Helena Galé, psicòloga i sexòloga
Parlarem del desenvolupament psicosexual durant la preadolescència i l'adolescència per identificar i entendre els canvis que nens i nenes aniran experimentant. Però també ens preguntarem com podem parlar, per exemple, sobre què és el plaer sexual, sobre la importància del consentiment i les relacions sexoafectives amb igualtat o sobre la diversitat afectiva. A través d'alguns casos, veurem quins són els dubtes més freqüents que tenen els preadolescents i els adolescents i quin tipus de resposta i d'acompanyament els podem oferir.

dt 24 de maig – 18.30 h – **EN LÍNIA: Educar sense cridar (6-12)** – Alba Castellví, educadora i mediadora
De quines maneres podem educar amb tranquil·litat per ajudar els fills a ser autònoms i responsables? Eines i idees concretes per educar sense cridar.

dj 26 de maig – 17.30 h – **EN LÍNIA: Pantalles: quan, quantes i com (6-12)** – Alba Castellví, educadora i mediadora

A partir de quina edat és recomanable prendre contacte amb les pantalles, per part dels infants? Per a quins usos? Amb quins continguts? En quins moments és bo utilitzar pantalles i en quins moments cal evitar-les durant el procés de creixement? Com evitar l'addicció als videojocs i a les xarxes socials?

Com es pot compaginar sense interferències molestes l'ús de les pantalles i la vida de família? Fins a quin punt els pares han de tenir control sobre l'ús que de les pantalles fan els seus fills? Quins límits cal posar a l'ús de la tecnologia i, sobretot, com fer-ho? Cercarem respostes a preguntes com aquestes o com les que plantegin els pares i les mares que participin en l'activitat. L'objectiu de la xerrada és descobrir pautes perquè els infants facin un ús responsable de les pantalles.

OCTUBRE

dt 4 d'octubre – 18.30 h – **EN LÍNIA: Adolescents: el seu futur és en joc (12-18)** – Roser Sellés, entrenadora (*coach*)

Partint d'un petit vídeo reflexionarem sobre què significa l'adolescència tant des del punt de vista dels joves com dels adults. Reflexionarem sobre els conceptes de responsabilitat, llibertat, normes, límits, talent i expectatives de futur. Compartirem algunes descobertes de la neurociència relacionades amb l'adolescència.

dj 6 d'octubre – 17.30 h – **EN LÍNIA: Fora estrès! Hàbits i rutines (0-6)** – Natàlia C. Sobregrau, psicòloga
Parlarem de la importància dels ritmes en els infants i de com compaginar el nostre ritme amb el seu per no estressar-nos. També tractarem dels aspectes evolutius dels infants, de què podem esperar segons la seva edat i de com els ho podem demanar.

dt 11 d'octubre – 17.30 h – **EN LÍNIA: Ajudar a aprendre des de casa (6-12)** – Alba Castellví, educadora i mediatra

S'aprèn en molts contextos. Sovint relacionem l'aprenentatge amb l'escola, però la família és un entorn privilegiat on aprendre determinades coses que no s'aprendran en cap altre entorn. A més, arran del confinament hem vist la importància de saber acompanyar bé l'aprenentatge malgrat la falta de temps i de recursos de les famílies.

dj 20 d'octubre – 18.30 h – **EN LÍNIA: La convivència a casa: malentesos, conflictes i frustracions. Intentem anar a millor! (TE)** – Unpont

La convivència és una font de benestar però, de vegades, es fa difícil. Els darrers anys han posat a prova la concòrdia i la calma a moltes llars. Després de la pressió a què hem estat i estem sotmesos, molts hem experimentat l'augment de la tensió personal i familiar, i hem viscut moments que poden dificultar els vincles.

En aquesta trobada en línia parlarem de com la frustració i el malestar dels adults pot incidir en els vincles amb la resta de la família i en el desenvolupament integral dels fills. Buscarem maneres d'entendre, prevenir i reparar els malentesos, els conflictes i les frustracions.

dt 25 d'octubre – 18.30 h – **EN LÍNIA: Com puc reforçar l'autoestima dels meus fills? (12-18)** – Carles Ventura, entrenador (*coach*)

El millor que podem deixar als fills són uns bons estudis... i una bona autoestima. L'autoestima els permet relacionar-se, estudiar o mirar-se al mirall des d'una perspectiva que els possibilita prendre les decisions més adequades als seus objectius i interessos. L'objectiu d'aquesta xerrada és donar eines pràctiques a pares i mares per ajudar els adolescents a tenir una autoestima sana. I no, no es tracta de dir-los només coses boniques!

NOVEMBRE

dj 3 de novembre -18.30 h – **EN LÍNIA: Sexualitat i xarxes socials (12-18)** – Chiara Foschi, d'EINES, servei socioeducatiu SCCL

La descoberta de la sexualitat en l'adolescència no va deslligada de l'ús de les xarxes socials. Els adolescents cerquen respostes i estímuls, en gran mesura, a través de dispositius tecnològics. La finalitat de l'activitat és conèixer què, com i quan d'aquesta necessitat per ajudar les famílies a fer un acompanyament més acurat i en concordança amb la realitat dels seus fills i filles.

PRESENCIALS EN CENTRES EDUCATIUS

(Només per a les famílies del centre que ha demanat l'activitat)

FEBRER

dt 22 de febrer – 15.00 h – **Valors per fer-los créixer. Els valors que transmetem i els valors que fan créixer els infants** (6-12) – Roser Sellés, entrenadora (*coach*) – **Lloc:** Escola Antoni Botey, av. del Doctor Bassols, 77- A

Ens farem moltes preguntes, com ara què significa tenir fills, què volem per a ells, què els podem oferir, com podem fer-ho millor, qui ens pot ajudar o què ens motiva a l'hora de desenvolupar el nostre rol parental. Però sobretot parlarem de valors, d'aquells que transmetem en el dia a dia fent de mare o de pare i reflexionarem sobre quins són els que ajuden a créixer els infants.

MARÇ

dj 3 de març – 17.00 h – **Com, quan i per què hem de posar límits** (0-6) – Elena Vélez, psicòloga – **Lloc:** Escola Pau Picasso, c. de Pau Picasso, 28

Les normes i els límits ajuden els infants a entendre com funciona el món, a relacionar-se amb seguretat i a superar dificultats. Sovint també es converteixen en font de conflictes i insatisfaccions en el dia a dia familiar. Consolidar uns límits coherents, i fer-ho amb fermesa i serenor, és un dels primers grans reptes en l'educació dels més petits. Identificarem estratègies i recursos per afrontar aquets moments amb una mirada positiva i constructiva dels conflictes.

dj 3 de març – 17.15 h (60') **Pensar amb les mans (Taller d'expressió plàstica en família)** (6-12) – Elena Vallet, arteterapeuta – **Lloc:** Escola Ítaca, ctra. Antiga de València, 99-101

Proposarem materials artístics "diferents" que ens permetin explorar el procés creatiu i donar via lliure a la imaginació i la creativitat. A partir d'activitats diverses, adults i infants aniran trobant espais comuns a través de la creació, la col·laboració, el diàleg —verbal i no verbal— i la complicitat.

dl 7 de març – 15.00 h – **Auxili, rebequeria a la vista!** (3-6) – Magda Clota, educadora emocional – **Lloc:** Institut Escola Sant Jordi, av. de Sabadell, s/n

Les rebequeries poden recordar un tsunami, sovint sembla que apareixen de cop i volta i no sabem com reaccionar ni què fer. Al taller "Auxili, rebequeria a la vista":

- Mirarem què hi ha darrere de les rebequeries, què poden sentir els nostres fills i què sentim nosaltres
- Veurem alternatives a la situació d'enfrontament i lluita de poder per sortir de la sensació que un guanya i l'altre perd
- Compartirem eines pràctiques per acompanyar els fills en aquests moments.

Un taller per entendre què els passa a ells i què ens passa als adults davant d'una rebequeria.

dt 15 de març – 16.15 h – **Parlem de sexualitat amb els nostres fills** (6-12) – Elena Vélez, psicòloga – **Lloc:** Escola Antoni Botey, av. del Doctor Bassols, 77-A

Els infants tenen ara un accés més lliure que mai a la informació i hi poden accedir abans, però aquesta informació no sempre és veraç o adient a la seva edat. La sexualitat té a veure amb conèixer el nostre cos i saber com funciona i també amb saber el valor de la intimitat i el respecte a la dels altres.

Un gran tema sobre el qual parlar a casa. També és una oportunitat per enfortir vincles i que la família es converteixi en "refugi" on poder expressar-nos, preguntar i confiar.

dt 15 de març – 17.30 h – **Com podem acompanyar els adolescents en la presa de decisions** (12-18) – Anna Ortiz, d'EINES, serveis socioeducatius SCCL – **Lloc:** Institut Pau Casals, av. de Lloreda, 16

Reflexionarem sobre com acompanyar fills i filles en la presa de decisions sobre la seva vida. Per fer-ho caldrà que abordem com ens posicionem cada família, quin tipus de relacions establím internament, com ens comuniquem, però sobretot incidirem en descobrir quins són els rols d'uns i altres a l'hora d'oferir suport davant de la necessitat de prendre una decisió.

dl 21 de març – 17.15 h – **Quins llibres poden llegir els infants per prevenir l'assetjament entre iguals?** (6-12) – Laura Garcia (*Booklife*) – **Lloc:** Col·legi Maristes Champagnat, c. del Temple, 8-10

L'assetjament escolar, conegut també com a *bullying*, és un problema que preocupa. Actualment, amb les noves tecnologies, aquest assetjament va més enllà de l'escola i s'estén a tot l'entorn social dels nens i les nenes que el pateixen. La prevenció sempre és determinant per evitar-lo i la literatura ens hi pot ajudar molt. Recomanarem lectures que exemplifiquen l'assetjament escolar en les seves diferents formes perquè els menors i les seves famílies puguin treballar des de casa els possibles casos, com gestionar-los i com prevenir-los. També recomanarem lectures per promoure el respecte, la tolerància i la bona amistat a l'escola, valors imprescindibles per prevenir l'assetjament escolar.

dl 21 de març – 17.30 h – **Enfadar-nos sense ferir** (6-12) – Magda Clota, educadora emocional – **Lloc:** Escola Les Ciències

La ràbia és una emoció controvertida. Aquest és un taller per descobrir com ens enfadem, què ens fa perdre la paciència i acabar explotant, quina és la funció de les emocions i, en detall, la de la ràbia. Un espai, lliure de judici, per practicar com ens podem comunicar quan estem enfadats o enfadades. Un taller per buscar alternatives útils i pràctiques per canalitzar la ràbia i poder-nos enfadar sense ferir els altres.

dt 22 de març – 18.30 h – **Com, quan i per què podem posar límits** (0-6) – Elena Vélez, psicòloga – **Lloc:** Escola Salvador Espriu, c. de la Reina Elisenda, s/n

Les normes i els límits ajuden els infants a entendre com funciona el món, a relacionar-se amb seguretat i a superar dificultats. Sovint també es converteixen en font de conflictes i insatisfaccions en el dia a dia familiar. Consolidar uns límits coherents, i fer-ho amb fermesa i serenor, és un dels primers grans reptes en l'educació dels més petits. Identificarem estratègies i recursos per afrontar aquets moments amb una mirada positiva i constructiva dels conflictes.

dj 24 de març – *hora per confirmar* – **Entendre'ls i fer-nos entendre. Claus per caminar amb els nostres fills i filles** (6-12) – Roser Sellés, entrenadora (*coach*) – **Lloc:** Escola Progrés, c. d'Eduard Maristany, 104-118

A partir del visionat d'un videoclip d'imatges i música (sense paraules) ens preguntarem què podem fer els adults per entendre els nostres fills i filles i què podem fer perquè ens entenguin. Parlarem dels elements de la comunicació, de tipus de conductes habituals, de l'assertivitat i de les habilitats bàsiques d'una comunicació efectiva: escoltar, observar i respondre. Què cal evitar? Què cal fer? Què cal preguntar-nos?

dl 28 de març – 17.30 h – **Enfadar-nos sense ferir** (6-12) – Magda Clota, educadora emocional – **Lloc:** **Biblioteca Canyadó i Casagemes. C. de Jacinto Benavente, 3** (Escola Lola Anglada)

La ràbia és una emoció controvertida. Aquest és un taller per descobrir com ens enfadem, què ens fa perdre la paciència i acabar explotant, quina és la funció de les emocions i, en detall, la de la ràbia. Un espai, lliure de judici, per practicar com ens podem comunicar quan estem enfadats o enfadades. Un taller per buscar alternatives útils i pràctiques per canalitzar la ràbia i poder-nos enfadar sense ferir els altres.

dt 29 de març – 15.00 h – **Dir no també educa** (6-12) – Roser Sellés, entrenadora (*coach*) – **Lloc:** Institut Escola Llibertat, av. del Puigfred, 13

Motius per NO dir NO. Motius per dir NO. Com dir NO? Comunicació verbal i no verbal. Què és Educar? Estils de Comunicació. Estils educatius i conseqüències. Normes i límits. Tipus de Normes. Com actuar?

dt 29 de març – 17.30 h – **Per què hi ha infants que els costa menjar i això ens fa perdre la paciència?** (0-6) – Elena Vélez, psicòloga – **Lloc:** Escola López Torrejón, c. de Roger de Flor, 115

L'alimentació és un dels primers hàbits que s'aprèn, i és fonamental per al desenvolupament físic i intel·lectual dels infants. Quan es complica, es converteix en font de conflictes i insatisfaccions dins la família: quan els infants no mengen ens preocupem i és normal.

Explicarem perquè sorgeixen aquestes dificultats i com les podem afrontar de manera eficaç i calmada.

dc 30 de març – 17.15 h – **Auxili, rebequeria a la vista!** (0-6) – Magda Clota, educadora emocional – **Lloc:** Col·legi Maristes Champagnat, c. del Temple, 8-10

Les rebequeries poden recordar un tsunami, sovint sembla que apareixen de cop i volta i no sabem com reaccionar ni què fer. Al taller "Auxili, rebequeria a la vista":

- Mirarem què hi ha darrere de les rebequeries, què poden sentir els nostres fills i què sentim nosaltres
- Veurem alternatives a la situació d'enfrontament i lluita de poder per sortir de la sensació que un guanya i l'altre perd
- Compartirem eines pràctiques per acompanyar els fills en aquests moments.

Un taller per entendre què els passa a ells i què ens passa als adults davant d'una rebequeria.

dc 30 de març – 17.30 h – **Com es pot educar positivament (Conversa amb un pallaso)** (6-12) – Juanjo Camarena, Teatre del Buit – **Lloc:** Escola Josep Carner, c. del Brasil, s/n

La finalitat de l'activitat és la de crear un espai de reflexió conjunta sobre com es pot educar positivament. Continguts que tractarem: I) Generar espais i formes de comunicació i relació eficients i saludables amb un mateix, amb els fills i amb la resta de la comunitat educativa. II) Facilitar estratègies per gaudir de la criaça i de l'educació dels fills considerant els conflictes i els canvis a les diferents etapes. III) Facilitar l'autoconeixement, la comunicació i practicar una educació en valors que promogui l'autonomia, el benestar, l'equilibri emocional, l'apoderament i la responsabilitat personal.

dc 30 de març – 18.00 h – **Dir no també educa** (6-12) – Roser Sellés, entrenadora (*coach*) – **Lloc:** Escola Maria Ward, c. de la Gravina, 1

Motius per NO dir NO. Motius per dir NO. Com dir NO? Comunicació verbal i no verbal. Què és Educar? Estils de Comunicació. Estils educatius i conseqüències. Normes i límits. Tipus de Normes. Com actuar?

ABRIL

4 d'abril – 15.15 h – **Com podem educar positivament (Conversa amb un pallaso)** (6-12) – Juanjo Camarena, Teatre del Buit – **Lloc:** Escola Margarida Xirgu, c. de Torí, s/n

La finalitat de l'activitat és la de crear un espai de reflexió conjunta sobre com es pot educar positivament. Continguts que tractarem: I) Generar espais i formes de comunicació i relació eficients i saludables amb un mateix, amb els fills i amb la resta de la comunitat educativa. II) Facilitar estratègies per gaudir de la criaça i de l'educació dels fills considerant els conflictes i els canvis a les diferents etapes. III) Facilitar l'autoconeixement, la comunicació i practicar una educació en valors que promogui l'autonomia, el benestar, l'equilibri emocional, l'apoderament i la responsabilitat personal.

dl 4 d'abril – 16.45 h – **A casa hi ha baralles** (6-12) – Magda Clota, educadora emocional – **Lloc:** Escola Badalona Port, c. de la Indústria, 247

Veurem i viurem què porta als nostres fills a barallar-se, què hi pot haver darrere de les empentes, els crits i les mans alçades. Veurem el conflicte com una eina per acostar-nos-hi i compartirem eines pràctiques per encarar la situació. Les baralles entre germans és un dels temes que més esgotament, ràbia i frustració generen en pares i mares. "És que no poden deixar de barallar-se? S'enganxen per qualsevol cosa! Un got, una joguina, la peli, qui entra primer... són taaaant pesats/es!!" Us sonen frases com aquestes?

dc 6 d'abril – 17.00 h – **Com podem acompanyar els adolescents en la presa de decisions** (12-18) – Anna Ortiz d'EINES, serveis socioeducatius SCCL – **Lloc:** Institut La Riera, riera de Canyadó, 49-51

Reflexionarem sobre com acompanyar fills i filles en la presa de decisions sobre la seva vida. Per fer-ho caldrà que abordem com ens posicionem cada família, quin tipus de relacions establím internament, com ens comuniquem, però sobretot incidirem en descobrir quins són els rols d'uns i altres a l'hora d'oferir suport davant de la necessitat de prendre una decisió.

dj 7 d'abril – 16.45 h – **Parlem de sexualitat amb els nostres fills (6-12)** – Elena Vélez, psicòloga – **Lloc:** Escola Jungfrau, c. de la Vila i Vall-llebrera, s/n

Els infants tenen ara un accés més lliure que mai a la informació i hi poden accedir abans, però aquesta informació no sempre és veraç o adient a la seva edat. La sexualitat té a veure amb conèixer el nostre cos i saber com funciona i també amb saber el valor de la intimitat i el respecte a la dels altres.

Un gran tema sobre el qual parlar a casa. També és una oportunitat per enfortir vincles i que la família es converteixi en “refugi” on poder expressar-nos, preguntar i confiar.

dl 25 d'abril – 17.00 h – **L'assetjament entre iguals. Comprendre'l i prevenir-lo (6-12)** – Ester Angelats d'EINES, serveis socioeducatius SCCL – **Lloc:** Escola Les Ciències, c. del Molí de la Torre, 96

Reflexionarem al voltant de sentiments, actituds i possibles maneres d'actuar en situacions de *bullying*. Com identificar casos de *bullying* i conèixer els indicadors de risc. Entendre el rol que tenen les famílies i els professionals i la bona comunicació per a la seva prevenció. Oferir pautes educatives a les famílies per tal d'abordar aquesta realitat. Detectar indicadors que ajudin a prevenir riscos.

MAIG

dl 2 de maig – 17.30 h – **El salt a l'ESO. Què representa passar a secundària (6-12)** – Benjamí Montenegro, psicòleg – **Lloc:** Escola Lola Anglada

Quins canvis trobaran els nostres fills i filles en començar l'ESO? I nosaltres, com a adults, quins canvis experimentarem i en què haurem de canviar?

dt 3 de maig – 15.00 h – **L'assetjament entre iguals. Comprendre'l i prevenir-lo (12-18)** – Ester Angelats d'EINES, serveis socioeducatius SCCL – **Lloc:** Institut Escola Llibertat, av. del Puigfred, 13

Reflexionarem al voltant de sentiments, actituds i possibles maneres d'actuar en situacions de *bullying*. Com identificar casos de *bullying* i conèixer els indicadors de risc. Entendre el rol que tenen les famílies i els professionals i la bona comunicació per a la seva prevenció. Oferir pautes educatives a les famílies per tal d'abordar aquesta realitat. Detectar indicadors que ajudin a prevenir riscos.

dt 3 de maig – 17.30 h – **El salt a l'ESO. Què representa passar a secundària (6-12)** – Benjamí Montenegro, psicòleg – **Lloc:** Escola Mare de Déu de l'Assumpció, c. de Sant Joan Evangelista, 22

Quins canvis trobaran els nostres fills i filles en començar l'ESO? I nosaltres, com a adults, quins canvis experimentarem i en què haurem de canviar?

dj 5 de maig – 18.00 h – **Recursos audiovisuals per prevenir els perills de les relacions socials i afectivosexuals en contextos virtuals durant l'adolescència (12-18)** – Aina Aguilar Garrido – **Lloc:** Institut Badalona VII, c. d'Ausiàs Marc, 86

Els adolescents es troben atrapats en un nou paradigma relacional on les xarxes socials i les eines tecnològiques defineixen els camins per on transcorren moltes de les relacions amb els amics. Aquest nou camí de comunicació és un gran desconegut per a molts dels adults propers als adolescents. Apareix, doncs, una ruptura generacional.

A la xerrada donarem eines tant per conèixer els entorns virtuals i els riscos que comporten, com per acompanyar els nous adolescents i ajudar-los en cas que sorgeixin problemes com els que es podrien derivar del *sexting*, el *grooming* o el ciberassetjament.

dv 6 de maig – 17.15 h (50') – **Els minimúsics (Taller en família) (0-6)** – Albada Blay, pedagoga musical – **Lloc:** Escola Miguel Hernández, c. de Miguel Hernández, 13-15

Un espai per aprendre i gaudir de la música a través del joc, l'afecte i la creativitat.

dv 13 de maig – 17.15 h (50') – **Els minimúsics (Taller en família) (0-6)** – Albada Blay, pedagoga musical – **Lloc:** Escola Ítaca, ctra. Antiga de València, 99-101

Un espai per aprendre i gaudir de la música a través del joc, l'afecte i la creativitat.

dc 18 de maig – 18.00 h – **L'assetjament entre iguals. Comprendre'l i prevenir-lo (12-18)** – Ester Angelats, d'EINES, serveis socioeducatius SCCL – **Lloc:** Institut La Llauna, c. de Sagunt, 5

Reflexionarem al voltant de sentiments, actituds i possibles maneres d'actuar en situacions de *bullying*. Com identificar casos de *bullying* i conèixer els indicadors de risc. Entendre el rol que tenen les famílies i els professionals i la bona comunicació per a la seva prevenció. Oferir pautes educatives a les famílies per tal d'abordar aquesta realitat. Detectar indicadors que ajudin a prevenir riscos.

dj 19 de maig – 17.30 h (60') – **Pensar amb les mans (Taller d'expressió plàstica en família) (6-12)** – Elena Vallet, arteterapeuta – **Lloc:** Escola Rafael Casanova, c. d'en Guasch, 80

Proposarem materials artístics "diferents" que ens permetin explorar el procés creatiu i donar via lliure a la imaginació i la creativitat. A partir d'activitats diverses, adults i infants aniran trobant espais comuns a través de la creació, la col·laboració, el diàleg —verbal i no verbal— i la complicitat.

dj 19 de maig – 19.00 h – **Eduquem des de la família en la prevenció del consum de drogues (12-18)** – Joan Sabater, d'EINES, serveis socioeducatius SCCL – **Lloc:** Institut La Pineda, c. de la Batllòria, s/n

Parlem de la importància de tenir converses proactives sobre les drogues i donarem pautes per a l'educació familiar. Reflexionarem sobre els usos de substàncies legals i il·legals entre adolescents i joves, sobre els hàbits de consum més estesos i dels riscos que comporten, però sobretot sobre com podem fer un acompanyament adequat davant d'aquests.

dt 24 de maig – 17.00 h – **Les múltiples cares de la relació entre germans (6-12)** – Carmen Alba, directora d'Amaltea Cultura – **Lloc:** Escola Artur Martorell, c. de la Seu d'Urgell, 34

Parlarem les situacions habituals de la convivència entre germans, tant dels aspectes més gratificants d'aquesta relació com d'aquells que solen preocupar-nos més, com poden ser les baralles o els episodis de gelosia. Reflexionarem sobre quin ha de ser el nostre paper tant davant d'uns casos com d'uns altres i quines experiències podem propiciar als nostres fills perquè els siguin útils al llarg de tota la vida.

dc 25 de maig – 17.15 h (60') – **Pensar amb les mans (Taller d'expressió plàstica en família) (6-12)** – Elena Vallet, arteterapeuta – **Lloc:** Escola Miguel Hernández, c. de Miguel Hernández, 13-15

Proposarem materials artístics "diferents" que ens permetin explorar el procés creatiu i donar via lliure a la imaginació i la creativitat. A partir d'activitats diverses, adults i infants aniran trobant espais comuns a través de la creació, la col·laboració, el diàleg —verbal i no verbal— i la complicitat.

dc 25 de maig – 17.30 h – **Kamishibai: com podem fer un teatrí casolà per estimular la comunicació familiar (6-12)** – Carmen Alba, directora d'Amaltea Cultura – **Lloc:** Escola Betúlia, c. de la Conquesta, 57

Tot sovint, la paraula no és suficient per comunicar-se amb les criatures. El teatre, en els seus múltiples formats, ha estat present en la història de la humanitat com un recurs per explicar-nos i compartir històries, per crear espais de diversió, de reflexió i, fins i tot, de catarsi col·lectiva. La proposta de Kamishibai és mostrar com el procés de realització d'un petit teatre casolà pot ser un recurs per a la creació d'un espai comú i l'abordament de totes aquelles qüestions que la família estimi oportunes.

dv 27 de maig – 17.00 h (50') – **Els minimúsics (Taller en família) (0-6)** – Albada Blay, pedagoga musical – **Lloc:** Escola Jungfrau, c. de la Vila i Vall-Ilebrera, s/n

Un espai per aprendre i gaudir de la música a través del joc, l'afecte i la creativitat.

OCTUBRE

dl 3 d'octubre – 17.15 h (50') – **Els minimúsics (Taller en família) (3-6)** – Albada Blay, pedagoga musical – **Lloc:** Escola Josep Carner, c. del Brasil, s/n

Un espai per aprendre i gaudir de la música a través del joc, l'afecte i la creativitat.

dc 19 octubre – 17.30 h – **Recursos audiovisuals per prevenir els perills de les relacions socials i afectivosexuals en contextos virtuals durant l'adolescència (12-18)** – Aina Aguilar Garrido – **Lloc:** Institut La Riera, riera de Canyadó, 49-51

Els adolescents es troben atrapats en un nou paradigma relacional on les xarxes socials i les eines tecnològiques defineixen els camins per on transcorren moltes de les relacions amb els amics. Aquest nou camí de comunicació és un gran desconegut per a molts dels adults propers als adolescents. Apareix, doncs, una ruptura generacional. A la xerrada donarem eines tant per conèixer els entorns virtuals i els riscos que comporten, com per acompanyar els nous adolescents i ajudar-los en cas que sorgeixin problemes com els que es podrien derivar del *sexting*, el *grooming* o el ciberassetjament.