***Com adaptar-me a l’insti?***

Ens dirigim a vosaltres per convidar-vos al taller adreçat a joves que estan cursant el primer cicle d’ESO i a la xerrada adreçada a les famílies.

El taller **“Com adaptar-me a l’insti?”** va adreçat a joves que estan cursant el primer cicle d’ESO, el taller té com a objectius; millorar l’autoestima, reconèixer i identificar aspectes positius de cada persona i adonar-se de les capacitats i límits personals.

La xerrada **“Estima’l: Autoestima i adolescència”** adreçada a famílies de joves que estan cursant el primer cicle d’ESO, pretén reflexionar la funció de l’autoestima i l’autoconcepte dels fills i filles adolescents, i com reforçar-la i promoure-la.

La xerrada i el taller aniran a càrrec de Quantum Psicologia són un equip de professionals titulats, amb una llarga trajectòria professional en diversos àmbits i amb experiència en docència.

**El taller es realitzarà el dijous 18 d’octubre a les 17:00h i la xerrada es farà el mateix dia 18 d’octubre a les 20:00h a l’Espai Jove l’Escorxador.**

***Jornada de portes obertes a l’Escorxador***

Aprofitem també per informar-vos que el **dia 19 d’octubre a les 19:00h** farem la **jornada de portes obertes a l’Escorxador** amb l’objectiu de donar a conèixer l’espai, les activitats, tallers i formacions que organitzem. És una activitat adreçada a les famílies i joves que no coneixen l’equipament o que poden accedir-hi per primera vegada.

Per venir a les portes obertes no és necessària inscripció prèvia tot i que demanem màxima puntualitat.

Podeu consultar tota la programació a [www.espaijovescorxador.cat](http://www.espaijovescorxador.cat) i estar en contacte amb nosaltres a través de les nostres xarxes socials i el telèfon 629568754.

**Si esteu interessants en assistir a alguna d’aquestes activitats, demanem que ens envieu un mail a joventut@palauplegamans.ca**