

### **Primera sesión: 3 Febrero a las 17:30h**

#### **FOMENTAR LA AUTOESTIMA EN NUESTROS HIJ@S**

La autoestima es el motor de funcionamiento de cualquier persona, lo que va a decidir si tu hijo/a consigue sus objetivos y sueños, si él se valora y confía en él podrá conseguirlo. En esta sesión de familias obtendremos pautas y recursos parentales para poder fomentar la autoestima en nuestros hijos/as.

### **Segunda sesión: 24 Febrero a las 17:30h**

#### **¿CÓMO AYUDARLES A GESTIONAR SUS EMOCIONES?**

¿Qué niño o niña no se siente desbordado/a por sus emociones y se deja llevar por ellas, teniendo actitudes desorbitadas que dificultan la convivencia? En esta sesión conoceremos herramientas parentales que os ayuden a reconducir esas emociones, respetándolas.

### **Tercera sesión: 30 Marzo a las 17:30h**

#### **LA AUTONOMÍA COMO CLAVE DE SU CRECIMIENTO.**

Si queremos niños/as independientes que sepan solventar las experiencias que vivan a lo largo de su vida, tenemos que empezar dejando que sean autónomos. En la sesión trabajaremos como favorecer la autonomía de los hijos/as.

### **Cuarta sesión: 27 Abril a las 17:30h**

#### **¿CÓMO ESTABLECER NORMAS Y LIMITES EN CASA?**

Se me va de las manos, no consigo que me haga caso, no sigue las normas que tenemos en casa, me habla mal, no sé cómo decirle ya que haga las cosas... ¿esto es típico en las familias?

En la sesión experimentaremos maneras de poder establecer normas y límites eficaces en casa respetando el desarrollo del niño/a.

### **Quinta sesión: 25 de Mayo a las 17:30h**

#### **COMUNICACIÓN EFICAZ Y DESDE EL RESPETO.**

Para entenderse y comprenderse hay que saber escucharse, y poder establecer un código familiar que sea respetuoso con cada miembro de la familia. Mediante unas buenas palabras y gestos, podemos conseguir una comunicación familiar que os vincule y no os aleje. En esta sesión veremos herramientas comunicativas que faciliten una comunicación eficaz.

### **Sexta sesión: 8 de Junio a las 17:30h**

#### **PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS.**

La adicción a las drogas es una realidad actual, muchos jóvenes (y cada vez empiezan antes) necesitan para divertirse o ser iguales a los "guays" tomar drogas, tenemos que ayudarles a que no lleguen a necesitar tomar. En la sesión veremos como acompañar a los hijos/as en su desarrollo de forma que favorezca un ocio saludable.

### **Séptima: 1º sesión infantil 15 de Junio a las 17:30h**

### **2º sesión primaria-secundaria 22 de Junio a las 17:30h**

#### **EL JUEGO ES APRENDIZAJE.**

Quien diría que aprender no es divertido... juega con ellos/as y aprenderán, y sobre todo lo integrarán. En la sesión conoceremos dinámicas lúdicas para fomentar el juego familiar, y como mejor de aprenderlo que jugando, en esta sesión vendréis con vuestros hijos e hijas.

Estimadas familias,

Os presento la programación de “Escuela para Familias” de febrero a junio de 2020. Ocho sesiones prácticas que pretenden ser un apoyo educativo, formativo, de encuentro y reflexión en grupo acompañados de una educadora social. El objetivo es dar una respuesta integral a las dificultades que os puedan surgir en el proceso evolutivo de vuestros hijos e hijas.



Estás sesiones van dirigidas a cualquier persona de Albalat dels Sorells interesada sobre cuestiones importantes relacionadas con la infancia y adolescencia tales como: el proceso de socialización, estilos y pautas educativas y saludables, resolución pacífica de conflictos, etc...

Con ellas queremos facilitaros más recursos formativos, educativos e informativos y poner a vuestra disposición profesionales especialistas con los que podáis acompañar a vuestros hijos e hijas en los diferentes, y a menudo complicadas, etapas evolutivas.

También tendréis la oportunidad de adquirir métodos y técnicas con las que podáis promover en vuestros hijos e hijas, actitudes, valores, y habilidades personales que les permitan afrontar de manera responsable, su realidad vital.

Esperamos y deseamos que os sea útil.

**Yolanda Sánchez Herrero**

Regidora de Serveis Socials, Igualtat, Majors i Inclusió Social

# ESCUELA PARA FAMILIAS



En la Escuela para Familias podrás adquirir nuevas competencias, habilidades y destrezas en relación con la educación de vuestros hijos e hijas.

## PROGRAMACIÓN 2020 De febrero a junio

**Imparte los talleres:  
Juani Ortega García, Educadora Social**

Contaremos con Servicio de Ludoteca durante las sesiones.



**Más información en :**  
**Servicios Sociales 1ª planta del  
Centro Cívico y Social de Albalat  
dels Sorells**