

SESSIONS

-  **Introducció al programa**
Presentació, objectius i dinàmica del curs.
-  **Com són els fills/es segons l'edat**
Etales evolutives i necessitats específiques
-  **Comprendre els fills/es**
Empatia i mirada positiva en la criança
-  **Autoestima en mares i pares**
El nostre benestar emocional com a base de la criança
-  **Autoestima en els fills/es**
Estratègies per reforçar la seguretat i la confiança.
-  **Comunicació assertiva**
Claus per escoltar i expressar-nos amb respecte
-  **Resolució de conflictes**
Recursos pràctics per afrontar i transformar els desacords
-  **Límits, normes i conseqüències**
Com posar límits clars i coherents des de l'afecte.
-  **Recordant el que hem après**
Posar en comú els aprenentatges principals
-  **Cloenda i avaluació**
Tancament del programa i perspectives de futur.

INSCRIPCIONS

A través codi QR o trucant al telèfon de contacte.



ORGANITZAT PEL SIS MUNICIPAL
NORD-EST



C/ Cerdanya, 29.
Lleida



Tel. 680 398 104



Ajuntament de Lleida



Programa del Ministeri de Sanitat i Política Social

Martínez González, R. A. (2009). Programa-Guia para el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales.
<https://observatoriodelainfancia.mdsocialesa2030.gob.es/productos/pdf/programaGuiaDesarrolloCompetencias.pdf>

Taller de competències emocionals, educatives i parentals

Per a famílies amb fills/es
de 2 a 17 anys



Ajuntament de Lleida



Quin és l'objectiu del programa?

Un espai pensat per a mares i pares que vulguin créixer en la seva tasca educativa i de cura dels fills i filles.

L'objectiu és **potenciar les capacitats de les famílies, oferint suport, orientació i recursos** per afrontar els reptes quotidians de la criança.

La finalitat és **afavorir el benestar familiar a través de l'afecte, la comprensió i una comunicació positiva**, construint relacions més segures, respectuoses i plenes de confiança.

Educar des de l'afecte és la clau per a un futur ple de possibilitats.

Que s'espera d'aquest programa?

- **Desenvolupar extrategies** i habilitats personals, emocionals i educatives per a l'acompanyament en la criança.
- Afavorir una **millor harmonia i relacions positives** dins l'entorn familiar.
- Promoure una **gestió constructiva** de les dificultats i conflictes familiars.
- Fomentar una **comunicació clara, respectuosa i assertiva** entre els membres de la família.

Temporalitat



Inici: 7 de octubre 2025



Fi: 16 de desembre 2025



Dimarts de 9:30h a 10:30h



SIS Nord Est C/Cerdanya, 29

Invertir temps en tu com a mares i pares és regalar benestar als teus fills/es