



COL·LEGI OFICIAL DE PEDAGOGIA I PSICOPEDAGOGIA DE LES ILLES BALEARS

ACTIVITATS GRATUÏTES ADREÇADES A FAMÍLIES



FORM@CIÓ
n-line



PRESENCIAL

2021
2022

NOVES TECNOLOGIES

ÈXIT ESCOLAR I PLANIFICACIÓ
COM ORGANITZAR-NOS

EDUCACIÓ EMOCIONAL

COMUNICACIÓ ENTRE PARES I FILLS

El Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears organitza una sèrie de conferències, col·loquis i tallers adreçats a famílies amb l'objectiu de tractar temes educatius actuals i d'interès per desenvolupar habilitats que afavoreixen el desenvolupament dels seus fills. Cada AMIPA-APIMA es pot beneficiar d'un màxim **d'una activitat de forma gratuïta fins exhaurir el número de sessions gratuïtes**. Si voleu fer una activitat no disponible de forma gratuïta o més activitats el **preu per sessió és de 150 € a abonar directament al ponent**.

La inscripció es pot realitzar durant tot el curs escolar, ara bé convé realitzar la sol·licitud com més aviat millor, ja que les reserves quedaran condicionades a la disponibilitat de cada activitat i si aquesta es desenvolupa on-line (l'opció per defecte) o presencialment (condicionada en quina illa es desenvolupi).

PROCEDIMENT I CONDICIONS DE PARTICIPACIÓ

• Emplenar el full de sol·licitud adjunt

A cada AMIPA recomenem que seleccioni fins a 5 activitats per ordre de preferència.

D'acord amb la disponibilitat de cada activitat s'adjudicaran una activitat gratuïta per associació.

CONDICIONS DE PARTICIPACIÓ

- Per realitzar l'activitat, és necessària una participació mínima al voltant de quinze persones. Per això, és molt important la difusió que en faceu entre els associats per tal d'assegurar l'assistència.
- Per desenvolupar-la és necessari comptar amb un dispositiu (Smartphone, tablet o ordinador) amb connexió a internet. La plataforma ZOOM serà la que es farà servir per a desenvolupar les sessions.
- Recomanem instal·lar el programa o l'app de ZOOM.

LLOC i HORARIS Les activitats es desenvoluparan durant els horaris concertats prèviament. Tenen una durada aproximada d'1 ½ hores.

SOL·LICITUDS Al següent correu electrònic coppib@pedagogia.top, assumpte: RESERVA ACTIVITATS

Imprescindible emplenar íntegrament el FULL DE SOL·LICITUD ADJUNT.

Seleccionar fins a cinc activitats per ordre de preferència. Indicant si teniu qualche propostes de dates i franja horària. Per a qualsevol dubte o informació podeu cridar al telèfon 607 369 469.

D'acord amb el Reglament Europeu (UE) 2016/679, de 27 d'abril, Reglament General de Protecció de Dades (RGPD) en el moment de facilitar-nos les dades personals ens estarà donant el consentiment per incorporar-les en un fitxer titularitat del Col·legi de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears (COPPIB) i per cedir-les als formadors corresponents amb la finalitat de gestionar aquestes activitats. En qualsevol moment podrà exercitar els seus drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició, adreçant-se al COPPIB.



NOVES TECNOLOGIES

1.- CIBERBULLYING. Assetjament entre menors a través de les noves tecnologies

Objectius: Informar les famílies de què és el Cyberbullying i de com pot afectar els més joves. Orientar i donar pautes de prevenció i detecció en relació al Cyberbullying. Proporcionar recursos a les mares i pares amb l'objectiu de prevenir i/o intervenir en les situacions de Cyberbullying. Conscienciar de la importància de conèixer les noves tecnologies que utilitzen els seus fills i els riscos que poden comportar.

Ponent: Yolanda Álvarez Fernández, pedagoga col·legiada núm. IB.413.11

2.- PREVENCIÓ DE RISCOS DIGITALS

Objectius: Durant la sessió s'abordaran les inquietuds que en mares i pares desperta l'ús d'Internet per part dels seus fills i filles. A partir d'una contextualització del que suposen les noves tecnologies, Internet, les xarxes socials, els dispositius mòbils, etc. s'esbrinaran "zones de risc" (especialment el cyberbullying, contacte amb persones desconegudes ...) en les que cal parar esment.

Ponent: Yolanda Álvarez Fernández, pedagoga col·legiada núm. IB.413.11

3.- ELS MÒBILS COM EINES DE FEINA

Objectius: Els dispositius mòbils encara desperten recels per part de mares, pares i mestres. Certament un mal ús pot dur complicacions però són moltes les possibilitats didàctiques, d'estudi i aprenentatge que es perden si es prohibeixen o ignoren. A partir d'una anàlisi pedagògica de les seves possibilitats es veuran múltiples exemples concrets de bons ús i bones pràctiques dels telèfons mòbils com a eines de feina per a l'escola.

Ponent: Yolanda Álvarez Fernández, pedagoga col·legiada núm. IB.413.11

4.- EINES DIGITALS PER A MARES I PARES

Objectius: Internet avança dia a dia i sovint tenim la sensació de que ens hem quedat enrere. Els nostres fills i filles són nadius digitals i sovint ens sorprenen amb noves apps, nous jocs, nous contextos digitals que se'ns escapen. En aquesta sessió aprendrem les eines bàsiques per a moure'ns millor per la Xarxa i optimitzar les possibilitats que ens ofereix.

Ponent: Yolanda Álvarez Fernández, pedagoga col·legiada núm. IB.413.11

5.- PARLAM PLEGATS D'INTERNET

Objectius: No sempre és fàcil parlar amb els fills i les filles de les coses que ens preocupen. Crearem aquí un punt de trobada, un espai de conversa entre pares i fills perquè els infants continin a les mares i als pares "què fan a Internet". Posant en comú punts de vista i amb la dinamització pedagògica es podran esbrinar possibles situacions de risc per i identificar les conductes necessàries per evitar-les. Es tracta, en definitiva, de parlar-ne amb un suport professional que actuarà de facilitador..

Ponent: Yolanda Álvarez Fernández, pedagoga col·legiada núm. IB.413.11

6.- EL NOSTRE ENTORN PERSONAL D'APRENTATGE. APRENDRE A INTERNET

Objectius: Amb els darrers esdeveniments socials que han condicionat l'assistència física a l'escola dels nostres fills i filles, Internet ha estat un instrument que ha permès desenvolupar d'una altra manera els seus estudis. Per això, en aquesta sessió: es facilitarà un espai de reflexió sobre els coneixements, habilitats i nous recursos que ens pot oferir Internet com a font d'aprenentatge, es proposaran eines i estratègies als i les participants per a poder crear Entorns Personals d'Aprenentatge amb el suport d'Internet i se plantejaran aspectes bàsics per poder donar suport als fills i filles en la creació dels seus propis entorns d'Aprenentatge

Ponent: Antonia Abraham Cañellas, pedagoga col·legiada núm. IB.558.17.

7.- EL PRIMER MÒBIL . COM ENSENYAR-LOS A DONAR-LI UN BON ÚS

Objectius: Vivim en l'era tecnològica i els nostres fills són els primers a experimentar i entrar en aquest món a través d'elements com el mòbil, sense saber els adults a què ens estem enfrontant.

Ponent: Inmaculada Gómez López pedagoga col·legiada núm. IB.500.15



ÈXIT ESCOLAR i PLANIFICACIÓ COM ORGANITZAR-NOS

8.- LLIBRES IMPRESCINDIBLES PER A INFANTS, JOVES i FAMÍLIES

Objectius: Presentar i comentar clàssics (i obres actuals) de literatura infantil i juvenil de lectura (gairebé) imprescindible. Orientar sobre recursos a l'abast per conèixer aquestes obres.

Ponent: Miquel Rayó i Ferrer, pedagog i escriptor. Col·legiat núm. IB.052.91

9.- COM ENS PODEM ORGANITZAR MILLOR?

Objectius: Els darrers esdeveniments socials ens han conduït a treballar i a estudiar a distància, des de les pròpies llars i a conviure amb altres membres de les famílies que també ho feien i aquest fet ha suposat canvis en l'organització tant familiars com personals. Per això en aquesta sessió: parlarem de quina és l'actitud dels fills i filles respecte a la seva organització i la gestió del temps, es mostraran diferents estratègies que permetin a les persones assistents millorar les seves competències per optimitzar l'ús del temps i s'indicaran aspectes bàsics per donar suport als fills i filles per fer-ho.

Ponent: Antonia Abraham Cañellas, pedagoga col·legiada núm. IB.558.17.

10.- COM PODEM AJUDAR A EVITAR EL POSTERGAR AL NOSTRES FILLS.

No deixar les coses per a demà

Objectius: Segur que amb més d'una ocasió ens hem plantejat perquè que als nostres fills i filles les costa tant fer les coses "quan toca" i perquè deixen les coses pel darrer moment. En aquesta sessió s'identificaran alguns aspectes que ens fan postergar les activitats que hem de dur a terme, incidirem amb els conceptes urgent i prioritari com a base per organitzar el temps, es mostraran algunes estratègies per evitar la procrastinació i es plantejaran aspectes bàsics per a que pares i mares puguin donar suport als seus fills i filles per evitar-la.

Ponent: Antonia Abraham Cañellas, pedagoga col·legiada núm. IB.558.17.

11.- COM AFRONTAR POSITIVAMENT LES TASQUES I DEURES ESCOLARS

Objectius: Aprendre a motivar al meu fill, Identificar els interessos i potencialitats de cada nin per ajudar-lo, alternatives a recompenses i càstigs. Gamificació de les tasques.

Ponent: Indira Retuerto García, pedagoga col·legiada núm. IB.531.16

12.- INFORMACIÓ EDUCATIVA DESPRÉS DE L'ESO

Objectius: Donar a conèixer els itineraris formatius una vegada finalitzats els estudis de secundària. Se'ls hi facilitaran eines i estratègies per a que puguin ajudar i actuar com a suport dels seus fills i les seves filles a l'hora de prendre una decisió vocacional que condicionarà el seu futur.

Ponent: Yolanda Álvarez Fernández, pedagoga col·legiada núm. IB.413.11

13.- L'ÈXIT ESCOLAR, UNA TASCA COMPARTIDA.

Objectius: És dona suport als pares i mares perquè puguin ajudar els seus fills i filles a millorar la seva eficàcia davant dels estudis així com també ajudar-los a planificar i organitzar-se.

Ponent: Yolanda Álvarez Fernández, pedagoga col·legiada núm. IB.413.11

14.- MOTIVACIÓ PER ESTUDIAR

Objectius: Estudiar no és sempre agradable perquè hi ha a signatures que no ens agraden, ens resulten difícils o avorrides. Però sí aprenem a motivar-nos podrem trobar estratègies que ens ajuden a millorar en els nostres estudis i aconseguir grans èxits.

Ponent: Inmaculada Gómez López pedagoga col·legiada núm. IB.500.15

15.- INTEL·LIGÈNCIES MÚLTIPLES I ESTILS D'APRENTATGE.

Objectius: Explicar les intel·ligències múltiples i la seva relació amb els estils d'aprenentatge. Ajudar als pares/mares a identificar de quina manera serà més productiu el temps que dediquen als estudis els seus fills/es segons les seves característiques personals. També es tractarà la importància de la creativitat i el seu potencial.

Ponent: Yolanda Álvarez Fernández, pedagoga col·legiada núm. IB.413.11

16.- NOUS TEMPS A L'ESCOLA I A L'AMIPA. UNA OPORTUNITAT PER MILLORAR FUNCIONAMENT

Objectius: L'aturada de la formació presencial a les escoles ha provocat la necessitat de donar una volta al sistema educatiu i a tots els agents que el conformen. Aquest moment de crisi esdevé una oportunitat per valorar preguntes com les següents: Des de l'AMIPA, *hem de funcionar com fins ara?, hem el que realment ens interessa?, arribam a les nostres famílies?*. En aquesta sessió parlarem del paper de l'AMIPA en aquest nou escenari, de la importància de la planificació, gestió i control del projecte que volem desenvolupar i de les metodologies i dinàmiques que ens facilitaran aconseguir els objectius que ens proposam. Es pot adaptar la sessió la situació concreta de cada l'AMIPA

Ponent: Antonia Abraham Cañellas, pedagoga col·legiada núm. IB.558.17.

EDUCACIÓ EMOCIONAL

17.- COM MILLORAR L'AUTOESTIMA DEL TEU FILL

Objectius: La valoració que un té de sí mateix s'estableix pel grau d'acceptació i del concepte d'un mateix. Per això, els pares, tenim gran part de responsabilitat en vetllar perquè els nostres fills visquin la seva pròpia imatge de forma positiva i adequada sobre bases sòlides.

Ponent: Inmaculada Gómez López pedagoga col·legiada núm. IB.500.15

18.- LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL I COM FOMENTAR-LA EN L'EDAT ESCOLAR

Objectius: La intel·ligència emocional és la capacitat que té una persona de manejar, entendre, seleccionar i treballar les seves emocions i les dels altres amb eficiència i generant resultats positius. Per tot això, l'educació emocional és bàsica en l'etapa escolar ja que en aquesta època de la seva vida, igual que aprens rutines, les lletres, els números, també és l'edat propícia per al coneixement dels seus sentiments.

Ponent: Inmaculada Gómez López pedagoga col·legiada núm. IB.500.15

19.- ENTRENAMENT EN HABILITATS EFICACES PER REDUIR MALS COMPORTEMENTS A CASA

Objectius: Donar estratègies per saber reduir conductes disruptives. Aprofundir en l'origen dels problemes conductuals. Com reduir conductes disruptives? 3) brindar habilitats per a potenciar bons comportaments. La sessió tindrà una part teòrica i una part pràctica basada en resolució de casos.

Ponent: Alejandra González Parr, pedagoga. Col·legiada núm. IB.550.17

20- ESTIMULA LA CREATIVITAT DELS TEUS FILLS

Objectius: Som moltes les famílies que pensam que el futur laboral dels nostres fills, en una societat on i la tecnologia, la robòtica, està cada vegada més present, dependrà de les habilitats comunicatives i la creativitat que puguin demostrar al seu entorn. I la creativitat és un hàbit, és a dir, es pot aprendre i entrenar. No és quelcom fix i inalterable. Es treballarà amb les famílies com fomentar la creativitat des de casa. És molt el que podem fer per desenvolupar un esperit creatiu en els més petits. Definir conceptes claus: creativitat, innovació i memòria. Entendre els mecanismes del cervell a l'hora de Crear. Establir estratègies que es puguin aplicar a casa per afavorir la creativitat. Conèixer els beneficis de fomentar la creativitat en els nostres fills. Reconèixer els elements que anul·len la creativitat.

Ponent: Helena Enseñat Miguel, psicopedagoga col·legiada núm. IB.555.17

21.- COM FUNCIONA EL CERVELL DELS NINS

Objectius: Fins els vint i tants d'anys el nostre cervell segueix madurant i formant-se. Entendre com funciona el cervell dels menuts de manera senzilla i algunes estratègies per integrar les distintes parts del mateix, de forma eficaç ens permetrà gaudir d'unes relacions més positives amb els nostres fills. Conèixer millor el funcionament del cervell ens permetrà aplicar estratègies més efectives en la modificació de conducta i els ajudarà a prendre millors decisions en el seu dia a dia. Com a pares podrem utilitzar situacions quotidianes per a portar a terme aquesta tasca. Entendre el funcionament del cervell per aplicar-ho a la modificació de conducta i a la presa de decisions. Treballar la memòria com a element important en el desenvolupament cerebral.

Ponent: Helena Enseñat Miguel, psicopedagoga col·legiada núm. IB.555.17

22.- LA IMPORTÀNCIA DE LA INCLUSIÓ EN L'EDUCACIÓ DELS TEUS FILLS

Objectius:

Conèixer la diferència entre integració i inclusió, Identificar prejudicis i estereotips, la seva influència en l'educació, Aprendre a respectar la diversitat i a fomentar des de les primeres edats una mirada inclusiva. Bases metodològiques per una educació des de la diversitat.

Ponent: Indira Retuerto García, pedagoga col·legiada núm. IB.531.16

23.- TOLERÀNCIA A LA FRUSTRACIÓ: UN TEMA PENDENT

Objectiu: Una societat en la qual constantment s'espera una resposta automàtica i ràpida davant de qualsevol incident, fa que amb més freqüència ens topem amb nins que es frustrin i no saben gestionar emocions com la ràbia i la tristesa. En aquesta ponència es pretén aprofundir en temes com la resiliència, la gestió de les emocions i el rol dels pares en aquesta temàtica.

Ponent: Alejandra González Parr, pedagoga. Col·legiada núm. IB.550.17

24.- APRENDRE A AVORRIR-SE?

Objectiu: En aquesta ponència es pretén aprofundir en la importància de brindar als nostres fills l'oportunitat d'avorrir-se i no interferir en aquest procés. Es tractarà el tema de la sobre estimulació i com crear ambients aptes perquè els nostres fills desenvolupin habilitats creatives i guanyin més autonomia en el seu dia a dia.

S'exploraran temes relacionats amb el joc, les noves tecnologies i el paper que juguen els pares a l'hora de fomentar la independència dels seus fills.

Ponent: Alejandra González Parr, pedagoga, col·legiada núm. IB.550.17

25.- DOL, PÈRDUES, CONDUCTES AUTOLÍTIQUES I SUÏCIDI EN LA INFÀNCIA I L'ADOLESCÈNCIA

Objectius: Experimentar eines per a la gestió positiva de situacions de dol, pèrdua, insatisfacció, que alhora actuen com a estratègies preventives del suïcidi i les conductes autolítiques.

Metodologia: Taller experimental a partir de la vivència de la pròpia experiència anar construint una "caixa d'eines" amb recursos propis per gestionar les situacions.

Ponent: Jaume Font Mach, pedagog, orientador i terapeuta, col·legiat núm. IB.482.14.

26.- DIVERSITAT SEXUAL, FAMILIAR I DE GÈNERE EN LA INFÀNCIA I L'ADOLESCÈNCIA

Objectius: Conèixer i apropar-se a la diversitat sexual, familiar i de gènere. Implicacions i gestió en el centre educatiu.

Metodologia: Taller experimental a partir de la vivència de la pròpia experiència anar construint una "caixa d'eines" amb recursos propis per gestionar les situacions..

Ponent: Jaume Font Mach, pedagog, orientador i terapeuta, col·legiat núm. IB.482.14.

27.- CERCLES I PRÀCTIQUES RESTAURATIVES COM A EINA DE GESTIÓ DE LA QUOTIDIANITAT

Objectius: Conèixer i experimentar les pràctiques restauratives, el cercle restauratiu, com a eina de gestió positiva de la convivència i resolució de conflictes.

Metodologia: Taller experimental a partir de la vivència de la pròpia experiència anar construint una "caixa d'eines" amb recursos propis per gestionar les situacions..

Ponent: Jaume Font Mach, pedagog, orientador i terapeuta, col·legiat núm. IB.482.14.

28.- MINDFULNESS PER AL BENESTAR PERSONAL

Objectius: Conèixer i experimentar el mindfulness com tècnica de benestar personal.

Metodologia: Taller experimental a partir de la vivència de la pròpia experiència anar construint una "caixa d'eines" amb recursos propis per gestionar les situacions..

Ponent: Jaume Font Mach, pedagog, orientador i terapeuta, col·legiat núm. IB.482.14.

COMUNICACIÓ ENTRE PARES I FILLS

29.- ELS BENEFICIS DE LA NEGOCIACIÓ A CASA

Objectius: Els nostres fills sempre volen coses, a vegades seran coses materials i d'altres demanen temps o atenció. Però com a pares no podem accedir a tot en tot moment. Negociar és una habilitat molt útil que ens pot ajudar a solucionar conflictes i que proporcionarà als infants unes bones habilitats de cara al futur. Coneixerem els beneficis de negociar amb els fills, aprendre a negociar de forma adequada, obtenir i aplicar estratègies de negociació a la presa de decisions i modificació de conducta.

Ponent: Helena Enseñat Miguel, psicopedagoga col·legiada núm. IB.555.17

30.- EDUCAR DES DE L'AMOR. L'EQUILIBRI ENTRE EL RESPECTE I ELS LÍMITS

Objectius: El present taller pretén iniciar-nos en la comunicació eficaç i des del respecte, familiaritzant-nos amb conceptes com respecte, amor, límits, acompanyament, llibertat, responsabilitat, coneixement,... i iniciar-nos en l'acompanyament respectuós en el desenvolupament global (físic, mental i emocional) de la nostra filla/ del nostre fill, a partir de la reflexió sobre situacions comunes o individuals que volguem compartir en relació al nostre fill o la nostra filla per afavorir la seva autorealització, que sigui feliç i que estigui integrat o integrada dins la societat.

Ponent: Joana Maria Pla Miró, psicopedagoga col·legiada núm. IB.528.16

31.- PER QUÈ ÉS IMPORTANT QUE LES FAMÍLIES ES RELACIONIN EN XARXA. I COM HO PODEM FER

Objectius: En aquests moments de canvi social es fa més present que mai la necessitat de unir esforços per adaptar-nos a un nou escenari social i educatiu. Es tracta de reflexionar sobre la necessitat de que les famílies que formen part de la comunitat escolar es relacionin per el bé dels seus fills i filles. Plantejar-se per a que fer ho i com fer-ho es el punt de partida d'aquesta sessió. L'apoderament de les famílies amb la presa de consciència del seu paper en la societat es fonamental i necessari per a prevenir riscos que poden afectar als nostres fills i filles i faciliten les eines fonamentals d'inclusió social.

Ponent: Antonia Abraham Cañellas, pedagoga col·legiada núm. IB.558.17.

32.- QUÈ PUC FER? NECESSITO AJUDA. El meu fill té por, ansietat, angoixa, està "enganxat" a l'ordinador, mòbil, "porros", es queda en blanc, està desmotivats per tot, no vol menjar, no pot dormir...

Objectius: Reconèixer tot allò que ja funciona i potenciar-ho. Reconèixer quines són les coses que fem que no funcionen. Preparar i organitzar una "Caixa d'eines" eficaç per poder utilitzar-la en cas de necessitat.

Ponent: Jaume Font Mach, pedagog, orientador i terapeuta, col·legiat núm. IB.482.14.

Observacions: Sessió pràctica i participativa. A partir d'un cas concret aportat per un participant, s'aniran elaborant respostes per a tots els casos que els participants puguin presentar.

33.- EL TEU FILL NO T'ESCOLTA?

Objectius: Reconèixer tot allò que ja funciona i potenciar-ho. Reconèixer quines són les coses que fem que no funcionen. Preparar i organitzar una "Caixa d'eines" eficaç per poder utilitzar en cas de necessitat.

Ponent: Jaume Font Mach, pedagog, orientador i terapeuta, col·legiat núm. IB.482.14.

Observacions: Sessió pràctica i participativa. A partir d'un cas concret aportat per un participant, s'aniran elaborant respostes per a tots els casos que els participants presentin.

34.- LA IMPORTÀNCIA DE POSAR LÍMITS PER A MILLORAR LA CONVIVÈNCIA A CASA

Objectius: Treballarem la importància de posar límits (normes, respectar la figura d'autoritat pare i mare) i les conseqüències positives que té per a la convivència a casa.

Ponent: Antonio Echeverría Cañabate, pedagog col·legiat núm. IB.299.07 i Julio Bonillo, psicopedagog col·legiat núm. IB.298.07.

35.- COM CUIDAR-ME EN EL MEU ROL DE PARE I MARE?

Objectius: Activitat adreçada a mares i als pares amb fills que estiguin cursant primària i / o secundària. oferirem tècniques i estratègies que facilitin l'auto-observació dels pares davant les diverses situacions complexes amb els seus fills i com cuidar-se i optimitzar el paper

Ponent: Antonio Echeverría Cañabate, pedagog col·legiat núm. IB.299.07 i Julio Bonillo, psicopedagog col·legiat núm. IB.298.07.

36.- EDUCAR SENSE CÀSTIGS ÉS POSSIBLEE

Objectius: Conèixer els efectes negatius dels càstigs. Aprendre alternatives viables, reals i efectives. L'exemple com a eina educativa. Aprendre recursos i eines per a educar de forma positiva

Ponent: Indira Retuerto García, pedagoga col·legiada núm. IB.531.16

37.- CONSELLS PER A UNA BONA COMUNICACIÓ EN FAMÍLIA

Objectius: Conèixer la importància d'una bona comunicació, límits entre privacitat i confiança. Gestionar els espais de cada individu en la família. Dissenyar moments compartits. Importància de l'escolta activa i l'exemple.

Ponent: Indira Retuerto García, pedagoga col·legiada núm. IB.531.16

38.- COM ACOMPANYAR ELS NOSTRES FILLS EN TEMPS D'INCERTESA

Objectius: La Crisi de la pandèmia per la COVID ha posat la nostra vida "cap per avall", la constant necessitat d'adaptació als canvis pot provoca estrès i malestar en la família. En aquesta sessió parlarem de la importància d'aprendre a gestionar els canvis i la incertesa a través de l'autocura, eina indispensable per poder cuidar i acompanyar els nostres fills i filles. Prendre la crisi com a oportunitat és possible i només així podrem ajudar-los a ser resilents davant l'adversitat..

Ponent: Diana Najurieta de Hoeft, psicopedagoga col·legiada núm. IB.610.20

39.- CUIDAR-SE COM A MARES-PARES PER ACOMPANYAR ELS NOSTRES FILLS

Objectius: Conèixer a gestionar les emocions i sentir pau i tranquil·litat al teu dia a dia. Detectar quan es produeix càrrega emocional i oferir eines fàcils i útils per a tu i els teus fills. Taller pràctic de 2 hores en què facilitarà una "Caixa emocional" a realitzar de manera pràctica a casa, fent que sigui part de la rutina diària, així com un menú emocional on es recollirà les eines realitzades en aquest taller per seguir practicant diàriament.

Ponent: Miriam Alcedo Ripoll pedagog col·legiada núm IB. 649.2.