

Xornadas formativas **NAVEGANDO EN FAMILIA**

A adolescencia é unha etapa de constante cambio na que as relacións familiares mudan dun xeito crítico, polo que faise necesario adaptarse á nova situación, tanto por parte dos proxenitores como dos seus fillos e fillas. Se queres mellorar a relación co teu fill@ e/ou pai/nai e precisas de novas estratexias e ideas inscríbete nestas xornadas.

PARA QUEN: para alumnado **dende 5º de primaria ata 4º ESO** e as súas familias que poden asistir de forma conxunta.

CANDO: o **martes 8 de outubro ás 17.20** comezamos, e concretaremos entre tod@s os días e hora das seguintes sesións. Serán 6 sesións de 90 minutos cunha periodicidade quincenal.

ONDE: no CPI Cernadas de Castro

1ª sesión: Como remar na mesma dirección e chegar a bo porto!!

Nesta primeira sesión abordaremos como mellorar a **comunicación na familia** neste momento vital.

*¿Tes problemas para comunicarte co teu fill@?
¿Dáche a sensación de que non te escoita?*

¿Tes a sensación de que os teus pais non te entenden?

¿Cres que deberían ter máis en conta a túa opinión?

Se te identificas con algunha destas cuestións non te podes perder esta actividade

Nas vindeiras sesións falaremos da importancia das **normas e límites** para evitar marexadas, da importancia do **manexo das emocións** nesta etapa tan chea de cicloxénesis explosivas, como soltar lastre e **ceder responsabilidades**, como **navegar de xeito seguro** polas redes sociais, as vantaxes da navegación dixital ou os perigos de navegar sen protección.... e todas aquelas cuestións que as familias queiran afondar durante a travesía.

ESPERÁMOSTE!

Podes inscribirte na Concellería de Igualdade no 981820494

ou por Whatsapp no 689126385