

0-5 urte

Hazkuntza - Osasuntsu baterako Tailerra

Edukiak:

- Errespetuan oinarritutako haziera baten oinarriak
- Haurraren jarrera ulertu eta gidatu
- Nola lagundu seme-alabei emozioekin?
- Arazoak arazo ez direnean
- Anaia-arreben arteko zeloak eta gatazkak
- Guraso bezala gure emozioak kudeatzen

Egutegia: saioak astelehenetan izango dira, otsailaren 5ean, 12an, 19an eta 26an eta martxoaren 5ean eta 12an.

Ordua eta lekua: 18:00-19:30, Kulturateko Lora-mendi gelan

Dinamizatzailea: HEZIBIDE elkarteko, Mireia Centeno, psikologoa eta psikopedagogoa.

6-12 urte

Garapen emozional osasuntsua

Edukiak:

- Haurraren jarrera ulertu eta gidatu
- Nola lagundu seme-alabei emozioekin?
- Nola lortu gure seme-alaben kooperazioa
- Nola sustatu seme alaben autonomia
- Eguneroko gatazkak kudeatzen
- Guraso bezala gure emozioak kudeatzen

Egutegia: saioak astearteetan izango dira, otsailaren 6an, 13an, 20an eta 27an eta martxoaren 6an eta 13an.

Ordua eta lekua: 18:00-19:30, Kulturateko Lora-mendi gelan.

Dinamizatzailea: HEZIBIDE elkarteko Mireia Centeno, psikologoa eta psikopedagogoa

13-18 urte

“Zer egingo dut nik orain?”

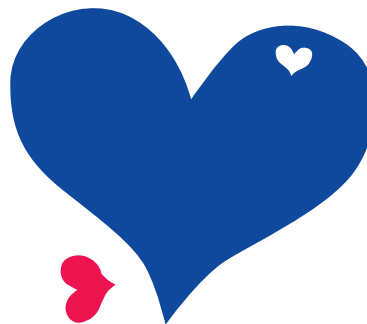
Edukiak:

- Komunikazioa
- Coaching-a eta aldaketa prozesuak
- Entzute-aktiboa eta asertibitatea
- Helburuen formulazioa
- Komunikazio ez-berbala eta inteligentzia emozionala
- Gatazken ebazpena eta negoziazioa
- Estrategia berrien identifikazioa erabakiak hartzerako orduan
- Familia sistema gisa (arauak, rolak...)
- Arazoen birplanteatzea
- Gatazkak aukera moduan.

Egutegia: saioak asteazkenetan izango dira,otsailaren 7an, 14an, 21ean eta 28an eta martxoaren 7an eta 14an.

Ordua eta lekua:18:00-20:00, Kulturateko Lora-mendi gelan.

Dinamizatzailea: : Ardatz Formazio eta Ikasketa Zentroa.



talleres para padres y madres

- ... para sentirnos mejor
- ... para hacerlo mejor
- ... para buscar soluciones
- ... para compartir
- ... para reflexionar

ORGANIZA:



ARRASATEKO UDALA

INSCRIPCIÓN:
hasta el 26 de Enero

- BAZ - Telf. 943.25.20.00
- Servicios Sociales - 943.25.20.07
- <http://www.arrasate.eus/es/servicios-online/inscripciones>

0-5 años

Taller para un crecimiento sano

Contenidos

- Bases de la crianza respetuosa.
- Comprender y guiar el comportamiento del/a niño/a.
- ¿Cómo ayudamos a los/as niños/as con sus emociones?
- Cuando los problemas no son problema.
- Celos y conflictos entre hermanos/as.
- Cómo gestionar nuestras emociones como padres y madres.

Calendario: : las sesiones serán los lunes, el 5, 12, 19 y 26 de Febrero, y el 5 y 12 de Marzo.

Hora y Lugar: 18:00-19:30, en la sala Loramendi de Kulturate.

Dinamizadora: Mireia Centeno, psicóloga y psicopedagoga de la Asociación HEZIBIDE

6-12 años

Desarrollo emocional saludable

Contenidos

- Comprender y guiar el comportamiento del/a niño/a.
- ¿Cómo ayudamos a los/as niños/as con sus emociones?
- ¿Cómo conseguir la cooperación de nuestros hijos e hijas?
- ¿Cómo fomentar la autonomía de nuestros hijos e hijas?
- Gestionando los conflictos familiares diarios
- Cómo gestionar nuestros sentimientos como padres y madres.

Calendario: las sesiones serán los martes, el 6, 13, 20 y 27 de Febrero, y el 7 y 13 de Marzo.

Hora y lugar: 18:00-19:30, en la sala Loramendi de Kulturate.

Dinamizadora: Mireia Centeno, psicóloga y psicopedagoga de la Asociación HEZIBIDE.

13-18 años

¿Que hago yo ahora?

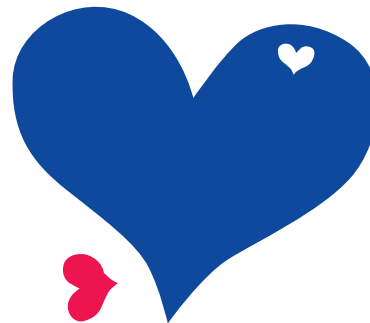
Contenidos:

- Comunicación
- Coaching y procesos de cambio
- Escucha activa y asertividad
- Formulación de objetivos
- Comunicación no verbal e Inteligencia emocional
- Resolución de conflictos y negociación
- Formulación de nuevas estrategias en la toma de decisiones
- La familia como sistema (normas, roles...)
- Replantear problemas
- Los conflictos como oportunidad

Calendario: las sesiones serán los miércoles, el 7, 14, 21 y 28 de Febrero, y el 7 y 14 de Marzo.

Hora y lugar: 18:00-20:00, en la sala Loramendi de Kulturate.

Dinamizadora: Centro de Formación Ardatz.



guraso^{entzako} tailerrak

... hobeto sentitzeko
... hobeto egin ahal izateko
... irtenbideak aurkitzeko
... elkarbanatzeko
... hausnartzeko

ANTOLATZAILEA:



ARRASATEKO UDALA

Izen ematea:
urtarrilak 26ra arte

- BAZ - 943.25.20.00
- GIZARTE ZERBITZUAK - 943.25.20.07
- <http://www.arrasate.eus/eu/tramiteak/izen-emateak>