

Elkarbizitzarako tresnak eskuratzen:

etxean errespetua, komunikazioa eta lasaitasuna areagotzeko tailer praktikoa

■ **Nori zuzenduta:** 0-12 urte bitarteko seme-alabak dituzten gurasoei

■ Edukiak:

- **Nork agintzen du etxean?** Zilegi eta beharrezko den autoritate hori maitasunez erabili ahal izateko, gaia aztertu dugu bai seme-alabekiko harremanetan, bai bikote harremanari begira.
- **Zerk ateratzen nau nire onetik?** Egoera kritikoak kudeatzeko tresnak.
- **Armonia jorratuz: komunikazioa eta lasaitasuna protagonista.** Ez egiteari, egoteari, hitz egiteari eta erlaxatzeari ere eskainiko diogu tartea.

■ Egutegia:

Saioak astelehenean izango dira (Martxoak 9, 16 eta 23 eta apirilak 13, 20 eta 27)

■ **Ordua:** 0-5 urte: 14:45 - 16:15

6-12 urte: 18:00 - 20:00

■ Dinamizatzailea:

Virginia Belategi Azpiri (EraiN Gazteen Osasun Integrala)

■ **Lekua:** Kulturateko Loramendi gelan

Zer egingo dut nik orain?

■ **Nori zuzenduta:** 13-19 urte bitarteko seme-alabak dituzten gurasoei

■ Edukiak:

Coaching-a

- Entzute aktiboa eta asertibitatea
- Helburuen formulazioa
- Inteligentzia emozionala
- Estrategia berrien formulazioa

Programazio NeuroLinguistikoa

- Arazoen birplanteatzea
- Posizio pertzertiboak
- Gatazkak aukera moduan

■ **Egutegia:** Saioak asteazkenetan izango dira (Martxoak 11, 18 eta 25 eta apirilak 15, 22 eta 29)

■ **Ordua:** 18:00 - 20:00

■ Dinamizatzailea:

Ardatz Formazio eta ikasketa zentroaren eskutik Esmeralda Fontan coacha

■ **Lekua:** Kulturateko Loramendi gela

■ **Hizkuntza:** gazteleraz

Talleres para padres y madres

Para compartir las dudas y dificultades que surgen en la educación de los hijos e hijas, ofrecer apoyo a estas situaciones y ayudar a desarrollar estrategias.



Para padres y madres con hijos/as entre 0 y 19 años.

INSCRIPCIÓN: ANTES DEL 20 DE FEBRERO

Organiza:



ARRASATEKO UDALA

IZENA EMATEKO ORRIA

Izen abizenak: Telefonoa:

Helbidea: Seme-alaben adina:

Ikastetxea: e-posta:

Aukeraturako taldea: 0-5 urte 6-12 urte Euskara ulertzen duzu Bai Ez 13-19 urte (gazteleraz da)

Izena emateko: entregatu izen emate orria BAZen, deitu 943.25.20.07 telefonora edo bidali mezu bat prebentzio@arrasate-mondragon.net helbidera.

Oharra: Taldea sortzeko gutxieneko kopurua 12 pertsonakoa izango da.

Herramientas para la convivencia:

taller práctico para fomentar el respeto, la comunicación y la tranquilidad en el hogar.

Dirigido a: padres y madres con hijos/as entre 0 y 12 años

Contenidos:

- **¿Quién manda en casa?** Para poder aplicar esta autoridad, legítima y necesaria, con amor, analizaremos el tema en las relaciones con los hijos e hijas y en la relación de pareja.
- **¿Qué es lo que me saca de quicio?** Herramientas para gestionar situaciones críticas.
- **Trabajando la armonía:** comunicación y tranquilidad. Ofrecemos también un momento al no hacer, al estar, al hablar y al relajarse.

Calendario:

Lunes 9, 16 y 23 de marzo y 13, 20 y 27 de abril.

Horario: 0-5 años: 14:45 - 16:15

6-12 años: 18:00 - 20:00

Dinamizadora:

Virginia Belategi Azpiri (EraiN Gazteen Osasun Integrala)

Lugar: Kulturateko Loramendi gelan

¿Que hago yo ahora?

Dirigido a: padres y madres con hijos/as entre 13 y 19 años

Contenidos:

Coaching

- Escucha activa y asertividad
- Formulación de objetivos
- Inteligencia emocional
- Formulación de nuevas estrategias

Programazio NeuroLinguistikoa

- Replanteación de los problemas
- Posiciones perceptivas
- Los conflictos como oportunidad

Calendario: Miércoles 11, 18 y 25 de marzo y 15, 22 y 29 de abril.

Horario: 18:00 - 20:00

Dinamizadora:

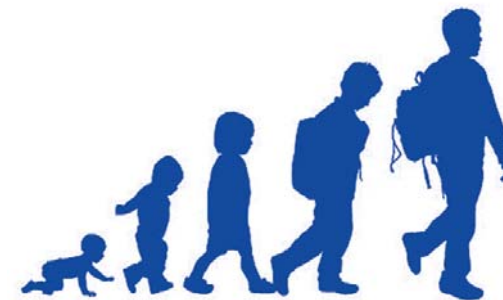
Esmeralda Fontan de la mano de del Centro de Formación Ardatz

Lugar: Sala Loramendi de Kulturate

Idioma: castellano

Gurasoentzako tailerrak

Seme-alaben heziketan sortzen diren kezkak eta zailtasunak konpartitzeko, egoera hauei babesa eskaini eta estrategiak garatzen laguntzeko.



0-19 urte bitarteko seme-alabak dituzten gurasoentzako

IZEN EMATEA: OTSAILAK 20a BAINO LEHEN

Organiza:



ARRASATEKO UDALA

HOJA DE INSCRIPCIÓN

Nombre y apellidos: Teléfono:

Dirección: Edad de los hijos/as:

Centro Escolar: correo electrónico:

Grupo elegido: 0-5 años 6-12 años ¿Entiendes euskera? Si No 13-19 años (será en castellano)

Para inscribirse: entregar la hoja de inscripción en el BAZ, llamar al 943.25.20.07 o enviar un mensaje a prebentzio@arrasate-mondragon.net.

Nota: Se necesita un mínimo de 12 personas para crear un grupo.