

# SOAF Mas Pintat

## XERRADES I TALLERS PER A AMPA/AMIPA/AFA

### Comunicació en família

New!

Una bona comunicació en família és un pont entre pares i fills que connecta els seus sentiments de forma mútua i afavoreix un clima de respecte.

En aquesta xerrada-taller, a partir de dinàmiques i activitats de caràcter introspectiu, es volen facilitar eines per aconseguir una comunicació de qualitat i afectiva en família.

### A taula! Hàbits i rutines en els àpats

New!

L'estona dels àpats és un bon moment per gaudir en família. Aquesta xerrada-taller convida a reflexionar sobre diferents aspectes relacionats amb els moments a taula. Es presenten dinàmiques amb l'objectiu de facilitar una adequada organització de l'ambient i potenciar l'enfortiment dels vincles familiars en els àpats.

### El dol i les pèrdues en els infants

New!

La mort posa fi a la vida i depenent com la visquem ens condicionarà directament en la nostra experiència vital i en les relacions familiars i socials.

La finalitat d'aquesta xerrada-taller és reconèixer els processos de dol, saber quines són les manifestacions més comunes, de quina manera les viuen els infants i com els podem acompanyar en aquest procés.

### Hàbits i autonomia personal

New!

L'autonomia personal és un factor essencial en el desenvolupament i maduració dels infants, i els adults referents són els encarregats d'impulsar-ho.

Els objectius d'aquesta xerrada-taller és facilitar eines per a la no sobreprotecció dels fills i potenciar la seva autonomia, a partir d'activitats i exemples de la vida quotidiana familiar,



LES XERRADES I TALLERS SÓN GRATUÏTS.  
HORARIS A CONVENIR.

PER A MÉS INFORMACIÓ, CONTACTEU AMB NOSALTRES:



977 010 057



maspintat@reus.cat



C. DE L'ABAT ESCARRÉ 11  
43204 REUS



instagram.com/maspintat



facebook.com/maspintat



AJUNTAMENT DE REUS  
Regidoria de Salut  
i Ciutadania

# SOAF Mas Pintat

## XERRADES I TALLERS PER A AMPA/AMIPA/AFA

### La responsabilitat compartida

La corresponsabilitat és la distribució de la planificació, l'organització i la realització de les tasques domèstiques i de la cura d'infants, on els homes i dones estan igualment capacitats per realitzar-les.

En aquesta xerrada-taller, a partir de dinàmiques i activitats de caràcter introspectiu, es vol propiciar un espai per compartir inquietuds i experiències, convidar a l'autoreflexió, i facilitar estratègies d'interacció familiar per educar els nostres fills cap a la responsabilitat compartida.

### Mirada empàtica. Temps per escoltar

L'empatia és la capacitat de reconèixer i comprendre els sentiments i les emocions dels altres. En aquest moment on les emocions estan a flor de pell, donar temps per escoltar i tenir aquesta mirada és fonamental per crear interaccions positives. En aquesta xerrada-taller es convida als participants a reflexionar sobre els beneficis de practicar una mirada empàtica i la importància de donar temps per escoltar.

### Límits i acords

Els límits cuiden i responen a les necessitats dels infants; donen seguretat i ajuden als nens i nenes a entendre com funciona el seu món i a relacionar-s'hi de manera sana i nutritiva. Però sovint posar-los no és una tasca senzilla.

En aquesta xerrada-taller, s'exposaran els motius i les dificultats en què els pares es troben a l'hora de posar límits als seus fills, així com estratègies per la pràctica diària; tot des d'un espai per compartir experiències.

### Atenció, afecte i emocions

La seguretat afectiva és la base des d'on els infants coneixen i exploren el món que els envolta, i els pares som sensibles a les senyals que ens envien els fills. Però a mesura que els fills creixen, la forma en què mostren l'afecte va canviant i molts pares ens sentim descol·locats.

En aquesta xerrada-taller es vol acostar als pares perquè estiguin atents a la gran varietat de maneres de manifestar l'afecte que s'adquireixen amb el temps i que puguin desplegar la gran varietat de formes de demostrar afecte cap als seus fills.

### La gestió del temps a casa

Avui en dia ens sembla que tot va més de pressa. Però, per què tenim aquesta percepció? Aquesta percepció del temps és individual i subjectiva, tot i que en realitat el temps és el mateix per a tothom. Però sovint pensem que no arribem a tot i que ens farien falta 24 hores més al dia per fer-ho tot.

En aquesta xerrada-taller, a partir de dinàmiques i activitats de caràcter introspectiu, es vol propiciar un espai per compartir inquietuds i experiències, convidar a l'autoreflexió, i facilitar estratègies per gestionar el temps i poder gaudir-lo en família.



LES XERRADES I TALLERS SÓN GRATUÏTS.  
HORARIS A CONVENIR.

PER A MÉS INFORMACIÓ, CONTACTEU AMB NOSALTRES:



977 010 057



maspintat@reus.cat



C. DE L'ABAT ESCARRÉ 11  
43204 REUS



instagram.com/maspintat



facebook.com/maspintat



AJUNTAMENT DE REUS  
Regidoria de Salut  
i Ciutadania