

## 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?”

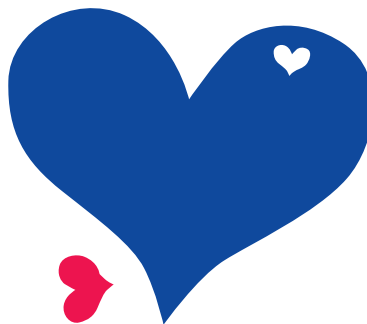
#### Edukiak:

- 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>