

Talleres para familias de primaria

Salud y bienestar emocional

- Contenidos:

Definimos qué son las emociones y su relevancia en el día a día

Ofrecemos pautas para aprender a detectarlas y distinguirlas, en cada uno y en nuestros hijos e hijas

Regulación emocional como herramienta indispensable en la educación positiva

- Este taller forma parte de nuestra oferta de actividades para este curso, no tiene actualmente convocada fecha de realización pero puedes solicitarlo como AMPA, asociación, grupo de padres o entidad interesada a través de [nuestro formulario](#) o contactando por teléfono o whatsapp en el 672661181. Para la realización es necesario un grupo de al menos 10 participantes interesados.



Talleres para familias de primaria

Salud digital

- Contenidos:

Usos más frecuentes de las TICS en la infancia y el comienzo de la adolescencia y su adecuación en dichas etapas del desarrollo

Uso saludable, abuso y adicción de las TICS

Pautas de uso responsable y límites para prevenir el uso inadecuado

Riesgos que sufren los menores en internet (ciberbullying, sexting, grooming)

Las figuras de cuidado en el modelado de un uso responsable de la tecnología.

- Este taller forma parte de nuestra oferta de actividades para este curso, no tiene actualmente convocada fecha de realización pero puedes solicitarlo como AMPA, asociación, grupo de padres o entidad interesada a través de [nuestro formulario](#) o contactando por teléfono o whatsapp en el 672661181. Para la realización es necesario un grupo de al menos 10 participantes interesados.



Talleres para familias de primaria

Comprendiendo la adolescencia: Activar la empatía para mejorar la convivencia

- Contenidos:

Características de esta etapa vital

La empatía, la asertividad y la gestión emocional como herramientas para mejorar la convivencia familiar

Autonomía: la conquista personal de los y las adolescentes

El papel de los padres y las madres en esta conquista: qué hacer y qué no hacer en este acompañamiento

- Este taller forma parte de nuestra oferta de actividades para este curso, no tiene actualmente convocada fecha de realización pero puedes solicitarlo como AMPA, asociación, grupo de padres o entidad interesada a través de [nuestro formulario](#) o contactando por teléfono o whatsapp en el 672661181. Para la realización es necesario un grupo de al menos 10 participantes interesados.



Talleres para familias de primaria

Alimentación y emociones (desde infantil hasta 18 años)

- Contenidos

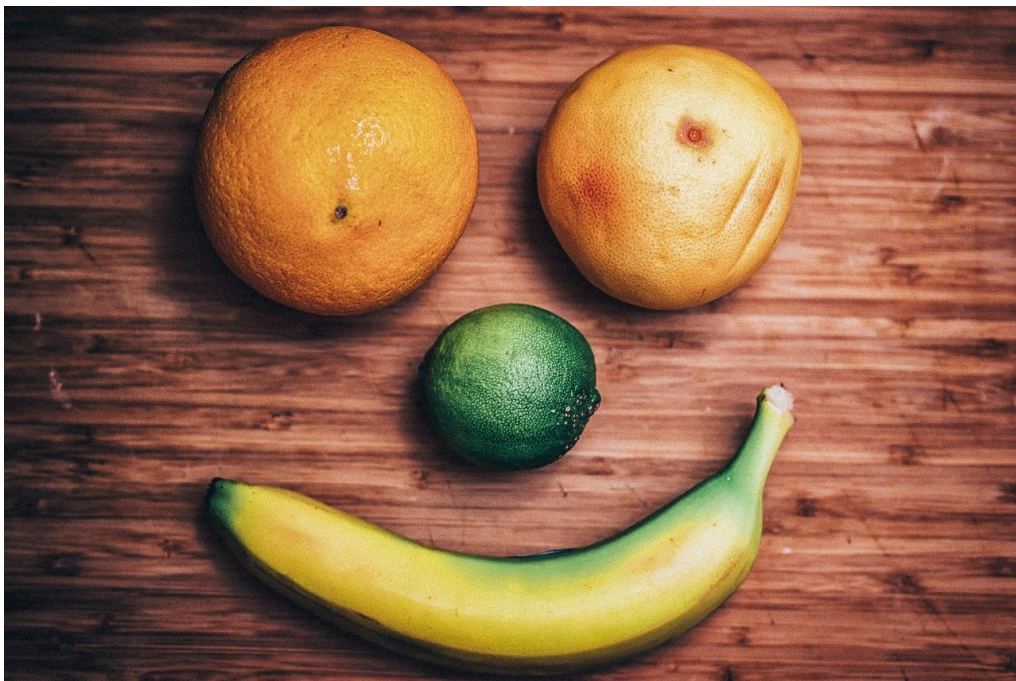
Conexión entre alimentación y emociones

Hambre emocional

Plan de acción

Relación sana con la comida

- Este taller forma parte de nuestra oferta de actividades para este curso, no tiene actualmente convocada fecha de realización pero puedes solicitarlo como AMPA, asociación, grupo de padres o entidad interesada a través de [nuestro formulario](#) o contactando por teléfono o whatsapp en el 672661181. Para su realización es necesario un grupo de al menos 10 participantes.



Talleres para familias de primaria

Autonomía y aprendizaje: Hora de estudiar...

- Contenidos:

Emociones que impulsan a aprender

Emociones que interfieren en el aprendizaje

Componentes del hábito de estudio y estrategias para fomentarlo

Qué hacer para despertar el amor por aprender en los hijos e hijas

- Este taller forma parte de nuestra oferta de actividades para este curso, no tiene actualmente convocada fecha de realización pero puedes solicitarlo como AMPA, asociación, grupo de padres o entidad interesada a través de [nuestro formulario](#) o contactando por teléfono o whatsapp en el 672661181. Para su realización es necesario un grupo de al menos 10 participantes.



Talleres para familias de primaria

Taller experiencial, dinámicas activas para la educación emocional

- Abordaremos la comprensión y gestión de las emociones ayudándonos de una metodología vivencial y práctica, a través de la música, dinámicas, juegos, que nos ayuden a vivir experiencias fundamentales.
- Se recomienda llevar ropa cómoda.
- Contenidos:

Herramientas y estrategias para la gestión emocional adecuada desde una metodología vivencial.

Explorar emociones a través de diferentes dinámicas activas

Reconocer emociones a través de dinámicas como el juego

Herramientas para gestionar las emociones propias y las de hijos e hijas

Técnicas de relajación

- Este taller forma parte de nuestra oferta de actividades para este curso, no tiene actualmente convocada fecha de realización pero puedes solicitarlo como AMPA, asociación, grupo de padres o entidad interesada a través de [nuestro formulario](#) o contactando por teléfono o whatsapp en el 672661181. Para su realización es necesario un grupo de al menos 10 participantes.

