

ONLINE
TALLERES DE LA THAM
espacio
de
FAMILIAS
DIRIGIDOS A FAMILIAS CON NIÑOS, NIÑAS
Y ADOLESCENTES DE CUALQUIER EDAD

ONLINE
GRATUITO

INSCRÍBETE
AQUÍ 

NOVIEMBRE
DICIEMBRE
2023



09 noviembre

**CÓMO GESTIONAR EL USO
DE LA TECNOLOGÍA
VÍA ACUERDO**

Recomendado para familias
con hijos e hijas pre/adolescentes

29 noviembre

**ADOLESCENTES Y SALUD MENTAL.
LO ESPERADO Y LO INESPERADO
EN ESTA ETAPA**

Recomendado para familias con hijos e hijas
adolescentes y preadolescentes

15 noviembre

**APRENDIENDO TÉCNICAS
DE MINDFULNESS PARA
APLICARLAS EN FAMILIA**

Recomendado para familias
con hijos e hijas a partir de 11 años

04 diciembre

**CÓMO AYUDAR A NUESTROS
HIJOS E HIJAS EN LA ADQUISICIÓN
DE HABILIDADES SOCIALES**

Recomendado para familias
con hijos e hijas de hasta 10 años.

TALLERES GRATUITOS. IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA: thamfamilia@mancomunidad-tham.org



CÓMO GESTIONAR EL USO DE LA TECNOLOGÍA VÍA ACUERDO

09 noviembre | 17:30 a 19:30h

Manual dirigido a padres y madres de adolescentes o en edades difíciles para entender cómo llevar a cabo la negociación y gestión de las situaciones que pueden hacer saltar por los aires la buena convivencia.

- Recomendado para familias con hijos e hijas pre/adolescentes.
- Sesión a cargo de: **ASOCIACIÓN HONEY SEC**

APRENDIENDO TÉCNICAS DE MINDFULNESS PARA APLICARLAS EN FAMILIA

15 noviembre 2023 | 17:30 a 19:30h

Cuando un pre/adolescente se muestra ansioso e irascible, puede incluso afectarle a la hora de conciliar el sueño y al rendimiento escolar, reduciendo su capacidad de concentración. ¿Cómo podemos ayudarle a calmarse y a que esté más relajado/a? El mindfulness, es sin duda, una excelente herramienta.

- Recomendado para familias con hijos e hijas a partir de 11 años.
- Sesión a cargo de: **Susana Paniagua**
 - Psicóloga General Sanitaria. Formadora y coach.
 - Directora de Si Psicología

ADOLESCENTES Y SALUD MENTAL. LO ESPERADO Y LO INESPERADO EN ESTA ETAPA

29 noviembre 2023 | 17:30 a 19:30h

Se facilitará un espacio de comprensión de la realidad pre/adolescente, para poder sintonizar con sus necesidades y dificultades, además de conocer y poner en práctica pequeñas herramientas cotidianas para el acompañamiento del adolescente.

- Recomendado para familias con hijos e hijas adolescentes y preadolescentes.
- Sesión a cargo de: **Maribel Maestre Pérez**
 - Psicóloga General Sanitaria. Experta en infancia, adolescencia y familia.
 - Tutora de prácticas varias universidades.

CÓMO AYUDAR A NUESTROS HIJOS E HIJAS EN LA ADQUISICIÓN DE HABILIDADES SOCIALES

04 diciembre 2023 /17:30 a 19:30h

- Recomendado para familias con hijos e hijas hasta 10 años.
- Sesión a cargo de: **Susana Paniagua**
 - Psicóloga General Sanitaria. Formadora y coach.
 - Directora de Si Psicología

