Programa **AULAS DE FAMILIA**

(Organizado por la Consejería de Bienestar Social)

**Talleres gratuitos dirigidos a madres y padres sobre temas relacionados con el cuidado y la educación de los hijos/as durante el mes de MARZO 2023.**

**ACTIVIDADES PRESENCIALES (en Albacete):**

**CICLO PRIMERA INFANCIA (Familias con hijos/as de 0 a 5 años)**

|  |
| --- |
| **Todos los MARTES a las 17:00h. en el Centro de Infancia y Familia (C/ Tetuán, 8 – Albacete)** |
| **Martes 7 17:00 h** | **Disciplina Positiva y Crianza Respetuosa**. Nuevos modelos de familia, alternativas al castigo y educar sin el “NO”. |
| **Martes 14 17:00 h** | **El sueño en la Infancia**. Ayudar a nuestra hija o hijo durante la noche. La importancia en el desarrollo. Etapas y estrategias de apoyo. |
| **Martes 21****17:00 h** | **Competencias Emocionales en la Primera Infancia**. Comprendiendo y apoyando el desarrollo emocional de nuestras hijas e hijos. |
| **Martes 28****17:00 h** | **Alimentación Saludable en la primera infancia**. Factores que influyen, grupos de alimentos, mitos y errores más frecuentes. |

**ACTIVIDADES ONLINE (a través de la plataforma microsoft teams):**

**CICLO INFANCIA (Familias con hijos/as de 6 a 12 años)**

|  |  |
| --- | --- |
| **SESIÓN LUNES TARDE** | **FECHA/ HORA** |
| **Como ayudar a nuestras hijas e hijos en la gestión emocional negativa**. Envidia, competitividad, celos y baja tolerancia a la frustración. | **Lunes 6****17:00 h.** |
| **Afrontamos los primeros cambios de la pubertad.**Cambios físicos, intereses, primeras confrontaciones y educación en igualdad. | **Lunes 13****17:00 h.** |
| **Apoyamos a nuestras hijas e hijos de los estresores del contexto escolar.**Relación entre iguales, relación con el profesorado, las tareas, dificultades en el aprendizaje. La gestión de situaciones de aislamiento. | **Lunes 20****17:00 h.** |
| **Alimentación Saludable en la Infancia.**Factores que influyen, grupos de alimentos, mitos y errores más frecuentes. | **Lunes 27****17:00 h.** |

**CICLO ADOLESCENCIA (Familias con hijos/as a partir de 12 años)**

|  |  |
| --- | --- |
| **SESIÓN VIERNES MAÑANA** | **FECHA/ HORA** |
| **Prevención de la adicción sin sustancias**. Juego on-line. | **Viernes 10****10:00 h.** |
| **Conflictividad intrafamiliar.** Aprender a solucionar conflictos en casa. | **Viernes 17****10:00 h.** |
| **Educación afectivo sexual** en la adolescencia. | **Viernes 24****10:00 h.** |
| **Educación emocional** en la adolescencia. | **Viernes 31****10:00 h.** |

**Información e inscripciones en** <https://infanciayfamilias.castillalamancha.es/crianza-convivencia-familiar/aulas-de-familia>