

Programa per a l'educació
de l'afectivitat i el desenvolupament
personal dirigit a filles i pares

in/forma't

Hola! Si tens aquest fullet a les mans vol dir que et trobes en una etapa de la vida on els canvis són constants.

Tant en el teu cos, com en la teva ment i el teu entorn. Estàs ben informada? Saps el que vols i per què? Abans de creure't tots els "bla, bla, blas" del carrer pren nota de les activitats del programa **In-forma't**. Un programa adreçat a tu i a les teves companyes. I també als teus pares. L'amor, la sexualitat, l'autoestima, les amistats i les sortides, els perills de les drogues i l'alcohol, la importància del valor i el compromís... T'interessa, oi? Doncs pren nota.





in format

 pineda

C. del Joncs 1
08902 L'Hospitalet de
Llobregat

T. 93 263 79 90
F. 93 335 54 53
info@pineda.es
www.pineda.es

El programa **In-forma't** consta de 23 sessions per a adolescents i joves i 10 sessions per a mares i pares a càrrec d'experts. Aquestes són les temàtiques:

per a noies:

- Coneixement propi
- Gestió de les emocions
- L'adolescència i l'autoestima
- Família i realització personal
- Pressions positives i pressions negatives
- Amistats i sortides
- Drogues, alcohol i ITS
- Presa de decisions
- Comunicació assertiva i valors personals
- Amor i compromís
- TV i cinema
- Música i vídeos

per a mares i pares:

- Pares a primera fila
- Conèixer la teva filla
- Com i quan parlar de sexe amb elles
- El valor de l'amor, el matrimoni i el diàleg
- Qui i què influeix en les nostres filles
- Amistats, sortides i permisos
- Educar la voluntat

A CASA:

Cada sessió té continuïtat a casa. Pares i filles inicien una conversa a partir del qüestionari **In-forma't** corresponent.

més informació a:

www.pineda.es/informat