

# SPM EN FAMÍLIA

ACTIVITATS PER A  
**FAMÍLIES**  
QUE VOLEN CRÉIXER

## FEBRER 2023

### DIMECRES 8 BENVINGUT NADÓ!

Canvis en la parella i en la família amb el naixement d'un fill/a.  
Com preparar-se i reorganitzar-se en família.

Celeste Vaiana. Mestra, psicòloga i terapeuta familiar,  
experta en criança i educació.

### DIMECRES 22 EL DESCANS I LA SON EN LA PETITA INFÀNCIA

Un bon descans és bàsic per al desenvolupament i el benestar dels nadons. Com posar en pràctica hàbits i rutines que el facilitin.

Carla Doblado, psicòloga referent de benestar emocional i  
Gisela Fernández, Dietista nutricionista. EAP Sanitària SPM

### DIJOUS 23 GESTIONAR LA NOSTRA CONDUCTA AGRESSIVA

Com afrontar les crisis de frustració.

Sònia Vallecillos. Psicòloga Centre Somnia Psicologia  
Org.: Espiral Catalunya

### DILLUNS 27 BENVINGUDA ADOLESCÈNCIA!

Amb l'arribada de l'adolescència dels fills i filles cal  
canviar les formes de comunicar-nos i d'establir  
les normes familiars. Com?

Gus Bas. Psicòleg i terapeuta familiar

**TOTES LES ACTIVITATS  
SERAN A LES 18 HORES AL  
SOAF** Servei d'Orientació i  
Acompanyament a les Famílies  
(C/ García Nieto, 1)

#### INSCRIPCIÓ

Accés lliure i gratuït.  
Places limitades.

Es recomana la inscripció prèvia  
a <https://bit.ly/spmenfamilia>

#### + INFO

staperpetua.cat

☎ 606 40 57 44

✉ soaf.santaperpetua@itinere.cat

**SOAF**

Servei d'Orientació  
i Acompanyament  
a les Famílies



AJUNTAMENT DE  
SANTA PERPÈTUA  
DE MOGODA

