

El **SOAF, Servei d'Orientació i Acompanyament a les Famílies**, és per a tu si:

- ✓ Tens dubtes o neguits sobre la criança i l'educació dels fills i filles.
- ✓ Vols millorar la relació amb la teva família.
- ✓ Vols gaudir de la maternitat o de la paternitat tot compartint les experiències amb altres famílies en un espai de confiança.
- ✓ Vols aprofitar aquesta etapa de la teva vida per créixer com a persona.

Atenció individual i familiar



El SOAF ofereix un espai d'informació, orientació i acompanyament a les famílies atès per professionals de l'orientació i la teràpia familiar.

Per sol·licitar una primera entrevista, contacteu amb nosaltres:

📞 606 405 744

✉ soaf@staperpetua.cat

SOAF Servei d'Orientació i Acompanyament a les Famílies



Amb la col·laboració de

 Institut Català de la Salut
Equip d'Atenció Primària
Santa Perpètua de Mogoda



Més informació i inscripcions escanejant el QR!

Ens trobaràs a...

SOAF
C/ García Nieto, 1
08130
Santa Perpètua de Mogoda
✉ soaf@staperpetua.cat
📞 606 405 744



SPM EN FAMÍLIA

TARDOR



CUIDAR, ESTIMAR, EDUCAR

SOAF Servei d'Orientació i Acompanyament a les Famílies



GRUPS DE FAMÍLIES

Un espai per compartir amb altres famílies l'experiència de la criança, l'educació i la vida en família.

Grup de famílies amb infants i nadons de 0 a 3 anys

T'agradaria construir un vincle sa amb el teu infant? Sents que no vols repetir patrons però no saps com fer-ho? Aquí trobaràs recursos pràctics per comprendre el teu nadó.

📅 Dimecres 22 d'octubre,
19 de novembre i 3 de desembre
🕒 De 17.30 a 19.00 h
📍 Escola Bressol L'Espiga (Av. Barcelona, 32)
*Places limitades a 10 famílies.
El vostre nadó és benvingut.*

Grup de famílies amb infants de 4 a 11 anys

A vegades et sobrepassen els reptes diaris de la criança: pantalles, conflictes entre germans, sexualitat...? Descobrirem eines per acompanyar-lo en les situacions quotidianes.

📅 Dimecres 29 d'octubre,
12 de novembre i 10 de desembre
🕒 De 18 a 19:30 h
📍 Casal Cívic i Comunitari (C/ Ramon d'Abadal, s/n)
Places limitades a 15 famílies.

Grup de famílies amb adolescents

Vols millorar la comunicació amb el teu fill/a? T'agradaria entendre millor les seves reaccions? Aprendre a transmetre-li seguretat tot potenciant la seva responsabilitat.

📅 Dijous 30 d'octubre, 27 de novembre
i 11 de desembre
🕒 De 18 a 19:30 h
📍 Casal Cívic i Comunitari (C/ Ramon d'Abadal, s/n)
Places limitades a 15 famílies.

Grups tancats.
Places limitades.



Inscripcions obertes a
staperpetua.cat

XERRADES

Obertes a tothom.
Totes les xerrades seran al Casal Cívic
i Comunitari (Ramon d'Abadal s/n).

15 d'octubre a les 18 h Educar sense desesperar-se

Una mirada pràctica i propera per ajudar-vos a criar amb respecte, sense culpa i amb paciència, per educar des de la connexió, la consciència i la constància... no des de la perfecció.

Angèlica Joya. Psicòloga clínica i mare de tres infants, experta en disciplina positiva. Autora del llibre *Educar sin desesperar*.

5 de novembre a les 17.30 h Son, soneta... vine aquí!

Descobrirem com la son influeix en el creixement de les criatures i com crear hàbits i entorns que afavoreixin el descans i el benestar de la família.

Marina Font.
Educatrice social assessora de son infantil

13 de novembre a les 18 h Com aprenem a fer de pares i mares? Els estils parentals, es poden canviar?

Quantes vegades vas pensar jo no ho faré com ho han fet amb mi i després t'has trobat fent o dient el mateix que els teus pares? Com ens marca l'educació rebuda en la maternitat o la paternitat?

Natxa Ruzafa. Psicòloga, il·lustradora, arteterapeuta. Experta en acompanyament emocional d'adolescents. Autora del llibre *¿Cuándo seré suficiente?*

26 de novembre a les 18 h Sembrant l'autoestima des de casa

Descobrirem eines per ajudar els nostres fills i filles a valorar-se, expressar-se amb llibertat i créixer amb seguretat interior i confiança.

Laura Pérez. Psicòloga integradora