

## Hautzaroan eta nerabezaroan aditua dan psikologo batek emondako saioak

**Lekua:**  
Mungia Udaletxea.

### Izen-emotea:

■ **Data:**  
urriaren 23tik zemendiaren 3ra  
arte.

■ **Aurrez aurre:**  
Mungia Udaleko  
Herriarrentzako Arreta  
Bulegoan.

■ **e-mail bidez:**  
gizartekintza@mungia.eus

■ **Telefonoa:** 94.655.87.14

■ **Modulu bakoitza bloke**  
ezbordinatan banatuta dago.  
Ez dago modulu osorako izena  
emon beharrik, bloke  
bakoitxeko baino, bloke  
bakoitxeko saioak alkarri lotuta  
dagoz eta.

■ **Plaza mugatuak:**  
Mungian eta Gizarte  
Zerbitzuen Mungialdeko  
Mankomunitatea osatzen  
daben gainontzeko herrietan  
errol datutako pertsonak  
lehenetsia edukiko dabe  
(Arrieta, Bakio, Gamiz-Fika,  
Laukiz eta Meñaka). Lekua  
egon ezker, beste udal  
batzuetako pertsonak bere  
parte hartu ahal izango dabe.

## Ofrecido por una psicóloga especializada en infancia y adolescencia.

**Lugar:**  
Ayuntamiento de Mungia.

### Inscripción:

■ **Fecha:**  
Del 23 de octubre al 3 de noviembre.

■ **Presencialmente:**  
en la Oficina de Atención Ciudadana  
del Ayuntamiento de Mungia.

■ **Via e-mail:**  
gizartekintza@mungia.eus

■ **Teléfono:** 94.655.87.14

■ Cada módulo se divide en varios  
bloques, por lo que no es necesario  
apuntarse al módulo completo, sino  
que se puede inscribir por bloques, ya  
que las sesiones de cada bloque son  
complementarias.

■ **Plazas limitadas:**  
Tendrán prioridad las personas  
empadronadas en Mungia y en el  
resto de municipios que conforman la  
Mancomunidad Mungialde de  
Servicios Sociales (Arrieta, Bakio,  
Gamiz-Fika, Laukiz, y Meñaka). En  
caso de que existan plazas  
disponibles podrán inscribirse  
personas de otros municipios.



✉ [gizartekintza@mungia.eus](mailto:gizartekintza@mungia.eus)

☎ 94.655.87.14



Adikzioen Prebentziorako Zerbitzua  
Servicio de Prevención de Adicciones



**6 eta 12**  
URTE BITARTEKO  
UMEEN GURASOAK

FAMILIAS  
CON HIJAS E HIJOS  
**de 12 a 16**  
años

6 eta 12 urte bitarteko  
umeen gurasoak  
Horario: 17:30- 19:00 (lunes)

Las sesiones de los bloques 1 y 2 serán en euskera  
y las del bloque 3 en castellano.

**1.BLOKEA: adimen emozionala  
eta osasun mentala bultzatu.**

Zelan lagundu emozinoen  
kudeaketa ona egiten? Zelan lotu  
emozionalki nire seme alabakaz?  
Zergaitik da hain garrantzitsua eta  
zer emoten deusku adimen  
emozionala izateak? Zelan  
sustatu geinke euren osasun  
mentalak?

Urtarrilak 12

Urtarrilak 26

**2. BLOKEA: Alkarbizitza  
sustatzen: arauak eta mugak.**

Zer egin arauak eta mugak  
errespetatu daizan? Zelan jarri  
arauak bete daizan? Zer egingo  
dogu beteten ez dituanean?

Otsailak 9

Otsailak 23

**BLOQUE 3: Hablemos de sexo,  
igualdad y relaciones**

¿Cómo acompañarles en la  
pubertad? ¿Qué le digo sobre el  
sexo y cómo? ¿Ven porno a estas  
edades? ¿Qué saben sobre el  
sexo? ¿Qué herramientas puedo  
utilizar para educar en igualdad?  
¿Cómo ofrecer modelos  
alternativos desde la  
coeducación y el buen trato?  
¿Cómo prevenir que sea víctima o  
que ejerza violencia?

2 de marzo

16 de marzo

Familias con hijas e hijos  
de 12 a 16 años  
Horario: 18:00 – 19:30  
(Jueves)

Las sesiones de este módulo serán en castellano

**BLOQUE 1: etapa de cambios y retos:  
atendamos la salud mental.**

¿Cómo le acompaño en esta etapa tan  
compleja? ¿Cómo favorecer su autoestima e  
inteligencia emocional? ¿Qué necesito saber  
para facilitarle el camino y prevenir problemas  
de salud mental? ¿Cómo puedo saber si  
necesita ayuda profesional?

4 noviembre

18 noviembre

**BLOQUE 2: comunicación, comprensión y  
respeto en familia.**

¿Cómo se comunican las y los  
adolescentes? ¿Qué códigos y qué lenguaje  
utilizan? ¿Cómo poner normas y límites para que  
los respete? ¿Funciona el control parental? No  
quiere ni hablar, ¿qué hacemos? ¿Cómo hacer  
que confíe en mí y se abra?

2 diciembre

16 diciembre

**BLOQUE 3: Internet, pantallas y redes  
sociales.**

¿Qué redes sociales utilizan, para qué y cómo?  
¿Cómo favorecer un uso adecuado de las  
pantallas? ¿Cómo prevenir los riesgos de  
internet y usarlos a nuestro favor? ¿Funciona el  
control parental? ¿Y la violencia digital? ¿Qué  
hacer si creo que está en riesgo? ¿Y el bullying y  
ciberbullying?

13 de enero

27 de enero

**BLOQUE 4: consumos y adicción.**

¿Cómo prevenir consumos problemáticos  
desde la familia? ¿Cómo responder si me  
entero de que consume? ¿Y si empieza a  
juntarse con chicas y chicos que consumen?  
¿Qué nuevas formas de consumo se dan en la  
juventud? ¿Y qué pasa con los consumos  
problemáticos o adicciones sin sustancia?  
¿Cómo abordar esto desde casa?

10 de febrero

24 de febrero

**BLOQUE 5: porno, sexualidad y relaciones  
afectivas.**

¿Cómo actuar ante las primeras relaciones  
sexuales? ¿Qué debemos decirle en casa?  
¿Cómo ofrecer un modelo sano desde la  
educación sexual? ¿Cómo hablar de sexualidad  
en casa y para qué? ¿Y qué hacemos con el  
porno? ¿Cómo acompañar en la construcción  
de relaciones de buen trato? ¿Cómo identificar  
que algo no va bien en la relación y qué hacer  
ante ello?

10 de marzo

24 de marzo