



XERRADES GRATUÏTES

PLACES LIMITADES



# JOVES i FAMILIA

## III CICLE DE XERRADES

### Oficina Jove del Pla d'Urgell

**DIJOURS  
4 OCTUBRE**

De 20h a 21:30h

per  
GEMMA SOLÉ

**Una bona autoestima: la clau per ajudar a superar les dificultats dels nostres fills i filles.**

**DIJOURS  
11 OCTUBRE**

De 20h a 21:30h

per  
GEMMA SOLÉ

**Com podem establir una bona comunicació amb els joves? Saber escoltar i que ens escoltin.**

**DIJOURS  
18 OCTUBRE**

De 20h a 21:30h

per  
GEMMA SOLÉ

**Què es considera normal i que no en l'adolescència? Com detectar dificultats importants com l'assetjament escolar, addiccions i trastorns alimentaris.**

**DIJOURS  
25 OCTUBRE**

De 20h a 21:30h

per  
XAVIER MUÑOZ

**L'encaix dels/les nostres fills/es enfront les pèrdues significatives (mort, separació, noves parelles,...)**

#### CURRICULUM DELS NOSTRES PONENTS

**GEMMA SOLÉ CARVAJAL** - Psicòloga sanitària i coordinadora del Programa Crèixer en Família. Postgraduada en trastorns afectius i d'ansietat (UAB). Màster en Psicologia. Analítica Junguiana (UAB).

**XAVIER MUÑOZ GALLEGRO - MARINÉ** - Dr. en psicologia. Membre de l'equip directiu i assistencial de l'assoc. Respira de les Terres de Lleida, vida, mort i dol. Director de tallers per a persones en dol i personal sanitari, autor del llibre "El camí del dol".

#### INSCRIPCIONS i INFORMACIÓ:

**Oficina Jove del Pla d'Urgell**

Grup La Forestal d'Urgell, 3 baixos - MOLLERUSSA

Telèfon: 973 60 09 57 [pladurgell@oficinajove.cat](mailto:pladurgell@oficinajove.cat)