



Comune di Lecco



FAMILY SKILLS

RIVOLTO A PAPÀ E MAMME CON FIGLI ADOLESCENTI

**11, 18, 25 febbraio, 4 marzo
h 20.30-22.30**

**Centro Pertini - LECCO
via dell'Eremo, 28**

per iscriverti clicca qui
o inquadra il QRcode
entro il 4 febbraio



per informazioni

lifeskill@ats-brianza.it 039-3940248

SITO FAMILY SKILLS <https://bit.ly/familyskillsatsbrianza>

COS'È FAMILY SKILLS?

Family Skills è un programma di Promozione della Salute di ATS Brianza. Si basa sulla conoscenza e l'**allenamento delle Life Skills**, abilità di vita riconosciute dall'Organizzazione Mondiale della Sanità come importanti fattori protettivi per la Salute (empatia, comunicazione, consapevolezza, capacità di risolvere i problemi, prendere decisioni, gestire emozioni come la rabbia e l'ansia).

- Family Skills **si focalizza sulle risorse delle persone**, non sui problemi, potenziando le abilità personali e genitoriali
- È un'occasione per **sviluppare abilità di vita utili al ruolo genitoriale** specifiche per la fase adolescenziale
- È un'occasione di **confronto e scambio tra pari** che vivono quotidianamente dinamiche simili
- Negli incontri si tratteranno tematiche centrali in questa fase evolutiva quali la **comunicazione genitori-figli, la risoluzione dei conflitti e la gestione di ansia e rabbia**

PERCHÉ ADERIRE?

CHI SONO I DESTINATARI?

Il percorso Family Skills, in questa edizione, è rivolto a mamme e papà con figli adolescenti. È possibile la partecipazione di un solo genitore o di entrambi. **La partecipazione è gratuita, previa iscrizione.**

Family Skills si propone di:

- favorire l'acquisizione pratica di Life Skills, generative di **comportamenti positivi e salutari** per sé e per i propri figli
- diffondere il modello educativo promozionale delle Life Skills
- **potenziare il benessere genitoriale** nella fase delicata adolescenziale
- aumentare le capacità per **instaurare relazioni sane e positive**, dando spunti anche per **gestire conflitti in modo salutare**
- acquisire capacità di **comunicazione efficace** al fine di gestire conversazioni e confronti complessi

QUALI SONO LE FINALITÀ?

CHE METODI UTILIZZA?

I formatori utilizzano **modalità attive**: esercizi pratici, simulazioni, in cui ognuno può mettersi in gioco con gradualità e seguendo i propri tempi. L'apprendimento avviene in un **contesto non giudicante e giocoso**, in cui i partecipanti riferiscono di sentirsi a proprio agio e di acquisire strumenti efficaci e spendibili da subito nella quotidianità.

Professionisti nell'ambito della promozione della salute (psicologi, educatori, pedagogisti, assistenti sociali e sanitari), con la possibilità di affiancamento da parte di genitori già formati.

CHI SONO I FORMATORI?