



Um espaço de formação para famílias, com o objectivo de ajudar os pais a serem mais competentes a nível emocional e na relação parental.



### **Nesta escola poderá:**

- Desenvolver competências emocionais;
- Desenvolver um estilo assertivo para melhorar as suas relações interpessoais;
- Aprender a estabelecer relações mais assertivas com os seus filhos;
- Desenvolver a capacidade de resolver conflitos;
- Melhorar a comunicação na família;
- Aprender a intervir com o seu filho;
- Conhecer estratégias para melhorar competências parentais.

Duração da Formação: 30 a 50 horas (1 vez por semana: horário a combinar com os formandos)



APOIOS:

Câmara Municipal de Alfândega da Fé

**Inscreva-se grátis na Biblioteca Municipal (até 15 de Fevereiro).**

**Início previsto da Formação:**

**Final de Fevereiro**