

# EDUCARE CON EMPATIA



Come relazionarci con i nostri figli?  
Come aiutarli a gestire la rabbia e altre emozioni forti?  
Come affrontare i conflitti?  
Come aiutare i figli a diventare adulti consapevoli,  
che vivono bene con se stessi e con gli altri?

**Partecipa gratuitamente con i tuoi bimbi agli incontri!**



Come genitori desideriamo offrire la miglior educazione possibile ai nostri figli per guidarli nel viaggio che li porterà dall'infanzia all'età adulta. Un compito che risulta a volte più complesso di quello che ci immaginiamo.

Ne parleremo con Elena Bernasconi Tabellini, mamma, consulente di comunicazione e formatrice certificata del Centro Internazionale di Comunicazione Nonviolenta: [www.backtoempathy.com](http://www.backtoempathy.com)

**TEMI INDICATIVI, approfondimento secondo gli stimoli portati dai presenti:**

**GIOVEDÌ 11 APRILE 2024 - 20.00-22.00**  
**LE SORPRENDENTI FUNZIONI DELLA RABBIA...DEI GENITORI**

**MARTEDÌ 16 APRILE 2024 - 20.00-22.00**  
**COME LITIGHIAMO TRA PARTNER... COSÌ LITIGHERANNO I NOSTRI FIGLI?**

**MARTEDÌ 23 APRILE 2024 - 20.00-22.00**  
**IL TEAM FAMIGLIA: ESSERE PRESENTI PER I FIGLI PRENDENDOSI CURA DÈ E RECIPROCAMENTE**

**MERCOLEDÌ 8 MAGGIO 2024 - 20.00-22.00**  
**SCAMBI DI EMPATIA TRA GENITORI PER MAGGIOR BENESSERE: ESERCITIAMOCI INSIEME**

Luogo degli incontri: 8HZ Family Coworking,  
Via Pian Scairolo 8, Pambio Noranco (Lugano)  
Info e prenotazioni: 076 430 75 93  
Incontri gratuiti! Più info su [www.empa-ti.org](http://www.empa-ti.org)

Progetto sostenuto dal Programma cantonale di promozione dei diritti, di prevenzione della violenza e di protezione dei bambini e giovani



Dipartimento della sanità e della socialità