

Honen bitartez adierazi nahi dizuegu datorren azaroan GURASOEKIN eta GAZTEEKIN programen edizio berria hasiko dela, 2020/21 ikasturtean garatuko direnak. Programa hauen bitartez babes-talde desberdinak abiarazten dira, non aitek zein amek alde batetik, eta nerabeek bestetik, beren esperientziak eta zalantzak partekatu eta orientazioa eta laguntza aurkitzen duten.

Gaur egun bizi dugun egoera berezia dela eta, udalaren gidalerroei jarraituz, parte-hartzaileen segurtasuna bermatu ahal izateko, aurren taldeak murriztagoak izango dira: taldeko 9 parte-hartzaile gehienez eta psikologo bat.

Programak doakoak dira eta bere saioak Palmera Montero guneko aretoetan garatuko dira.

## GURASOEKIN

Programa honek Gurasotasun Positiboa bultzatzen du, hau da, guraso eta seme-alaben arteko afektibitate loturak sustatzen ditu, estimulazio eta laguntza eskainiz, eta gurasoek mugak jartzen jakitea eta bere seme-alabei inolako bortizkeririk gabeko heziketa emateko laguntzen duena, Haurtzaroren Eskubideak errespetatuz. Laburbilduz, psikohezitzaile errekurso bat, prebentziozko izakerarekin eta familiko kideen garapen sustapenerako. Zeren seme-alabak instrukzio eskulibururik gabe iristen dira.

Taldeak haur eta gazteen eboluzio-etaparen arabera banatzen dira:

- 0-5 urte bitarteko seme-alabak dituzten gurasoak,
- 6 eta 11 urte bitarteko adingabeak dituzten gurasoak
- Nerabeen gurasoak (12 aurrerantzean)
- Era berean, asteko maiztasun-taldeakdaude, laguntza gehiago behar duten gurasoentzat.

## GAZTEEKIN

12 eta 14 urte bitarteko nerabeentzako trebetasun-tailerrak alde batetik, eta bestetik 15 eta 17 urteko bitarteko nerabeentzako Laguntza Taldea.

• **Tailerretan Bizitzarako trebetasunak** esaten zaizenak ikasi eta landuko dituzte: sentimenduak eta emozioak maneiatzeko trebetasunak, trebetasun kognitiboak eta

Por medio de la presente queremos comunicarles que en noviembre dará inicio una nueva edición de los programas GURASOEKIN y GAZTEEKIN, que se desarrollarán durante el curso 2020/21. A través de estos programas se ponen en marcha diferentes grupos de apoyo, donde padres y madres por un lado, y adolescentes por otro, pueden compartir sus dudas y experiencias y encontrar orientación y ayuda.

Debido a la especial situación que actualmente estamos viviendo, siguiendo las directrices del ayuntamiento, para poder garantizar la seguridad de las personas participantes, este año los grupos serán más reducidos, con un máximo de 9 participantes por grupo y un/a psicólogo/a.

Los programas son gratuitos y desarrollarán sus sesiones en la Salas del Centro de Palmera Montero.

## GURASOEKIN

Este programa fomenta la Parentalidad Positiva, es decir aquella que fomenta los vínculos afectivos de padres y madres con sus hijos e hijas, a la vez que les ofrecen estimulación y apoyo, que contribuye a que padres y madres sepan poner límites y eduquen a los hijos e hijas sin utilizar ninguna forma de violencia, respetando los Derechos de la Infancia. En resumen, un recurso psicoeducativo, de carácter preventivo y de promoción del desarrollo de los miembros de la familia. Porque ni los hijos, ni las hijas, vienen con manual de instrucciones.

Los grupos se dividen en función de la etapa evolutiva de los/las menores:

- Padres y madres con hijos e hijas de 0 a 5 años,
- Padres y madres con menores entre 6 y 11 años
- Padres y madres de adolescentes (12 en adelante)
- Asimismo, existen grupos de frecuencia semanal, dirigidos a padres y madres con mayor necesidad de apoyo.

## GAZTEEKIN

Talleres de habilidades dirigidos a adolescentes de entre 12 y 14 años y el Grupo de Apoyo a adolescentes dirigido a jóvenes de entre 15 y 17 años.

• En los **Talleres** aprenderán y ejercitarán las denominadas **Habilidades para la Vida:** habilidades para el manejo de sentimientos y emociones, destrezas cognitivas y de pensamiento,

pentsamenduari dagozkionak eta harremanak izateko eta komunikazioari lotuak daudenak.

- **Laguntza Taldea** talde txikia eta konfidentziala da; bertan nerabeek gogoeta egiteko eta esperientziak partekatzeko aukera izango dute.

Bi jarduerak zuzentzen nerabeekin lan egiten esperientzia handia duten psikologoak arituko dira.

Programa hauek interesgarriak izan ahal zaizunez gero, zure kolaborazioa eskatzen dugu informazio hau zabaltzeko eta nerabe eta gurasoak parte hartzera animatzeko.

Izen-emateko epea urriaren 15a arte izango da zabalik eta [www.irun.org/azkenegunakhonetarako](http://www.irun.org/azkenegunakhonetarako) helbidean egin ahalko da edo 943 505152 (010) telefonora deituaz.

Bi programei buruzko edozein galdera edo zalantza argitzeko 943 50 53 66 telefonora (Irene Hernandez) dei dezakezue.

Adeitasunez,

y habilidades de comunicación

- **El Grupo de Apoyo** es un espacio de grupo reducido y confidencial donde los y las adolescentes pueden reflexionar y compartir experiencias.

Ambas actividades están conducidas por profesionales de la psicología, de gran experiencia en el trabajo con adolescentes.

Dado que estos programas puede ser de su interés, solicitamos su colaboración difundiendo la información y animando a los y las adolescentes, así como a sus padres y madres, a participar.

El plazo para la inscripción estará abierto hasta el 15 de octubre y puede realizarse a través de la web municipal [www.irun.org/ultimosdiaspara](http://www.irun.org/ultimosdiaspara) o llamando al teléfono 943505152 (010).

Para cualquier duda o aclaración sobre ambos programas, pueden llamar al teléfono: 943 50 53 66 (Irene Hernandez)

Atentamente,

**Gizarte Ongizateko Ordezkarria**  
**Delegada de Bienestar Social**



Sin. / Fdo.: **Cristina Laborda**