

## Talleres para Centros educativos

01



### **Cuerpo y Confianza: acompañando en la construcción de una imagen corporal saludable en la adolescencia**

Un espacio para que las personas adultas reflexionen y adquieran herramientas que contrarresten los efectos de los estándares sociales y fomentar el amor propio.

02



### **Resiliencia parental: cómo mantener la calma en momentos difíciles**

Este taller ofrece estrategias prácticas para que las personas educadoras y cuidadoras gestionen el estrés y mantengan la calma ante los desafíos cotidianos, construyendo un entorno más positivo y equilibrado para sus familias.

03



### **¿Dónde coloco estos gritos? Cómo fomentar la colaboración en casa**

Una guía práctica para establecer dinámicas familiares donde la comunicación efectiva y la cooperación reemplacen el conflicto. Se explorarán formas creativas de delegar responsabilidades y fortalecer la empatía en el hogar.

04



### **Reescribiendo roles: haciendo de la Corresponsabilidad una realidad**

Este taller invita al alumnado a explorar el valor de compartir las responsabilidades en el hogar, comprendiendo cómo la corresponsabilidad contribuye al equilibrio y bienestar de todas las personas convivientes.

05



## Conócete, Cuídate: construyendo relaciones afectivas sanas

Este taller busca ayudar a los jóvenes a identificar las primeras señales de violencia de género y desarrollar una idea de relación basada en el respeto mutuo y la confianza.

06



## Jugar a ordenar en familia

Este taller ofrece una experiencia divertida y educativa en familia, donde aprenderán a organizar el hogar de manera colaborativa. A través del juego, se enseñarán estrategias de orden y responsabilidades compartidas, fortaleciendo los lazos familiares y promoviendo la importancia del trabajo en equipo.

07



## Videoforum: "El orden de las cosas"

Visualización de este corto que a través de poderosas metáforas visuales, ilustra la experiencia emocional de una mujer maltratada. El objetivo es sensibilizar al alumnado sobre la importancia de reconocer las primeras señales de abuso para evitar su escalada y promover la prevención en situaciones de violencia.

08



## Amar tu cuerpo tal como es: un camino hacia la aceptación

Este taller tiene como objetivo promover entre la juventud la aceptación y el respeto por el propio cuerpo, más allá de los estándares de belleza impuestos externamente. Se busca fortalecer la autoestima y el bienestar general de las personas participantes.