

# 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)

I TEMI SONO INDICATIVI - approfondimenti secondo gli stimoli portati dai presenti.

Lunedì 10 marzo 2025 - 9.30-11.00

**EMOZIONI QUESTE SCONOSCIUTE: COME GESTIRE RABBIA, URLA, MORSI**

Lunedì 24 marzo 2025 - 9.30-11.00

**CONFLITTI E GELOSIE: COME GESTIRLI?**

Lunedì 31 marzo 2025 - 9.30-11.00

**DIRE DI NO SENZA SGOLARSI**

Luogo degli incontri:  
Ex Stallone, via Lavizzari 8, Bellinzona  
Per info 079 714 25 49

NECESSARIA ISCRIZIONE ENTRO IL 28.2.2025:  
<https://forms.gle/9jY8FDoX8gt3S8699>