

Buscan apuntalar a la familia con curso formativo

Abordarán tres temas: familia, pareja e hijos en tres sesiones: 2, 9 y 16 de junio

Ante tantos problemas y limitaciones que imperan en la sociedad actual, y si se busca que las familias vivan y se desarrollen sana y felizmente, es imprescindible la capacitación de sus miembros. Por ello, la Universidad de Guadalajara, por medio del Departamento de Clínicas de Salud Mental, organiza el II Congreso Ciudadano en Pro de las Familias los sábados 2, 9 y 16 de junio.

El curso formativo, que es impartido por expertos del Colegio de Profesionales de la Psicología del Estado de Jalisco, tiene tres principales temas a desarrollar. En la primera sesión está enfocado a la familia, con temas como: ¿Cómo impacta el estrés en las relaciones familiares?, ¿Cómo dormir con calidad?, ¿Cómo promover hábitos alimenticios saludables en la familia?

También se verá: la actividad física, el deporte y la recreación para el desarrollo de la salud en la familia, la vivienda y su impacto en las relaciones familiares. ¿Cómo preservar la salud oral de los miembros de nuestra familia?, ¿Cómo aplicar los primeros auxilios en el hogar? y ¿cómo lograr acuerdos en la familia a través de la negociación?

Otro tema será la pareja, con temas como: los quehaceres domésticos y la crianza de los hijos, ¡Piensa...luego actúa!, aprendiendo a controlar nuestros impulsos. ¿Qué hacer cuando llega un hijo con discapacidad? El manejo inteligente de la separación y el divorcio, ¿cómo relacionarnos adecuadamente con nuestros padres? La creatividad en las relaciones de pareja y ¿cómo practicar relaciones sexuales responsables y placenteras?

Por supuesto que el curso toca el tema de los hijos: el proceso de desarrollo de nuestros hijos: sus necesidades, sus problemas y alternativas para relacionarnos adecuadamente. ¿Cómo fortalecer la autoestima de nuestros hijos? ¿Cómo desarrollar la asertividad en nuestros hijos? ¿Cómo estimular la creatividad en nuestros hijos? ¿Cómo podemos prevenir las agresiones sexuales a nuestros hijos? Los amigos de nuestros hijos: ¿Factor de riesgo o factor protector y nuestros hijos y el consumo de alcohol.

Las personas interesadas pueden solicitar más información y/o inscribirse al congreso aportando solo 1 kilo de arroz o de frijol o de lentejas o de azúcar o 1 botella de aceite o 2 latas de atún (sin caducar) por persona que serán distribuidos en comunidades con precariedad económica. Lo pueden hacer en: Departamento de Clínicas de Salud Mental, Sierra Nevada 950, colonia Independencia, teléfono: 10 58 52 00 ext. 33738. Correo electrónico: red_ciu@yahoo.com.mx [1].

Guadalajara, Jal., 1 de junio de 2012

Texto: Juan Carrillo Armenta

Fotografía: Internet

Edición de noticias en la web: Lupita Cárdenas Cuevas

Etiquetas:

[Congreso Ciudadano en Pro de las Familias](#) [2]

URL Fuente: <https://comsoc.udg.mx/noticia/buscan-apuntalar-la-familia-con-curso-formativo>

Links

[1] mailto:red_ciu@yahoo.com.mx

[2] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/congreso-ciudadano-en-pro-de-las-familias>