Parentalidade & Emoções



Psicólogos e investigadores da Universidade Lusófona estão a adaptar e avaliar o **Tuning in to Kids®** em Portugal – um programa destinado a ajudar mães, pais e outros cuidadores a melhor compreender e lidar com as suas próprias emoções e as das crianças. É um programa mundialmente implementado com **eficácia cientificamente** comprovada na **promoção do bem-estar parental e infantil** e no **fortalecimento da relação pais-filhos.**

Pais/mães/outros responsáveis legais com mais de 18 anos

Com crianças entre os 3 e 6 anos (pré-escolar)

Localização e horário a definir de acordo com as disponibilidades dos participantes (Distrito ou Área Metropolitana de Lisboa)

Recrutamento em curso

Os grupos decorrerão ao longo dos próximos meses

6 sessões (1 por semana), cada uma com duração de 2 horas

em grupo (com outros pais)

Participação gratuita

As sessões serão **apenas com os pais/mães/responsáveis legais**. **Mas poderão trazer as crianças convosco (a partir dos 3 anos).** Participarão em atividades supervisionadas pela nossa equipa.

Para mais informações:

tuningintokidsportugal@gmail.com

915075100 / 960215881

Para pré-inscrições faça scan

Apoios e parceiros: