

Regió7, 25/03/26

Taller a la Cerdanya: com reconnectar amb la família

La iniciativa ofereix eines per reforçar el vincle de parella davant l'impacte de la rutina, la conciliació i el cansament del dia a dia



Una activitat al Cosnell Comarcal / CCC

El **Consell Comarcal** de la Cerdanya ha organitzat un **taller** adreçat a famílies amb fills amb l'objectiu d'ajudar-les a reconnectar les seves **relacions emocionals**, sovint afectades pel ritme quotidià, les obligacions i les dificultats de **conciliació**.

La proposta, titulada *“Hàbits imprescindibles per reconnectar amb la parella sent família”*, vol donar eines pràctiques per afrontar el desgast que pot generar la **rutina**. Segons expliquen els impulsors, el **cansament** i les exigències del dia a dia fan que moltes parelles es vagin desconnectant progressivament, fet que repercuteix en la qualitat de la relació.

El taller anirà a càrrec d'Adrià Sonet, terapeuta Gestalt i fundador del projecte d'acompanyament a pares papadri.com, i abordarà estratègies per reforçar el **vincl**e de parella en el context familiar.

L'activitat tindrà lloc el divendres 17 d'abril, de les 17.30 a les 19 hores, al Centre Cívic de Prats i Sansor. A més, s'oferirà servei de **canguratge** per facilitar l'assistència de les famílies interessades.

La iniciativa s'emmarca en les accions de suport a la **criança** i la corresponsabilitat impulsades des del territori, amb la voluntat de promoure el **benestar** emocional i la qualitat de vida de les famílies. Les **inscripcions** es poden fer prèviament a través del formulari habilitat per l'organització.