

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Presentación del "Maletín de Emergencias"	¿Qué utilizan los niños cuando se enfadan?	Reduce el estrés con Mindfulness, aquí y ahora	Estrategia "Las pompas de jabón"	Vuelve a la serenidad con la técnica de "La rana"	Pon tu foco de atención en lo positivo	Es importante la conexión antes que corrección
Estrategia "La rueda de las opciones"	Herramienta "Mi lugar favorito"	Cómo gestionar las rabietas de tu hijo o tu hija	Cómo ceder o no ceder ante el enfado	4 NOES y 4 SÍES para gestionar rabietas	Te receto muchos abrazos para hoy	Besa a tus hijos como si no hubiera un mañana
Técnica "El disco rayado"	Decir NO sin remordimientos	Casos prácticos y reales	Apagar la televisión y hacer tareas escolares	Los niños no saben tanto como creemos	Hoy toca reír mucho	Desconecta del teléfono móvil por hoy
Soluciona conflictos sin estrés ni castigos	VaHoy irán al baño sin repetirlo mil veces	Comparten sus cosas con los demás	No generalizar comportamientos	Valida sus emociones	Hoy toca cocinar con tus hijos	¡Enhorabuena! has conseguido tus objetivos. Abre el maletín cada vez que lo necesites