

Os centros **Quérote+** apostamos por unha mocidade que poida construír as súas relacións persoais e de parella de modo libre e satisfactorio. Observamos que mozas e mozos atopan dificultades neste eido, que sinten certas presións: a emparellarse, a cambiar, a facer algo sen desexalo, a actuar dunha determinada maneira, etc.

En «Cultivando as relacións» facemos unha analogía entre as prantas e as persoas, xa que ambas comparten moitos elementos para poder desenvolverse e medrar de forma saudable.

Así como varias prantas poden crear un xardín, as persoas podemos crear a nosa rede de amizades e mesmo construír unha relación de parella.

Seguro que sabes como coidar unha pranta. Sabes como coidar e cultivar as túas relacións? Aquí tes algúns ingredientes:

PROPOSTAS DA CAMPAÑA

- No mundo hai moitas e diversas prantas, cada unha é única, ten as súas propias necesidades e ritmos. De non telo en conta pode que muchen ou afoquen!
- Hai prantas con ou sen flor, con e sen raíces, minúsculas e enormes, ás que lle gusta moito a luz e as que buscan a escuridade, trepadoras ou rastreiras... son así, non pretendas cambialas! Coñéceas e decide se queres que formen parte do teu xardín!
- Cada pranta brota e medra nun xardín propio, nace xa rodeada de máis prantas e ingredientes que a enriquecen. Non pretendas illala ou controlala, respecta o seu xardín persoal. En todo caso contribúe ao seu crecemento e enriquecemento!
- Hai prantas que están a gusto rodeadas de moitas prantas, outras prefiren estar a soas e a algunhas de vez en cando formar un xardín. Non é preciso emparellar sempre ás prantas, é unha opción non unha obriga!
- En ocasións o xardín está deteriorado, pensa cal pode ser a causa e a solución, se precisas axuda solicítala. Hai prantas que poden ser venenosas, invasivas e mesmo mortais!
- Respecta a diversidade de prantas e xardíns, ti es unha pranta máis!

Quérote+



Quérote+

Cultivando as Relacións

Cultivando as Relacións

Quérote+



#relacionepositivo

Centros Quérote+

A Coruña	981 223 913	Santiago	881 997 613
Ferrol	981 317 027	Ourense	988 231 470
Lugo	982 241 732	Vigo	986 095 977

<http://xuventude.xunta.es/querote-mais.html>



647 018 752



querotemais.videochamada



@querotemais



@querotemais



querote_mais

Quérote+

galicia



XUNTA
DE GALICIA

Sabes como coidar e cultivar
as tuas relacións?

Quérote+