

Queridos/as socios/as,

En el tercer trimestre del curso, si la pandemia lo permite, continuaremos aumentando la oferta de talleres y actividades dentro del ÁREA PSICOSOCIAL, con el buen trabajo de Natalia, nuestra flamante psicóloga.

Así pues, siguen adelante los Talleres de **Habilidades sociales y emociones** para alumnado de primaria y secundaria y los **Grupos de Ayuda Mutua (GAM)**, tanto para madres y padres de primaria como para Jóvenes Adultos/as. Si estáis interesados en el GAM de padres y madres de adolescentes, no dudéis en inscribiros porque dará comienzo este trimestre si se forma el grupo.

Y como sabéis ha comenzado ya este mes el **TALLER DE TÉCNICAS DE ESTUDIO Y PLANIFICACIÓN DEL TIEMPO**, con gran éxito entre las familias, ya está cubierto el grupo de secundaria y con lista de espera por si se puede formar un segundo grupo.

Os dejamos toda la información referente a cada uno de los talleres a continuación, y os animamos a participar en ellos y en cuantas actividades sea posible realizar en la asociación.

TALLER DE AUTOCONTROL EMOCIONAL Y HABILIDADES SOCIALES (PRIMARIA y ESO)

OBJETIVOS:

- Desarrollar interés por lo que les rodea. Fomentar la motivación, consiguiendo así dirigir su atención hacia el entorno tanto familiar como académico-social.
- Exteriorizar sentimientos positivos-negativos que nazcan en su interior, hasta conseguir que los verbalicen.
- Controlar reacciones externas ante conflictos, dificultades, logros, fracasos, etc.
- Aprender a valorar lo positivo de cada uno/a. Conseguir que lo analicen con objetividad.
- Ser conscientes que desde el respeto y el diálogo se consiguen las cosas, o por lo menos se plantean.
- Habilidades de autogestión emocional.
- Aprender a valorar el ámbito familiar.

El objetivo del taller es dotar a los/as participantes de herramientas que puedan poner en práctica en su día a día, y así mejorar la relación con sus iguales, profesorado y familiares. Se pretende mejorar el comportamiento, la autoestima y el bienestar emocional. Los contenidos de las sesiones se adaptarán a las peculiaridades del grupo, intentando abordar aquellas dificultades específicas que presentan al igual que aquellas que puedan surgir durante el desarrollo del taller.

Se ofertan tres talleres: Primaria 1, Primaria 2, Secundaria 1.

Tercer Trimestre (Abril a Junio): **10 sesiones de 1 hora semanal. Importe de cada taller 140 €.**

	Miércoles	Jueves
18h-19h	Taller Habilidades Sociales 1 Primaria	Taller Habilidades Sociales 1 Secundaria
19h-20h	Taller Habilidades Sociales 2 Primaria	
	Abril: 14, 21, 28 Mayo: 5, 12, 19, 26 Junio: 2, 9, 16	Abril: 15, 22, 29 Mayo: 6, 13, 20, 27 Junio: 3, 10, 17

A TENER EN CUENTA:

Todos los participantes a los talleres deberán aportar junto a la inscripción una valoración psicopedagógica actualizada de los 2 últimos años. Se concertará entrevista (aportando informe).

Los Talleres de Habilidades Sociales, se realizarán cuando haya número suficiente de inscritos para su realización. (Mínimo 3, máximo 6 por grupo)

TALLER DE TÉCNICAS DE ESTUDIO Y PLANIFICACIÓN DEL TIEMPO

OBJETIVOS

- Enseñar técnicas de planificación y gestión del tiempo.
- Control de la agenda y los horarios.
- Técnicas de resumen y esquemas.
- Potenciar el pensamiento reflexivo.
- Reducir la impulsividad cognitiva y conductual.
- Fomentar el razonamiento.
- Mejorar la comprensión del lenguaje.
- Desarrollar estrategias en la resolución de problemas.

La finalidad de estos talleres es dotar a los alumnos de las herramientas necesarias para mejorar la calidad del estudio, promoviendo así una mejora en el rendimiento académico. Se pretende conseguir una mejora en la adquisición de contenidos y mejorar el establecimiento de rutinas y hábitos para potenciar el funcionamiento escolar y reducir el estrés por el que puedan pasar los alumnos durante las épocas de exámenes. Los talleres seguirán un programa llamado "Apoyo al estudio" específico para niños y adolescentes con TDAH.

El taller se divide en 2 grupos:

- **Lunes de 18:00 a 19:00 para el grupo de 5º y 6º de primaria.**
- **Lunes de 19:00 a 20:00 para el grupo de Secundaria. *Completo. Se ha abierto lista de espera.***

Los talleres comenzaran cuando haya un mínimo de 4 alumnos inscritos.

TALLER GRUPO DE AYUDA MUTUA (GAM)

Teniendo en cuenta las necesidades y el interés expresado por familiares de afectados/as de TDAH, os informamos que se va a continuar con los grupos-taller de ayuda mutua para madres y padres de niñas, niños y adolescentes con TDAH y para jóvenes adultos/as.

El objetivo es crear un espacio para compartir inquietudes y dificultades, compartir experiencias de la vida diaria que os preocupen e interfieran en vuestra calidad de vida y en la de vuestras familias.

El taller se realizará **viernes alternos, de 19 a 20:30 h.**

Grupo para padres y madres con hijos/as en **Educación Primaria. (En funcionamiento)**

Grupo para padres y madres de hijos/as **adolescentes.**

El **GAM de jóvenes adultos hasta 26 años, de momento se realiza a través de ZOOM. Los lunes alternos de 16,30 a 17,30 h. (En funcionamiento)**

Los grupos tendrán comienzo cuando haya un mínimo de personas apuntadas (mínimo 4 y máximo 8). Si hubiera demanda, cabe la posibilidad de hacer un taller en horario matinal.

El coste será de 20€/mes, para los grupos de padres.

El coste será de 10€/mes, para los grupos de jóvenes adultos.

Los talleres dirigidos a padres/madres, se realizarán cuando haya el número de inscripciones suficientes para realizar la actividad.

Inscripciones a través del correo: secretaria@apnadah.org.

Indicando: N.º socio, nombre y apellidos del socio, nombre y apellidos del niño/a, curso que está realizando, edad del niño/a y teléfono de contacto.

Si consideráis que alguna actividad cubre vuestras necesidades os podéis poner en contacto con la asociación. Todos los talleres expuestos anteriormente serán llevados a cabo en función del número de personas interesadas.

Lugar de realización de los Talleres:

C/ Azagador de las monjas, 1D, bajo 2
46018 Valencia