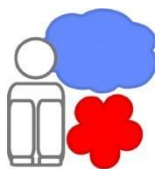


PROPOSTA DE TALLERS ESPECÍFICS

Escolliu 12 tallers dels que us proposem a continuació (anoteu-los al full d'inscripció):

- Estils de Roba
- Tipus de Pentinats - Perruqueria
- Diferents estils d'afaitar-se.
- Higiene dental
- Speed Dating – Not so speed
- Conèixer Amics, Gaudi'm
- Defensar-se davant de diverses situacions amb role-playings
- Saber donar un regal
- Fer autocrítica
- Habilitats de Lligar
- Recursos de planificació familiar
- Targetes de crèdit
- Bricolatge
- Muntar mobles
- Cuinar
- Gestió dels Diners
- Practicar Primers Auxilis
- Alimentació equilibrada, Piràmide alimentària.
- Esports d'equip
- Drogues
- ...
- ...
- ...

El planning definitiu de tallers de Gener a Juny 2016, es concretarà el mes de Desembre 2015. Es realitzarà amb els resultats de l'enquesta d'aquells que s'inscriguin. És important inscriure's el més aviat possible per fer una correcta preparació.



ASSOCIACIÓ SÍNDROME D' ASPERGER CATALUNYA

Parc Sanitari Pere Virgili
Edifici Gregal – Planta Baixa
Av. Vallcarca 169-205
Barcelona (08023)

Programa Home 2.0

Preu

Cost/Taller: 10€/taller soci de numero

Totalitat del Programa: 120 €

El número de places és limitada pel que es recomana fer la preinscripció el més aviat possible.

Per fer la preinscripció, cal lliurar el full de preinscripció a cta.catalunya.alex@gmail.com.

Contacte

Telèfon: 932594145 (deixar missatge) –
933137624 (de 10h a 14h)

E-mail: cta.catalunya.alex@gmail.com

Web: www.aspergercatalunya.cat



HOME 2.0

ASSOCIACIÓ SÍNDROME D' ASPERGER CATALUNYA

Curs 2015-2016

Home 2.0

El Programa Home 2.0 arriba enguany en la seva segona edició, després de la prova pilot realitzada l'any passat. Són uns tallers fets a mida pels nostres joves i adolescents, amb l'objectiu principal de donar eines pel seu dia a dia en un entorn lúdic i de companyerisme.

Es faran 12 Tallers/Trobades amb els joves (de Gener a Juny 2016)

També es faran 3 reunions amb famílies per fer el seguiment dels joves participants (Desembre, Març i Juny 2016).

La proposta de temàtiques s'engloba en aquests tres eixos que es tractaran amb tallers específics entre els mesos de Gener a Juny 2016.

Objectius del programa:

- Oferir un espai de reflexió
- Fomentar una pertinença de grup i cohesió grupal
- Proporcionar models de referència apropiats
- Fomentar un esperit crític davant diferents situacions
- Proporcionar eines de resolució de problemes quotidians i vitals
- Oferir un espai lúdic
- Ajudar en la transició a la vida adulta

EIX 1: APARENÇA I IMATGE

Bloc pensat per promoure hàbits d'higiene personal i bona imatge

Objectius:

- Fomentar els hàbits d'higiene.
- Aprendre i adaptar-se a la moda cultural.
- Oferir estratègies de cura de la imatge personal.
- Conscienciar de la importància de la imatge personal en la societat.
- Sensibilitzar sobre hàbits i comportaments d'higiene.

EIX 2: RELACIONS PERSONALS I ÍNTIMES

Bloc per conèixer les diferents maneres de relacionar-se desde l'amistat fins a la parella, passant per la família.

Objectius:

- Treballar les habilitats socials i comunicatives específiques.
- Conèixer les diferents relacions
- Donar estratègies específiques per cada tipus de relació
- Fomentar les competències socials de relació
- Afrontar situacions de relacions de parella.

EIX 3: ORIENTACIÓ I AUTONOMIA

Bloc per fomentar la autonomia en tots els seus àmbits del seu quotidià

Objectius:

- Augmentar la seva independència.
- Desenvolupar tasques d'autonomia
- Fomentar habilitats socials bàsiques.
- Aprendre a demanar ajuda.
- Gestionar el temps i l'organització.

Calendari

Octubre 2015 – Novembre 2015: Preparació dels tallers

Desembre 2015							Gener 2016							
DI	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg	DI	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg	
		1	2	3	4	5	6				1	2	3	
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	31	
Febrer 2016							Març 2016							
DI	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg	DI	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg	
				5	6	7			1	2	3	4	5	6
8	9	10	11	12	13	14	7	8	9	10	11	12	13	
15	16	17	18	19	20	21	14	15	16	17	18	19	20	
22	23	24	25	26	27	28	21	22	23	24	25	26	27	
29							28	29	30	31				
Abril 2016							Maig 2016							
DI	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg	DI	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg	
				1	2	3							1	
4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	
11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	
18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	
25	26	27	28	29	30		23/ 30	24/ 31	25	26	27	28	29	
Juny 2016														
DI	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg								
		1	2	3	4	5								
6	7	8	9	10	11	12								
13	14	15	16	17	18	19								
20	21	22	23	24	25	26								
27	28	29	30											

Preparació Tallers

Reunió Famílies – Dv 18h a 20h

Tallers Home 2.0 – Dv 18h a 20h



