

## Què és el Tea en Femení?

Espai de trobada amb altres noies on poder fomentar les relacions socials i trobar iguals, del mateix gènere, dins d'un col·lectiu principalment masculí.

Es treballen habilitats socials i comprensió social des d'un punt de vista femení, sense pretendre imposar estereotips, però si buscant una comprensió i reflexió crítica cap a la societat.

Indicat per a noies des dels 13 anys (o recent iniciats els canvis hormonaals) fins adultes. Els diferents tallers s'impartiran en grups reduïts (mín 3, màx 10) segons necessitats, funcionalitat i edat de les participants. S'impartiran a la seu del Parc Sanitari Pere i Virgili en horari de 18h a 20h de la tarda, depenent del grup. Tindran una durada entre 1 i 2 hores segons el grup i taller.



## +ESPACIO D'OCI

Totes aquelles noies que participin de l'edició, farem 4 activitats d'oci (els mesos de novembre, gener, març i maig!

## Preu:

Taller: 10 euros soci de numero

Visita familiar: 22 euros

El preu del taller no inclou l'import del tests. Es cobrarà la totalitat del curs a l'inici. No es reemborsaran les baixes un cop lliuat el full d'inscripció

## Pre-Inscripció:

Nom: \_\_\_\_\_ Edat: \_\_\_\_\_

Soci de NUMERO.....

Telef. Contacte:

e-mail:

Estic interessat en participar als taller:

Bloc 1 (4 tallers)  Bloc 2 (6 tallers)

Bloc 3 (6 tallers)

Tinc disponibilitat de 18-20h:

Dilluns  Dimarts  Dimecres  Dijous  Divendres

Nota: Ens posarem en contacte amb vosaltres per confirmar-vos dels grups, horaris i dies segons les inscripcions rebudes.

Acceptem les condicions indicades al triptic

Data, lloc, Signatura i DNI

per qualsevol dubte: Laia Peran  
cta.catalunya.peran@gmail.com

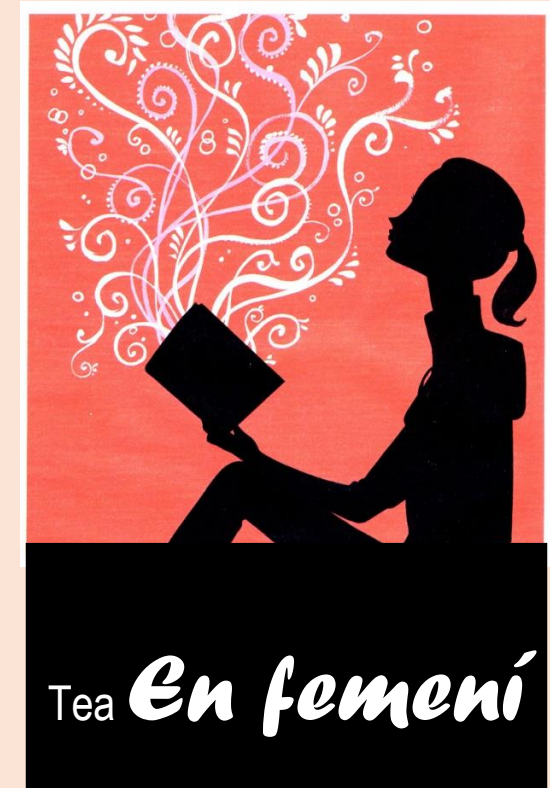


Associació Síndrome d'asperger de Catalunya

Edifici Gregal – Planta Baixa

Av. Vallcarca 169-205

Barcelona (08023)



## BLOC 1: els hàbits bàsics (4 tallers)

A vegades per ganduleria i altres vegades perquè no som prou conscients de la importància que té fer bona olor, anar nets, portar les ungles ben tallades.... Per trobar feina o parella, Fer amics o ser simplement ser acceptades dins el vestuari de dones



### Què treballarem?

- Aprendre a cuidar el nostre cos i conèixer la seva importància a nivell de salut i social.
- Coneixer i promoure l'autonomia en els hàbits d'higiene segons l'època de l'any, etapa del cicle menstrual o estadi del desenvolupament.
- Coneixer i avaluar els nostres hàbits alimentaris.
- Dotar d'estratègies i/o alternatives segons les necessitats específiques de cada una i del grup.
- Preservar la nostra intimitat.
- Coneixer i provar nous hàbits, productes d'higiene o aliments restringits.
- Normalitzar el cos de la dona amb les seves formes, peculiaritats i canvis del desenvolupament.

## BLOC 2: la imatge (6 tallers)

Trobar el nostre propi estil, és feina difícil! Tenim el que ens diuen el altres que ens queda bé, la nostra comoditat i el que a nosaltres realment ens agrada... No es apropiat sempre i ja no sabem com combinar-ho. Tenir en compte, el pentinat, anar ben depilades i tots els complementos i peces de roba ens pot crear un gran embolic!

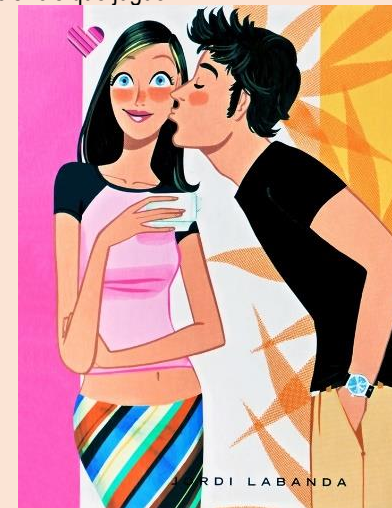


### Què treballarem?

- Conèixer i descriure la pròpia aparença des de diferents punts de vista.
- Com adaptar l'aparença a la situació.
- Combinar diferents cromatismes i estampats.
- Coneixer diferents "estils" estàndards i no estàndards; conseqüències i pensament social "tipificat" i pensament propi crític.
- Aprendre a maquillar-nos, pentinar-nos segons diferents situacions i búsqueda de variació.
- Planificar una compra segons la necessitat: saber escullir segons la planificació previa, ajustar pressupost, triar talles...
- Utilitzar i comprendre la comunicació no verbal en els gestos, postura corporal i la influència que té en l'aparença.

## BLOC 3: les relacions (6 tallers)

Les amistats i relacions són molt importants per nosaltres! Encaixar la conducta apropiada segons el nivell d'intimitat, ens pot fer dubtar a totes! Sovint haurem de posar límits i en altres ocasions haurem de identificar les nostres emocions per entendre els rols que juguem!



### Què treballarem?

- Diferenciar conductes apropiades segons el gènere i grau de relació amb l'altre
- Seqüenciar la creació de noves relacions: amics, parella...
- Detectar segones intencions de l'altra: engany, burles
- Identificar i utilitzar límits personals
- Identificar i respectar els límits dels altres
- Comprendre les relacions de parella i contactes sexuals

