

**Programa Formatiu
per a familiars
de persones amb
discapacitat intel·lectual i
del desenvolupament.**



XERRADES PER A FAMÍLIES ON-LINE

XERRADES ABRIL - MAIG

28 abril - Mindfulness per a Famílies de persones amb discapacitat intel·lectual i del desenvolupament.

Formadora: Angels Ponce. Treballadora Social, Terapeuta familiar i Coach. Especialista en dol i Mindfulness

30 abril - Patrimoni Protegit i Testament

Formador: Genís Boadella. Advocat. Titular del despatx Boadella Esteve advocats. Ha fet diferents col·laboracions amb DINCAT, FEAPS, CERMI i AEFT.

7 maig - Conviure en temps de Confinament

Formador: Eduardo Brignani Psicòleg, psicoterapeuta i coach, amb més de 25 anys de treball amb grups de familiars i de persones amb Discapacitat.

14 maig - Transtorns de Conducta - Eines de Suport Conductual Positiu

Formadora: Laia Campo. Llicenciada en Psicologia, Postgrau en Psicologia Clínica, Màster en Teràpia de Família.

21 maig - Prestacions i Renda 2019 per a Famílies

Formadora: Elsa Salgado. Treballadora Social, Llicenciada en Ciències Polítiques i Sociologia. Tècnica en gestió de prestacions.

28 maig - Institucions legals d'ajut, suport i protecció.

Formador: Jordi Durà. Advocat i vocal del consell de participació de famílies, membre i representat del consell dintre de la junta directiva.

Horari: Dimarts 28 d'abril de 11h a 12:15h i Dijous d'abril i maig de 11h a 12:15h.

La formació tindrà una duració de 45' i després obrirem un torn de 30 minuts perquè pugueu fer preguntes i compartir dubtes. **Enllaç via Zoom: <https://bit.ly/familiesformacio>**

Per a qualsevol dubte trucar a l'àrea de Famílies de Dincat 93.490.16.88 ó per correu amanzano@dincat.cat

**Programa Formatiu
per a familiars
de persones amb discapacitat
intel·lectual i del
desenvolupament.**



TALLERS PER A FAMÍLIES ON-LINE

Massatge per a infants amb discapacitat intel·lectual i del desenvolupament (0-3)

El taller de massatge infantil està dirigit a famílies amb infants petits (0-3 anys)

Formadora: Laia Alamany i Ferré. Presidenta de l'Associació Siara . Especialista en Discapacitat

Beneficis del massatge infantil. Són molts però en destaquem els següents:

- Facilita l'establiment d'un vincle afectiu segur i saludable
- Les respostes del infants durant el massatge pot ajudar a augmentar la confiança dels progenitors
- Millora la circulació sanguínia i limfàtica
- Augment de la consciència corporal de l'infant a través de la vista i el tacte

Beneficis de la realització d'un grup de massatge:

- Compartir l'experiència de la maternitat amb persones que es troben en una situació similar
- Reflexionar col·lectivament sobre les experiències i dubtes que se'ns presenten al dia a dia en relació a la cria dels infants
- Establir xarxa de relacions i de suport mutu.

Durada: 5 sessions , 1 per setmana d'1 hora

Lloc de realització: Aplicació Zoom o similar

Material necessari:

- Oli vegetal per a massatges o en cas de no tenir-ne una crema hidratant el màxim d'inodora possible
- Una esterilla de gimnàs o una manta o edredó tou on seure
- Bolquers i/o roba de recanvi
- Portar roba còmoda per a seure a terra
- Paper i rotulador
- Mòbil, tauleta o ordinador des d'on fer la connexió

Per apuntar-se:

Trucar a l'àrea de Famílies de Dincat 93.490.16.88 ó escriure un mail a l'adreça amanzano@dincat.cat amb el nom de la formació, la edat de l'infant i l'interés per participar.

**Programa Formatiu
per a familiars
de persones amb discapacitat
intel·lectual i del
desenvolupament.**



TALLERS PER A FAMÍLIES ON-LINE

Coaching per a famílies

Aquest taller està adreçat a famílies amb fills i filles amb discapacitat intel·lectual i del desenvolupament.

L'objectiu: contribuir a que puguin assumir amb més recursos interns la situació excepcional de confinament

Formadora: Anna Rosa Martinez. Coach acreditada per l'International Coach Federation (ICF), Treballa amb famílies de persones amb DID. Pàgina Web: www.demareamarecoaching.com/

Amb aquest taller les participants podran:

- Enfortir la seva capacitat de fer-se càrrec de la seva experiència
- Prendre consciència dels recursos de què disposen per superar barreres
- Valorar possibles línies d'acció que els permetin fer els canvis que desitgin
- Entrar en contacte amb la seva joia interior, aquell espai de calma que mai no es pertorba, per vivenciar-lo i per tornar-hi en aquells moments en què els calgui.

El taller online tindrà una durada aproximada de 4 hores, presentats en 7 sessions, que es distribuiran en un període d'uns 15 dies.

Lloc de realització: Grup privat de Facebook

Contingut:

- Mòdul 1 - Introducció
- Mòdul 2 - Coneixes i cobreixes les teves necessitats?
- Mòdul 3 - La realitat, l'únic punt de partida útil
- Mòdul 4 - Fes de la culpabilitat la mare de la responsabilitat
- Mòdul 5 - Estima'l des del respecte
- Mòdul 6 - Gaudeix de la teva Joia Interior!
- Mòdul 7 - Fes del temps el teu aliat!

Per apuntar-se:

Trucar a l'àrea de Famílies de Dincat 93.490.16.88 ó escriure un mail a l'adreça amanzano@dincat.cat amb el nom de la formació i l'interés per participar.