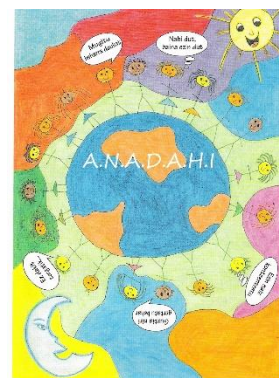


# TALLER PARA FAMILIAS DE ANADAHI



## GESTION EMOCIONAL

### OBJETIVO

**Conocer cómo gestionan las emociones las personas con TDAH. Entender su conducta y dotar de herramientas a las familias para ayudarles a expresarse y no frustrarse emocionalmente.**

### METODOLOGIA:

- **SESION 1: Cómo gestionar emociones en TDAH.**
- **SESION 2: Como es emocionalmente una persona con TDAH.**
- **SESION 3: Herramientas para tranquilizar a una persona con TDAH.**
- **SESION 4: Autorregulación emocional.**
- **SESION 5: Inteligencia emocional (actividad para entrenar IE).**

#### METODO DE INSCRIPCIÓN

Mediante WhatsApp al

665 704 998

- NOMBRE DEL SOCIO/A
- NUMERO DE ASISTENTES

HORARIO: DE 10:00 A 12:00

SABADO 8 DE FEBRERO

SABADO 8 DE MARZO

SABADO 12 DE ABRIL

SABADO 10 DE MAYO

SABADO 14 DE JUNIO

**TALLER GRATUITO PARA SOCIO/AS**

**NO SOCIOS/AS: 50€**