

OFERTA DE OBRADOIROS QUÉROTE+ PARA CONCELLOS E ASOCIACIÓNS

A Consellería de Política Social e Xuventude, a través dos centros Quérote+, oferta para o curso 2022-2023 unha serie de obradoiros de interese para a mocidade.

A entidade poderá solicitar o obradoiro que lle resulte de interese cumprimentando o formulario dixital dispoñible en <http://xuventude.xunta.es/querote-mais>.

Características dos obradoiros:

- Duración: hora e media
- Metodoloxía: dinámica e participativa.
- Grupo mínimo de 10 persoas e máximo 25, que se axusten ás idades indicadas no obradoiro solicitado.
- Organización: o persoal de Quérote+ contactará vía telefónica o antes posible, tras a recepción da solicitude, para acordar a data da actividade. A recepción da mesma non supón a aceptación directa da realización do obradoiro. Os centros Quérote+ darán unha resposta á solicitude en base a diversos criterios operativos: dispoñibilidade de datas, dispoñibilidade horaria, axuste da solicitude ás condicións da oferta, etc.
- Difusión: é tarefa da entidade solicitante a publicidade do obradoiro e garantir o grupo mínimo establecido. Asemade, os medios e recursos precisos (espazo adaptado, ordenador, encerado, altofalantes, conexión a Internet, etc.) serán facilitados pola entidade solicitante.

OFERTA DE OBRADOIROS PARA CONCELLOS E ASOCIACIÓN

FALANDO DA SEXUALIDADE:

Obradoiro sobre educación sexual para adolescentes

Mocidade entre 14 e 16 anos

Neste obradoiro traballaremos desde a visión sexolóxica de que todo ser humano desenvólvese como ser sexuado que é, de aquí a necesidade de que a educación sexual plural e sen exclusións, teña presenza ao longo do ciclo vital de forma que sirva de ferramenta para coñecerse, aceptarse e vivirse satisfactoriamente. Na adolescencia aflora a expresión do desexo, o reclamo da intimidade, as primeiras decisións de compartir ou non encontros sexuais e as condicións nas que se desexa acontezan, as primeiras relacións de parella, e cómpre ter unha información fiable previa para poder sentirse seguros/as para decidir actuar sentíndose coherentes consigo mesmos.

Obxectivos:

- Crear un espazo seguro para poder ter información científica sobre a sexualidade.
- Facilitar a toma de conciencia sobre a responsabilidade nas relacións afectivas.
- Coñecer como previr as consecuencias non desexadas das condutas eróticas.
- Reflexionar sobre os propios desexos e a diversidade existentes.

RE CONECTA: Obradoiro sobre a xestión do mundo virtual e a adición sen substancias

Mocidade entre 14 e 16 anos

Na era tecnolóxica cada vez ocupa máis espazo e importancia o plano virtual das vivencias persoais. As redes sociais e o xogo en liña constitúen un dos espazos de socialización máis significativos para a mocidade. As apostas e as adicións sen substancias están sendo unhas das problemáticas presentes na nosa sociedade en canto a xestión do tempo libre da mocidade. A alfabetización dixital pasa non só por coñecer o funcionamento técnico do mundo virtual senón tamén polos procesos comunicativos e relacións que se dan na súa contorna. Dotar aos mozos e mozas de ferramentas para unha xestión positiva, segura e responsable no mundo virtual é un imperativo socio-educativo do mundo actual.

Obxectivos:

- Reflexionar e analizar o impacto da tecnoloxía na vida diaria.
- Recoñecer as adicións sen substancias e a súas repercusións.
- Impulsar actitudes que promovan un uso positivo da Internet.
- Fomentar hábitos saudables na xestión do ocio e tempo libre .

DIVERS@S:
Obradoiro da diversidade afectivo-sexual

Mocidade entre 16 e 18 anos

O proceso de sexuación, a través do cal nos configuramos como seres sexuados, leva consigo un resultado que se pode resumir nun único adxectivo: diversos/as. Promover o coñecemento e o respecto da diversidade sexual ten como obxectivo prioritario que cada persoa se desenvolva, medre e se constrúa libre de prexuízos e modelos normativos. O obradoiro DIVERS@S baséase primordialmente na introdución de conceptos relativos á identidade sexual e á orientación do desexo, co fin de analizar e diferenciarlos como elementos clave dentro do proceso de sexuación humana.

Obxectivos:

- Dar a coñecer os conceptos relativos á identidade sexual e á orientación do desexo, co fin de analizalos e diferenciarlos como elementos clave dentro do proceso de sexuación humana.
- Visibilizar á diversidade humana fronte os modelos reduccionistas.
- Promover actitudes de respecto na convivencia entre os sexos.

O CUIDADO DOS VÍNCULOS AFECTIVOS: Obradoiro sobre a xestión de parella e vínculos sentimentais

Mocidade entre 18 e 30 anos

Neste obradoiro traballaremos a xestión equilibrada das relacións afectivas, centrándonos especialmente nas relacións de parella. A parella constitúe un sistema de relación complexo que precisa de instrumentos e ferramentas propios e construídos de forma única para cada caso en particular. Os desexos individuais, os desexos de parella, os límites, as expectativas, os tempos, os ritmos, entre outras cousas, son elementos indisociables da relación, que precisan ser xestionados para evitar situacións non desexadas e para promover relacións máis igualitarias, respectuosas e saudables.

Obxectivos:

- Definir os diferentes vínculos afectivos o seu simbolismo e significado.
- Observar como se estruturan os límites nos sistemas de parella.
- Diseñar instrumentos que contribúan ao establecemento de relacións igualitarias, respectuosas e positiva.

CULTIVANDO A AUTOESTIMA:

Obradoiro para o crecemento persoal e reforzamento do autoconcepto

Mocidade entre 14 e 16

Na adolescencia prodúcense cambios significativos en varias esferas da construción persoal nas que a autoestima e a construción do autoconcepto son pezas fundamentais do benestar do individuo. Neste obradoiro procuraremos dotar de ferramentas que axuden ao análise e detección de presións externas e condutas que dificulten o empoderamento e autoxestión emocional. Traballaremos como as redes sociais e diversas aplicacións móbiles poden condicionar os modelos de vida e influír no autoconcepto. Cultivar a autoestima, as habilidades sociais, a expresión emocional, son ferramentas que contribúen positivamente no benestar persoal.

Obxectivos:

- Contribuír á construción dunha imaxe persoal positiva, facendo fincapé en que cada persoa é única e particular.
- Reflexionar sobre as emocións e xestión persoal que facemos.
- Potenciar a adopción e actitudes que promovan o noso benestar e o respecto cara os demais - Potenciar o espírito crítico na análise da información virtual .

REDES FAMILIARES: Educación emocional e sexual na familia

Familias con menores a cargo

Dende os centros Quérote+ avógase polo traballo conxunto e integral cos diferentes axentes educativos implicados directa e indirectamente nos procesos de ensinanza - aprendizaxe. As familias son, sen dúbida, o espazo de socialización por excelencia e o catalizador de todo proceso educativo cos nenos e nenas e cos mozos e mozas. O obradoiro de Redes Familiares ten como finalidade crear un espazo de reflexión no que compartir inquedanzas, dúbidas e dificultades co obxectivo de construír ferramentas educativas que contribúan positivamente no desenvolvemento dos seus fillos e fillas. Neste obradoiro centrarémonos na educación emocional e sexual desde a casa.

Obxectivos:

- Crear un espazo seguro para poder falar das dúbidas, preocupacións e dificultades da crianza sen sentimentos de culpa o xuízos de valor.
- Dotar de coñecementos básicos para a educación sexual.
- Construír de ferramentas que axuden na xestión diaria da educación dos fillos e fillas.