

Estimadas familias,

Como todos los años, después del parón vacacional, comenzamos nuestras terapias psicológicas y espero vuestra presencia, os animo a todos los que no hayáis acudido que probéis a compartir una terapia o un café para salir de vuestra rutina.

Recordaros que los martes atiende individualmente previa petición de hora tanto a personas con daño cerebral como a familiares.

1-Seguiremos con la **terapia grupal de familias**; este grupo tiene como objetivo dar respuestas a las preguntas que nos hacemos después de la fase aguda del DCA y apoyar a las familias en el proceso de afrontamiento de las secuelas y compartir experiencias. Este año haremos hincapié en el desarrollo personal del cuidador principal. **Este grupo es totalmente abierto a nuevas incorporaciones.**

El curso pasado tuvimos video-forum, y psicoeducación sobre el DCA y sus secuelas. Este año seguiremos con la misma dinámica aunque también realizaremos dinámicas grupales y cuentos para reflexionar.

2-Terapia psicológica grupal a personas que tienen DCA, divididos en dos grupos

• **Afectados con conciencia de las secuelas que tienen después del DCA (GRUPO1)**

Objetivos:

- Afrontamiento del déficit
- Desahogo emocional
- Solución de problemas
- Entrenamiento en Habilidades Sociales
- Terapia de relajación.

▪ **Afectados sin conciencia de las secuelas y dificultades para expresarse (GRUPO2)**

En este grupo trataré de forma más directa que expresen las emociones y sus sentimientos después del daño sufrido, trabajaremos la comunicación grupal y el apoyo grupal.

Antes del confinamiento por el COVID, este grupo era muy reducido y después del confinamiento solo acudía 1 persona. **Este curso en principio se va a cerrar el grupo. A no ser que haya 3 personas interesadas, que se volverá abrir.** En este tiempo atenderé individualmente a todas las personas que lo soliciten y también convocaré a personas con DCA para hacer seguimiento.

3- **Grupo de café en Camino**, este proyecto surge como respuesta a una demanda de varios socios que echan de menos reunirse sin motivo terapéutico para hablar y conocerse mejor en un ambiente lúdico y distendido. Pretendemos generar un encuentro y una comunicación en un ámbito informal y que sirva de relajación.

Espero vuestra participación porque considero fundamental que se trabaje la parte emocional y la expresión de los sentimientos y dediquemos un tiempo a nosotros mismos para ello.

Valladolid, 9 de septiembre de 2020

P.D.- Los grupos terapéuticos serán reducidos por el COVID 19, como máximo 5 personas y en el grupo de familias 6 personas. De momento no habrá fiesta de navidad ni de carnaval por la situación que estamos viviendo actualmente; si hubiera cambio os lo notificaremos.

Os adjunto el calendario previsto para el próximo trimestre y año 2021 así sea más fácil recordar nuestra cita.

Un saludo,

María Ángeles García Torres

CALENDARIO 2020

SEPTIEMBRE

| DIA | HORARIO | TERAPIA |
|------------|----------------|----------------|
| 15 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 22 | 16:45-17:30 | GRUPO2 |
| 29 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |

OCTUBRE

| DIA | HORARIO | TERAPIA |
|------------|----------------------------|---------------------------|
| 6 | 16:00-16:45 16:45-17:30 | GRUPO DE CAFÉ GRUPO2 |
| 13 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 20 | 16:45-17:30 | GRUPO2 |
| 27 | 16:00-17:30 17:30-19:00 | GRUPO FAMILIAS GRUPO 1 |

NOVIEMBRE

| DIA | HORARIO | TERAPIA |
|------------|----------------------------|-------------------------|
| 3 | 16:00-16:45 16:45-17:30 | GRUPO DE CAFÉ GRUPO2 |
| 10 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 17 | 16:45-17:30 | GRUPO 2 |
| 21 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |

DICIEMBRE

| DIA | HORARIO | TERAPIA |
|------------|----------------------------|------------------------------------------|
| 1 | 16:00-16:45 16:45-17:30 | GRUPO DE CAFÉ GRUPO2 |
| 15 | 16:00-17:30 17:30-19:00 | GRUPO FAMILIAS |
| 22 | 16:30-19h | Fiesta de navidad si el Covid lo permite |

CALENDARIO 2021

ENERO

| DIA | HORARIO | TERAPIA |
|------------|----------------------------|-------------------------|
| 5 | 16:00-16:45 16:45-17:30 | GRUPO DE CAFÉ GRUPO2 |
| 12 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 126 | 16:45-17:30 | GRUPO2 |
| 28 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |

FEBRERO

| DIA | HORARIO | TERAPIA |
|------------|----------------------------|-------------------------|
| 2 | 16:00-16:45 16:45-17:30 | GRUPO DE CAFÉ GRUPO2 |
| 9 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 16 | 16:45-17:30 | GRUPO2 |
| 23 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |

MARZO

| DIA | HORARIO | TERAPIA |
|------------|----------------------------|-------------------------|
| 2 | 16:00-16:45 16:45-17:30 | GRUPO DE CAFÉ GRUPO2 |
| 9 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 16 | 16:45-17:30 | GRUPO2 |
| 23 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 30 | 16:45-17:30 | GRUPO2 |

ABRIL

| DIA | HORARIO | TERAPIA |
|------------|----------------------------|-------------------------|
| 6 | 16:00-16:45 16:45-17:30 | GRUPO DE CAFÉ GRUPO2 |
| 13 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 20 | 16:45-17:30 | GRUPO2 |
| 27 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |

MAYO

| DIA | HORARIO | TERAPIA |
|------------|----------------------------|-------------------------|
| 4 | 16:00-16:45 16:45-17:30 | GRUPO DE CAFÉ GRUPO2 |
| 11 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 18 | 16:45-17:30 | GRUPO2 |
| 25 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |

JUNIO

| DIA | HORARIO | TERAPIA |
|------------|----------------------------|-------------------------|
| 1 | 16:00-16:45 16:45-17:30 | GRUPO DE CAFÉ GRUPO2 |
| 8 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 15 | 16:45-17:30 | GRUPO2 |
| 22 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 29 | 16:45-17:30 | GRUPO2 |

JULIO

| DIA | HORARIO | TERAPIA |
|------------|----------------------------|------------------------------------------------|
| 6 | 16:00-16:45 16:45-17:30 | GRUPO DE CAFÉ GRUPO2 |
| 13 | 16:00-17:30 | GRUPO FAMILIAS |
| 20 | 16:45-17:30 | GRUPO2 |
| 27 | 16:00-17:30 17:30-19:00 | GRUPO DE FAMILIAS FIESTA DE DESPEDIDA CURSO |