



Actitudes Saludables, Armonía emocional,
Logro de por vida para los adolescentes

AHA! grupos de otoño después de la escuela para adolescentes!
La inscripción comienza en septiembre de 2021

Lunes	Grupo de niñas	4 de oct. - 13 de dic.	4:00 – 5:30 p.m.
Lunes	Grupo todos géneros conectan	4 de oct. - 13 de dic.	4:00 – 5:30 p.m.
Martes	Grupo de aliados	5 de oct. - 14 de dic.	4:00 – 5:30 p.m.
Miércoles	Grupo creativo/musica	6 de oct. - 15 de dic.	4:00 – 5:30 p.m.
Jueves	¡AHA! Peace Builders	7 de oct. - 16 de dic.	4:00 – 5:30 p.m.
Viernes	EQ Vibes Music Group	8 de oct. - 17 de dic.	4:00 – 5:30 p.m.

SOLICITE AQUÍ: <https://ahasb.org/online-application/>

FECHAS DE REUNIÓN DE INSCRIPCIÓN (SOLO PARA ADOLESCENTES NUEVOS)

Al completar la solicitud en línea, elija una de estas fechas en el menú desplegable: 9/14, 9/16, 9/21, o 9/23

DÍA DE ORIENTACIÓN: sábado, el 2 de octubre

Adolescentes nuevos: 10:00 am - 1:00 pm; Adolescentes de vuelta: 10:30 am - 1:00 pm

Los padres recibirán toda la información al dejarlos, Ubicación: TBD

LA GRANJA MÁS PEQUEÑA

La próxima sesión comienza el 18 de septiembre. Los adolescentes se reúnen un sábado por mes de 2:00 a 4:30 pm y reciben un estipendio de \$20 por sábado. La orientación de Zoom en línea para adolescentes y padres se llevará a cabo el 17 de septiembre de 4:00 a 5:00 pm.

Para obtener más información sobre todos los programas de AHA!, comuníquese con la Coordinadora de inscripciones, Perla Sandoval perla.ahasb@gmail.com o por texto al (805) 380-8115.



AHA! | 1209 De La Vina Street, Suite A | Santa Barbara, CA 93101

Bilingual Phone: (805) 252-5826 | ahasb.org | [@aha_sb](https://twitter.com/aha_sb) | enrollment@ahasb.org | (805) 770-7200 Ext. 3

Descripciones de los grupos

Lunes - Grupo de niñas

El grupo de niñas ayuda a las adolescentes identificadas como mujeres a reclamar la belleza de sus cuerpos y les ayuda a tomar decisiones empoderadas en sus relaciones. Proporciona experiencia e información para guiar a las mujeres jóvenes a conocerse a sí mismas y a los demás. Les ayuda a ser auténticas, fuertes y sanas emocionalmente y físicamente. Las participantes aprenden a anticipar las recompensas y las consecuencias de sus elecciones íntimas y a desarrollar una hermandad con otras mujeres jóvenes de su edad que se basa en la confianza, la vulnerabilidad, el respeto y el amor. Abierto a jóvenes en los grados 9-12.

Lunes - Grupo de todos géneros

El grupo más nuevo de AHA! permite a los adolescentes de todo el espectro de género de explorar relaciones saludables y la sexualidad con facilitación hábil. Este grupo ofrece un espacio seguro y valiente de aceptación para que todos los adolescentes se conecten de manera auténtica y vulnerable. Cada semana exploramos temas significativos que enfrentan los jóvenes en su vida diaria: identidad, relaciones, empatía, alianzas y el llamado al autoconocimiento y al amor propio. Al generar seguridad y confianza, este grupo permite a todos explorar la expresión saludable y vivir una vida feliz y equilibrada. Abierto a jóvenes en los grados 9-12.

Martes - Grupo de aliados

El Grupo de aliados guía e inspira a los jóvenes a través de discusiones grupales, actividades interactivas y desarrollo de habilidades sociales, emocionales y para la vida. Practican abordar las diferencias de opinión con curiosidad y empatía, explorando su humanidad compartida y aprendiendo habilidades valiosas para dar y recibir apoyo. Como aliados y miembros de una cultura de grupo fuerte y amorosa, están capacitados para desempeñar un papel importante en la construcción de una comunidad más segura y acogedora. Abierto a jóvenes en los grados 9-12.

Miércoles - Grupo creativo

El grupo creativo es un lugar donde los jóvenes practican la autoconciencia y la expresión creativa a través de diferentes medios artísticos, mientras aprenden a valorar la conexión como la columna vertebral de la creatividad. Este grupo explorará múltiples vías para la expresión creativa, incluida la escritura, el arte visual, la música y la improvisación teatral, con la intención de superar el impulso del "crítico interno" para suprimir nuestras propias voces creativas únicas y alegres. Ya sea que los jóvenes sean artistas con experiencia o que rara vez se hayan dejado expresar artísticamente, todos están bienvenidos y serán celebrados y aceptados por lo que elijan crear. ¡Este grupo es un excelente punto de partida para aquellos que son nuevos en AHA! Abierto a jóvenes en los grados 7-12.

¡AHA! Peace Builders

Peace Builders cree que todos tenemos el potencial de convertirnos en modelos a seguir en nuestra comunidad, y que todo esto requiere práctica y corazón. Este grupo será un lugar para que los adolescentes crezcan socialmente y emocionalmente en un ambiente divertido, seguro y alentador. Los participantes desarrollan habilidades de organización comunitaria a través de experiencias prácticas del mundo real, incluidos proyectos como círculos de conexión comunitaria, limpieza de playas, capacitaciones de habilidades SEL y experimentos sociales significativos, todo con la esperanza de mejorar el sentido de pertenencia de todos en la comunidad. Abierto a jóvenes en los grados 7-12.

Grupo de música EQ Vibes

El grupo de música es una parte fundamental de nuestras vidas, y la preferencia musical es una forma vital de compromiso entre nosotros y el mundo que nos rodea. Este grupo aborda importantes temas socioemocionales a través de la música, explorando cómo se relaciona con nuestra autoexpresión, relaciones, obstáculos de la vida y capacidad para conectar. Compartiremos, apreciaremos e incluso aprenderemos a tocar música en un entorno seguro que fomenta la toma de riesgos saludables. Todos los niveles de músicos y amantes de la música están bienvenidos. Abierto a jóvenes en los grados 9-12.

La Granja más pequeña La Granja más pequeña es una iniciativa educativa de AHA! en que los adolescentes trabajan juntos para crear y mantener una granja orgánica sostenible. Los equipos juveniles de seis se reúnen durante dos horas al mes durante tres meses bajo la supervisión de dos facilitadores del aprendizaje socioemocional de AHA!

En la granja, los adolescentes aprenden sobre la nutrición del suelo, el compostaje, la siembra en hileras, la modificación del suelo, la instalación de riego, la lombricultura (compostaje de lombrices) y el mantenimiento de la tierra mediante el manejo no invasivo de plagas y el manejo no químico de malezas, todo en un contexto de desarrollar habilidades sociales y emocionales. Una vez que nuestros agricultores adolescentes hayan tenido la oportunidad de probar sus cultivos, todos los alimentos cultivados serán donados a las personas necesitadas en nuestra comunidad.