



CHARLAS-TALLER DE CONCIENCIACIÓN SALUD MENTAL

Todas las charlas que realizaremos con los alumnos de secundaria serán en colaboración con la Asociación Salud Mental Corredor del Henares (ASAMEC).

Estas charlas serán impartidas también a la s familias del centro en la Escuela de Familias del AMPA.

1ºESO

Realizaremos un taller para cada clase de primero de la ESO con la psicóloga titulada Blanca Linares Santamaría sobre la gestión emocional y como se expresa el sufrimiento.

2ºESO

Realizaremos un taller con cada una de las clases de segundo de la ESO con la psicóloga titulada Desirée Porcel sobre como tienen que relacionarse, que tipos de abusos hay para que puedan detectarlos.

3ºESO

Realizaremos un taller con cada clase de tercero de la ESO sobre prevención del suicidio que estamos por determinar quién la impartirá y si finalmente será este el tema u otro relacionado con la salud mental.

4ºESO

Charlas informativas, de una duración aproximada de 2 horas, se realiza para todos los alumnos de 4ºESO, impartida por la Plataforma XQ Somos 1+.

Se les hablará a los alumnos y alumnas sobre la definición de salud mental, las limitaciones funcionales que pueden derivarse de la misma y el estigma asociado, con el agravamiento que conlleva en la evolución de las personas. También da consejos, “tips” para mantener una buena salud mental (hábitos regulares y saludables, no consumo de tóxicos, tolerancia a la frustración, gestión del estrés, etc.). Se puede visionar un video y por último se abre un turno de preguntas y comentarios.

En una segunda fecha para hacer talleres experienciales, a través de dinámicas en las que los/as alumnos/as y los/as profesores/as, puedan sentir lo que sienten las personas que tienen síntomas relacionados con las alucinaciones auditivas, los delirios, la sintomatología depresiva, y el rechazo por tener una enfermedad mental. Después de las dinámicas, se abre turno de preguntas y comentarios, y Juan va explicando lo que sea necesario. Tiempo estimado: dos horas.

OBJETIVO: Ayudar, concienciar, empatizar, dar visibilidad a una enfermedad que engloba tantos aspectos de la salud mental.



Ayudar a las familias que no sepan cómo ayudar o ver que su hijo/a pueda tener un problema de salud mental.

Ayudar a los chicos/as que tengan miedo de hablar y contarlo, decirles que estamos aquí, que el centro, sus familias y el AMPA están para apoyarlos y buscar soluciones.

Muchas veces se solucionan problemas con escuchar, entender, empatizar, ponerse en el lugar de los demás.

La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones.

ESCUELA DE FAMILIAS

Realizaremos un taller al mes sobre gestión emocional, enseñanza positiva, como ayudar a nuestros hijos con el estrés la ansiedad... siempre en la medida de nuestras posibilidades y dependiendo de la subvención recibida por el Ayuntamiento.

TALLER DE CREATIVIDAD BERLANGA

Trabajando en conjunto el AMPA y el Centro Educativo, realizaremos el concurso de Creatividad Berlanga para dar continuidad al proyecto que comenzamos en el anterior curso.

Se compone un jurado con representación del AMPA, equipo directivo, profesores, auxiliares administrativos y experto grafitero.

Una vez elegido el dibujo ganador, se procede a realizar el taller con personal cualificado en Grafitis, QUINCE STUDIO, plasmando el dibujo en uno de los muros del centro.

CHOCOLATADA

En Navidad para despedir el año e irnos de vacaciones ofrecemos una chocolatada con churros en colaboración con el centro para toda la comunidad educativa.

JORNADAS CULTURALES

Participaremos en las Jornadas Culturales, aún por definir el taller y la actividad concreta de las Jornadas.



CORTOBERLANGA

Este año realizaremos junto con el Instituto el III Festival de Cortometrajes Infantil y Juvenil CortoBerlanga.

DESAYUNO PROFESORES-PADRES 1ºESO CURSO 2026-2027

Esta actividad va dirigida a los padres de los alumnos de 1ºESO que empiezan en el siguiente curso y a los profesores del centro.

El objetivo de esta actividad es que las familias y los profesores se conozcan, que puedan tener un primer contacto y se pierda ese miedo de las familias al cambio que supone para sus hijos e hijas pasar del colegio al instituto.

FIESTA FIN DE CURSO

Esta actividad va dirigida a todos los alumnos del centro educativo.

El objetivo de esta actividad es que todos despedamos el curso en convivencia tanto los alumnos y alumnas del centro como el profesorado y las familias representadas por la AMPA del Instituto.

ACTIVIDADES, CHARLAS O TALLERES VARIOS

A lo largo del curso pueden surgir otras actividades, charlas o talleres que se podrán realizar con el consentimiento del Equipo Directivo del Centro IES Luis García Berlanga.