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

# AHA! grupos de primavera después de escuela para adolescentes!

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Martes | Grupo de aliados | 22 de feb. - 17 de mayo | 4:00 – 5:30 PM | Jefferson Hall |
| Miércoles | Grupo creativo | 23 de feb. - 18 de mayo | 4:00 – 5:30 PM | Jefferson Hall |
| Jueves GRUPO LLENO | | 20 de enero - 28 de abr. | 4:00 – 6:00 PM | Parish Hall |
| Viernes | EQ Vibes Grupo Musico | 25 de feb. - 20 de mayo | 4:00 – 5:30 PM | Fundación Turner |

## Reuniones de inscripción para NUEVOS adolescentes

**Solicite en línea en: https://ahasb.org/online-application/**

Regístrese para una opción los martes o jueves
**a partir del 11 de enero hasta el 15 de febrero.**

Las reuniones de inscripción están en ZOOM, regístrese en tinyurl.com/enroll2022

¡Todos están bienvenidos a unirse con nosotros para aprender más sobre AHA!

## La orientación (para adolescentes)

el 19 de febrero de 10:00 AM a 12:00 PM en Parish Hall, 1535 Santa Barbara St.

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 | enrollment@ahasb.org | (805) 770-7200 Ext. 3

# Descripciones de los grupos

## Martes – Grupo de aliados

El Grupo Aliado guía e inspira a los jóvenes a través de discusiones de grupo, actividades interactivas y el desarrollo de habilidades socio-emocionales. Practican el acercamiento a las diferencias de opinión con curiosidad y empatía, explorando su humanidad compartida y aprendiendo valiosas habilidades para dar y recibir apoyo. Como aliados y miembros de una cultura de grupo afectuosa y fuerte, están capacitados para desempeñar papeles importantes en la construcción de una comunidad más segura y acogedora. Abierto a jóvenes de los grados 9 a 12.

## Miércoles – Grupo creativo

El Grupo Creativo es un lugar para que los jóvenes practiquen el autoconocimiento y la expresión creativa a través de diferentes medios de arte, mientras aprenden a valorar la conexión como la columna vertebral de la creatividad. Este grupo explorará múltiples vías de expresión creativa, incluyendo la escritura, el arte visual, la música y la improvisación teatral - con la intención de superar el empuje del "crítico interior" para suprimir nuestras propias voces creativas únicas y alegres. Tanto los jóvenes que son artistas con experiencia como los que raramente se dan el permiso de expresarse artísticamente, todos son bienvenidos, y serán celebrados y aceptados por lo que deciden crear.. ¡Este grupo es bueno para aquellos que son nuevos en los grupos de AHA!. Abierto a los jóvenes de los grados 7 a 12.

## Jueves – ¡Cántalo!

Cántalo (Sing It Out) es un grupo único de 12 semanas de autorrealización, resiliencia, construcción de relaciones y expresión artística. Los adolescentes participantes se reúnen con facilitadores y mentores musicales de AHA! para recorrer el camino individual y compartir la trayectoria en encontrar su propia voz e identidad, que culmina con el dominio de una canción solista y un espectáculo (respaldado por una banda de rock en vivo) en el histórico escenario del Teatro Lobero.

Los adolescentes son acompañados por dos miembros del personal que participan con ellos como compañeros que estarán en el mismo camino de vulnerabilidad y crecimiento. El espectáculo final, que ha sido reconocido como "el evento conmovedor del año," ofrece a los participantes un momento para brillar como estrellas ante una audiencia llena y amorosa. No es necesario tener experiencia en canto para participar. Abierto a jóvenes de los grados 9 a 12.

## Viernes – Grupo de música EQ Vibes

La música es una parte fundamental de nuestras vidas, y la preferencia por la música es una forma vital tras lo cual nos relacionamos con otros y el mundo que nos rodea. Este grupo aborda importantes temas socio-emocionales a través de la música, explorando cómo se relaciona con nuestra auto-expresión, las relaciones, los obstáculos de la vida, y la capacidad de conectar. Compartiremos, apreciaremos y tocaremos música en un ambiente seguro que fomenta la toma de riesgos saludables. Todos los niveles de músicos y amantes de la música están bienvenidos. Abierto a jóvenes de los grados 9 a 12.