

PROYECTO NUAT Managua, Nicaragua

Programa de Fortalecimiento para Cuidadores de Personas con Autismo

Agenda de trabajo: Diciembre, 2024 – Mayo, 2025

El *Programa de Fortalecimiento para Cuidadores* es un espacio creado para ti, que entregas amor y esfuerzo al cuidar a alguien con autismo. Sabemos lo desafiante que puede ser y cómo a menudo te sientes agotada, sola o preocupada. Este programa está diseñado para ofrecerte apoyo y herramientas prácticas que mejoren tu bienestar y el de tu familia.

Aquí encontrarás un lugar seguro donde serás escuchada, comprendida y acompañada. Juntos, aprenderemos a enfrentar los retos diarios, fortaleciendo tu capacidad para cuidarte a ti misma y dar lo mejor a quienes amas.

¿Quiénes pueden registrarse en este programa?

Adultos que vivan en cualquier departamento de Nicaragua.
Personas que cuidan y forman parte del entorno de personas con autismo u otras condiciones del neurodesarrollo, incluyendo:

- Madres y padres.
- Abuelos y otros familiares.
- Docentes y acompañantes educativos.
- Cuidadoras y cuidadores esenciales en la vida de la persona con autismo.

Nota: Las fases 3 y 4 se llevarán a cabo de forma presencial en la Ciudad de Managua.

¿Qué encontrarás en este programa?

Fase 1: Grupo Virtual de Fortalecimiento de Adultos – Reuniones quincenales por 6 meses donde abordaremos temas sobre las diferentes áreas que afectan la calidad de vida de las personas con autismo y la de sus familias. Obtendrás herramientas y te acompañaremos a lo largo de todo el proceso.

Número de sesiones: 12 de dos horas cada una
Horario matutino o nocturno para elegir

NO.	FECHA DEL GRUPO	Matutino 9:30 – 11:30 AM	Vespertino 7:00 – 9:00 pm
1.	Miércoles 4 de diciembre, 2024	2 hrs.	2 hrs.
2.	Miércoles 11 de diciembre	2 hrs.	2 hrs.
3.	Martes 14 de enero, 2025	2 hrs.	2 hrs.
4.	Martes 28 de enero	2 hrs.	2 hrs.
5.	Martes 11 de febrero	2 hrs.	2 hrs.
6.	Martes 25 de febrero	2 hrs.	2 hrs.
7.	Martes 11 de marzo	2 hrs.	2 hrs.
8.	Martes 25 de marzo	2 hrs.	2 hrs.
9.	Martes 8 de abril	2 hrs.	2 hrs.

10.	Martes 29 de abril	2 hrs.	2 hrs.
11.	Miércoles 7 de mayo	2 hrs.	2 hrs.
12.	Martes 13 de mayo	2 hrs.	2 hrs.

Fase 2: Taller “Si me cuido, te cuido mejor” – Un taller para soltar preocupaciones, miedos y aprender a cuidar de ti mismo sin culpa.

- Horario: 9:30 am – 11:00 am
- Número de sesiones: 2

Parte 1	Sábado 11 de enero	2.5 horas
Parte 2	Sábado 8 de febrero	2.5 horas

Fase 3: Autismo Pop Café – Un espacio de encuentro para compartir experiencias, aprender de las experiencias de otras personas, sentirte parte de una comunidad que te entiende y generar juntos preguntas y respuestas sobre autismo.

- Fecha: 3 de mayo, 2025
- Horario: 9:30 am – 3:30 pm
- Formato: Presencial
- Duración: 6 horas
- Lugar: Managua, Nicaragua (por definir)

Fase 4: Foro de cuidadores: Experiencias y desafíos en el cuidado de personas con Autismo – Un evento especial donde los participantes del Programa de Fortalecimiento para Cuidadores podrán contar su historia, inspirar a otros y celebrar juntos los logros alcanzados a lo largo del programa.

- Fecha: 4 de mayo, 2025
- Horario: 9:30 am – 2:30 pm
- Formato: Presencial
- Duración: 5 horas
- Lugar: Managua, Nicaragua

Las personas que participen en las 4 fases del Programa de Fortalecimiento de Cuidadores de Personas con Autismo, recibirán un diploma por haber completado el programa y tendrán la oportunidad de compartir su testimonio durante la ceremonia presencial en Managua, Nicaragua.

Este programa gratuito para los participantes y es financiado por el Cabildo de Gran Canaria y la Asociación Mi Hijo y Yo en Islas Canarias, España.

El programa es impartido por Lola Hernández, consejera familiar, formadora de cuidadores y experta en modificación de comportamientos con más de 20 años de experiencia. Es conferencista internacional, creadora de contenidos sobre educación, diversidad en la comunicación y aprendizaje, autismo y otras condiciones, y madre de dos adultos, el mayor de ellos con autismo.