

TDAH des de dins: comprendre per acompanyar més enllà del que es veu (CPP 2026-2027)

Descripció

El seminari pretén oferir una mirada pràctica, humana i professional sobre el trastorn de dèficit d'atenció i hiperactivitat (TDAH). Està pensat per ajudar a entendre millor què implica viure amb aquesta condició i com acompanyar-la des del món educatiu i familiar, des de l'etapa infantil fins a l'etapa adulta.

A través d'una combinació de dinàmiques vivencials i eines aplicables a l'aula, les persones participants descobriran com afecta el TDAH a les funcions executives, l'aprenentatge, la conducta i l'àmbit emocional de les persones afectades pel trastorn. Es proposa un enfocament transformador que activi la consciència, la comprensió i la capacitat d'actuar com a referents positius a les persones participants.

Objectius

Els objectius principals d'aquest seminari són:

- Comprendre què és realment el TDAH i desmuntar falsos mites.
- Posar-se a la pell de l'alumnat amb TDAH per desenvolupar empatia educativa.
- Conèixer els símptomes visibles i invisibles del TDAH, i com impacten dins i fora de l'aula.
- Aplicar estratègies concretes per millorar l'organització, la regulació emocional i la participació de l'alumnat.
- Activar una mirada possibilitadora per acompanyar el potencial de l'alumnat amb TDAH i així reduir el desgast del professorat.

A qui va dirigit

El curs va dirigit a professorat de qualsevol nivell educatiu, futurs docents i estudiants de Ciències de l'educació, professionals que conviuen amb el TDAH a nivell educatiu, familiar o

social i a totes aquelles persones interessades en entendre millor el TDAH per a millorar la seva pràctica o les seves relacions personals.

Metodologia

Aquest curs combina dinàmiques vivencials per experimentar com es viu el TDAH amb reflexions individuals i espais de debat grupal, així com amb eines pràctiques i aplicables. L'enfocament del seminari és actiu i participatiu, amb una mirada professional, propera i adaptada a diferents contextos.

La llengua vehicular del programa és el català.

Professorat

Martí Sala, coach, divulgador i conferenciant especialitzat i diagnosticat amb TDAH.

Amb una trajectòria personal marcada pel TDAH i una formació professional com a divulgador i conferenciant especialitzat amb TDAH, combina coneixement vivència pròpia i estudi amb profunditat. Ha passat per totes les etapes del sistema educatiu i coneix de primera mà els obstacles i oportunitats que poden marcar la diferència. Acompanya persones i institucions a comprendre i gestionar el TDAH amb més claredat, estructura i humanitat.

Programa

Viure amb TDAH: més enllà de la hiperactivitat i la distracció.

- Què és i què no és el TDAH
- Síntomes visibles i invisibles
- Impacte dins i fora de l'aula
- Dinàmica vivencial i espai de reflexió
- Límits clars i adaptacions realistes
- Comunicació educativa que valida i motiva
- Acompanyament emocional i autoregulació
- Eines pràctiques

Durada i calendari

El curs té una durada de 3 hores, que es desenvoluparan en una sola sessió a la Universitat d'Andorra d'acord amb el calendari següent:

- Dimecres 18 de novembre de 2026, de 15.00 h a 18.00 h

Certificació

Les persones que hagin assistit al 80% del curs obtindran un Certificat d'assistència.

Grups reduïts

El nombre màxim d'estudiants és de 20, fet que permet que puguin gaudir d'una atenció personalitzada. En cas que hi hagi més de 20 preinscripcions el procés de selecció serà per ordre d'inscripció.

El curs s'anul·larà si no hi ha un mínim de 8 inscripcions.

Preinscripció i matrícula

Preinscripció: fins al 4 de novembre del 2026.

Matrícula: fins al 11 de novembre del 2026.

Preu: 79 euros. Aquest preu representa el 80% del cost de la matrícula, donat que Creand Fundació en finança el 20% restant. L'estudiantat de formació reglada, el personal de la Universitat d'Andorra, professorat col·laborador i *Alumni* tenen un descompte en la matrícula del 92,5%.

[Formulari de preinscripció](#)

Més informació

Universitat d'Andorra

Plaça de la Germandat, núm. 7

AD600 Sant Julià de Lòria

Tel.: +376 743 000

A/e: seminaris@uda.ad

Organitza



Col·labora



FORMACIÓ CONTINUADA
Cicle de Perfeccionament Professional

Web: <http://www.uda.ad>

