# proyectos socioeducativos

**Actividades de Ocio y Tiempo Libre**
**3º Edad**

Jornadas

Talleres

*Animación Lectora, TIC's, Manualidades, Música, Estimulación Cognitiva y Social, Cocina, Juegos, Cine…*

# jornadas

Convivir, conciliar, colaborar, compartir y cooperar, durante las festividades y tradiciones, propicia una relación de respeto y valoración entre gentes y culturas.

Para ello, proponemos "*Diferentes*" actividades de animación, llenas de innovación, creatividad, sorpresas y emociones, que propician la diversión de tod@s, ocupando el tiempo libre de manera sana y constructiva, a través del tratamiento de temas de interés sociocultural.

Les ofrecemos un gran abanico de Actividades Didácticas, Lúdicas y de Ocio a partir del cual la entidad demandante puede realizar un programa a su gusto, verdaderamente caracterizado por la variedad y la calidad.

Jornadas Deportivas

Jornadas Gastronómicas

Jornadas Multiculturales

Jornadas Teatrales

**Días de…:**

las Personas Mayores, la Comunidad Valenciana,
los Derechos Humanos, la Paz, la Mujer, el Padre, la Madre, la Familia, el Agua, la Salud,
el Libro, la Poesía, el Medio Ambiente, la Madre Tierra, el Arte, los Museos, la Alfabetización,
la Solidaridad…

**Navidad, Reyes, Carnaval, Fallas, Pascua, Primavera, Otoño…**

Diferentes actividades; juegos, populares, cooperativos, talleres didácticos…

Animadores disfrazados de diferentes personajes, y monitores para servir monas de pascua, castañadas, chocolate, buñuelos, y/o repartir regalos a los asistentes.

# talleres

Actividades y talleres de ocio que ayudarán a l@s participantes a crear un hábito práctico de estimulación cognitivo-social mediante fichas, juegos, lecturas y recursos virtuales.

Realizarán ejercicios prácticos que favorecerán la rehabilitación, además de ayudar a mantener, o no perder sus habilidades y capacidades.

Las actividades y recursos que ofrecemos están indicados para que sean útiles a diario y les ayuden a mejorar su calidad de vida personal y social.

Actividades a elegir, para personalizar un completo programa de
**Ocio Integrado y Adaptado**
según las necesidades y preferencias del grupo:

**Enred@rte**

**Cuéntame un Cuento**

**Cocina Intergeneracional**

**Olimpiadas Senior**

**Juego de Sentidos**

**Fábrica de Regalos**

**RecreArte**

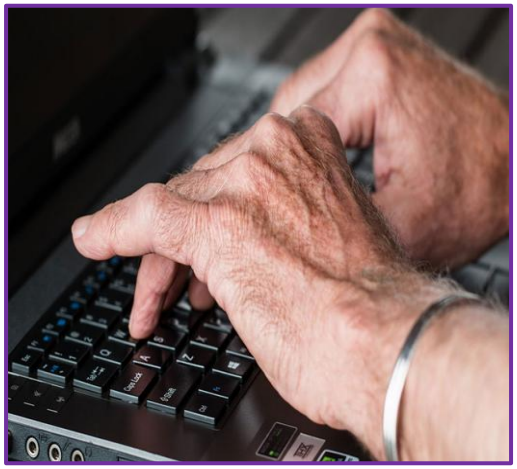
**Ejercita tu Mente**

**Cuída't**

**Aquellos Maravillosos Años**

**Circo con Patas**

**...Y MUCHOS MÁS...**



## Enred@rte

La idea de esta actividad es acercar a los mayores al mundo de las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación puesto que ell@s también están expuestos a esta nueva era.

Encender un ordenador y apagarlo, crear un correo electrónico, enviar mensajes, leer las noticias en internet o encontrar alternativas a su tiempo de ocio e incluso relacionarse con otra gente, son algunas de las actividades que proponemos en una sesión dinámica e interesante que, se puede convertir en varias, dependiendo del ritmo de cada grupo e incluso elaborando un plan personalizado de informática básica para quienes lo deseen.

L@s animadores acompañan a las personas en cada momento contribuyendo con esta actividad a paliar la brecha digital de los mayores respecto a la nuevas tecnologías.

## RecreArte

Taller de creatividad, donde practicarán y aprenderán diferentes técnicas de dibujo, pintura, modelado o escultura… Artes plásticas en donde intervienen la vista y el tacto para apreciarlas, y que estimulan nuestra imaginación y pensamiento. Conocerán las posibilidades de la plástica como elemento de representación para expresar ideas, sentimientos y vivencias.

Además ampliamos el abanico de actividades conociendo también otras formas de arte visual como la ilustración, el cómic, la fotografía o el cine.

UN TALLER CON MUCHO ARTE!

## Cuéntame un Cuento

Esta actividad quiere contribuir a no perder la tradición de los cuentos que se han contado de generación en generación. Con el cuento estimulamos la memoria, la escucha activa, la imaginación y despertamos la curiosidad por la lectura.

El animador interactúa con l@s participantes, motivándoles a recordar y aportando recursos sensitivos que favorecen la atención de éstos. Realizamos la actividad ambientando el espacio, narrando el cuento, o narrando e interpretando. Después de cada cuento daremos unos minutos de descanso, silencio y reflexión, y retomaremos la actividad para que un@ de l@s participantes intente recordar el cuento y contarlo de nuevo con el mayor número de detalles. Al final, tod@s ayudaremos a matizar los detalles que se hayan podido escapar.

Realizaremos actividades de Expresión, Disfraces, Maquillaje, Escenografía y Decorados. Al teatro por su parte se le reconoce por la capacidad formativa, expresiva, comunicativa y terapéutica, promueve y consolida actitudes de colaboración, estimula el espíritu, despliega la inteligencia, potencia la inventiva, libera la fantasía y la creatividad.

.

## Ejercita Tu Mente

Mediante entrenamiento específico, las personas pueden mantener o mejorar el rendimiento en su memoria con respecto a otros años. Esta actividad está ideada como una gymkhana de actividades diversas dónde las personas participantes tienen la oportunidad de experimentar nuevos retos en sus capacidades cognitivo-sociales.

Las actividades que proponemos pretenden captar la atención de l@s asistentes, mediante un atractivo abanico de juegos y pruebas que van desde las sopas de letras, reconocer las horas, montar refraneros, tarjetas *Memory,* responder a preguntas sencillas de nuestra vida diaria como; *¿Cómo me llamo? ¿Dónde vivo? ¿Qué he comido hoy?,* realizar un árbol genealógico, recitar poemas, leer adivinanzas y otros juegos… El uso de Poesías, Adivinanzas y Juegos Orales abarcan la elocución, el vocabulario y el diálogo, los cuales se potencian y desarrollan con estas actividades que proponemos.

Con la animación y apoyo directo de nuestros Animadores Especializados esta se convierte en una actividad de ocio dinámica, lúdica y didáctica.

## Cocina Intergeneracional

Esta actividad esta pensada para tener una experiencia positiva de enriquecimiento mutuo entre personas de diferentes edades, con el propósito de liberar estereotipos y estar abiertos a los conocimientos que otras personas nos aporten. Ideal para grupos que quieran realizar una actividad cotidiana de forma entretenida y familiar.

Un intercambio generacional que potencia la solidaridad entre las diferentes edades y favorece la participación en una sociedad plural.

Con esto pretendemos extender recetas de todos los tiempos a todas las generaciones, recordar la importancia de los buenos hábitos alimenticios entre los jóvenes, potenciar la transmisión de valores culturales en los mayores y afianzar el conocimiento de la dieta mediterránea y tradicional como patrimonio de nuestra cultura.

## Cuida't

Porque nunca es tarde para divertirse, ven a disfrutar de la magia de la risa, dile adiós a las preocupaciones y sonríele a la vida, porque ya sabes lo que dicen…reírse es de sabios.

Una actividad en la que se pone en juego la musicoterapia, la riso-terapia, la estimulación de sentidos y la relajación. Con esta actividad queremos contribuir al bienestar y la mejora de la calidad de vida de las personas mayores.

La risa es una forma de crear un espacio para conectarse mejor con uno mismo y con los demás y vivir el presente de la forma más plena.

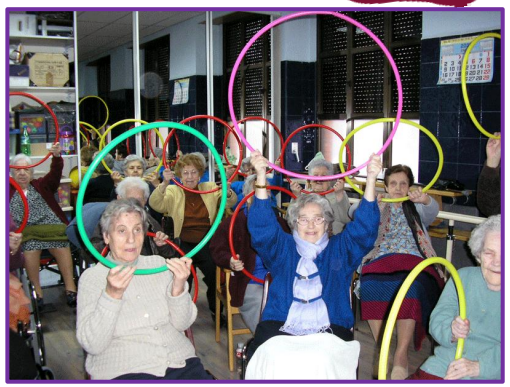
*"Sonreír no es una obligación es una decisión inteligente para vivir mejor"*

## Olimpiadas Senior

Una manera de rememorar como jugaban nuestros mayores y compartirla de nuevo con ellos. Los animadores guiarán los diferentes juegos por grupos y se hará una pequeña competición realizando un circuito con pruebas y ejercicios "diferentes". Juegos populares como *el canut o la trompa*, juegos de mesa y por supuesto, juegos deportivos adaptados de forma lúdica..

Actividades muy divertidas que despertarán en los mayores un espíritu deportivo, de esfuerzo y de trabajo en equipo.

Inicialmente se divide el grupo en 2 más pequeños para competir, pero siempre fomentando el esfuerzo grupal y una competitividad sana. Los equipos, por cada prueba superada obtienen una estrella a modo de puntuación y así se consigue motivar la participación. Al final tod@s l@s participantes reciben el mismo premio; una medalla, simbolizando la importancia de su participación.



## Aquellos Maravillosos Años

La música de cine tiene varias funciones: nos ambienta en un lugar o una época, construye el suspense en una escena, nos prepara para un cambio, enfatiza las emociones, describe los personajes y crea estados de ánimo.

La música y el cine tienen capacidad de emocionar, entretener y evadir de la realidad. Por eso es esta una nueva actividad llena de ilusión con la que queremos recordar la Edad de Oro del cine (Década de los 40 y 50) con nuestros mayores.
Representarán actores y actrices y deberán adivinar de que película se trata, pondremos canciones e intentaran deducir de que películas son.

Paul Newman, Robert Redford, Humphrey Bogart, Audrey Hepburn, Marilyn Monroe, Elizabeth Taylor, Grace Kelly, Sara Montiel, Lola Flores, Cantinflas, etc. Son muchos de los actores y actrices que podrán reconocer en sus papeles cinematográficos y vivir la experiencia de recordar bandas sonoras de estas películas.

## Juego de Sentidos

Proponemos una experiencia sensitiva que nunca olvidarán, ya que lo que sentimos perdura más que cualquier otra cosa. Mediante el juego se trabajarán las relaciones personales, la motricidad, la discriminación auditiva, visual y táctil, el tono muscular y la motricidad gruesa.

Se realizarán diferentes actividades donde l@s participantes deberán ir diferenciando tanto olores, gustos, músicas, objetos…

## Fábrica De Regalos

Manualidades; Creatividad, Medioambiente, Reciclaje, Consumo… Proponemos varias manualidades para realizar con materiales reciclables y fáciles de conseguir; Piedras Pintadas, Portafotos, Carteras y Huchas, Flores y Floreros... para que puedan regalar a quién prefieran, fomentando así la amistad y el afecto, basándonos en un consumo responsable.

## Circo con Patas

Vamos a montar un Circo! y para eso hemos preparado un casting. Les hablaremos sobre el circo y todas sus artes, presentando las disciplinas que se van a trabajar, incidiendo en la interrelación del circo con otras artes y deportes.

Se realizarán una serie de pruebas o talleres, en relación con las artes circenses; juegos de interacción, de imitación, expresión corporal, coreografías y bailes, equilibrios, malabares, fuerza…

Tras las pruebas pasaremos a Maquillaje y Vestuario con atrezzo divertido. Con todo lo aprendido realizarán un pequeño show ambientado en el que tod@s los participantes serán l@s protagonistas.
.

# + Actividades y Talleres...

Estas son algunas otras opciones que les proponemos, para adecuarlas en horario y calendario, según necesidades y/o preferencias, pero les informamos que realizamos animaciones **a la carta**, donde podrán decidir los temas a tratar.

Realizamos una programación específica, con Actividades detalladas para cada sesión de trabajo.

**Talleres para aprender y experimentar**

*(Se pueden realizar una, o varias sesiones para profundizar en cada disciplina o tema)*

**CIRCO**: Malabares, Equilibrios, Payasos y Mimos, Circo En Familia…

**TEATRO**: Expresión e Interpretación, Interacción con Objetos, Improvisación, Mímica…

**MÚSICA**: Cantantes, Historia de la Música, Percusión Africana, Corporal y Objetos…

**BAILE**: Historia de la Danza, Danzas del Mundo, Musical de Cuentos…

**ARTE**: Pintura, Arquitectura y Escultura, Cine, Literatura…

**CULTURAS E HISTORIA**: Viajeros por África, Europa, Latinoamérica, Asia y Oceanía.

| | | |
|---|---|---|
| CIENCIA EXPERIMENTAL | TRUCOS DE MAGIA | MOLINILLOS DE PAPEL |
| GYMKHANA DE LA MEMORIA | MURAL COLLAGE | COLLARES Y PULSERAS |
| LA VUELTA AL MUNDO | PIEDRAS PINTADAS | CUADROS DE SAL |
| CUENTA CUENTOS | GLOBOFLÉXIA | ABANICOS |
| COCINA CREATIVA | POMPONES | FLORES DE PAPEL |
| AROMATÍZATE | PLASTELINA | |
| JUEGOS POPULARES | MÓVIL COLGANTE | …Y MUCHAS MÁS! |

**ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL**

**Atención personalizada, profesionalidad y calidad.**

**www.mundodiferente.com** **Tel. 658 268 887** **info@mundodiferente.com**