

Cursos de animación sociocultural y voluntariado para personas mayores.

El proyecto "¡ADENTRO!" tiene como objetivo contribuir a mejorar las condiciones y la calidad de vida de las personas mayores mediante la promoción del voluntariado social y la formación de las personas mayores como animadores socioculturales y monitores para el trabajo en centros sociales y de día, en residencias y en grupos de personas mayores.

La formación adquirida en el proyecto se fundamenta en los conocimientos más actuales de la gerontología, de la psicología del mayor y de la animación social y capacita a los animadores que participan en ella para poner en marcha en sus localidades de residencia actuaciones muy diversas de carácter informativo, social, asistencial y cultural en beneficio de los mayores.

¡ADENTRO! dispone de una metodología altamente especializada y contrastada a lo largo de años para atender con eficacia las necesidades de los mayores y mejorar su calidad de vida.

Quiénes Somos

La Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA) es una organización de ámbito estatal, que tiene como misión representar los intereses generales de las personas mayores y defender sus derechos.

Está integrada por 25 Organizaciones -tanto Nacionales como Autonómicas- que a su vez representan a casi 1.500 Asociaciones.

CEOMA se ha consolidado como la entidad de referencia en el mundo de las personas mayores, y es la Organización que cuenta con mayor número de asociaciones miembros en el Consejo Estatal de personas mayores. Además, sus asociaciones participan también en el Consejo Estatal de ONG's de Acción Social.

CEOMA está declarada Entidad de Utilidad Pública por el Ministerio del Interior.

C/ Fernando el Católico, 10, local 7 - 28015 Madrid, España Tel. (+34) 91 557 25 56 www.ceoma.org ceoma@ceoma.org

¡ADENTRO!

Curso de animación
sociocultural y
voluntariado para
mayores

Inscripciones y reservas:

CEOMA

Tlfs.: 91 557 25 56/ 626 228 126

Organiza:

CEOMA

Confederación Española de Organizaciones de Mayores

Cursos subvencionados por:



DIAS 4, 5, 6, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31

SESIÓN 1ª

- Apertura
- Presentación programa, participantes y reglas de juego.
- Filosofía y metodología "¡ADENTRO!"
- Hitos biográficos.
- Aprende a escuchar. Diálogo controlado.

SESIÓN 2ª

- Relación entre pensamiento, sentimiento y conducta.
- Cómo comunicarnos con los demás positiva y eficazmente.
- Relación entre estrés y salud
- Objetivos vitales según etapas: autoestima y autoconcepto

SESIÓN 3ª

- Collage autobiográfico
- Trabajo en equipo; la vivienda de la persona mayor.
- Collage grupal: la situación de las personas mayores.
- Manual para la redacción de la propia biografía.
- Evaluación y clausura.

Relación de Expertos:

- **Alberto Martínez Cano**
Licenciado en Ciencias Políticas y Sociología.
- **Eva Mª Carreira Mateo**
Licenciada en Psicología Clínica
- **Leonor Guinea Andrino** Graduada en Sociología.
- **Bárbara Triguero Alcántara**
Licenciada en Ciencias Políticas y Técnico Superior en Integración Social.

Seminarios
¡ADENTRO!