

A continuación detallamos por áreas de trabajo los talleres y contenidos impartidos durante el año 2017.

Área Formativa

Taller	Contenidos
Informática Básica	<ul style="list-style-type: none">• Primeros pasos en la utilización de un PC y sus componentes y contenidos básicos en el escritorio y en Word.• Creación de una cuenta de correo electrónico y aprendizaje de conocimientos para la utilización de la misma.
Internet y Redes Sociales	<ul style="list-style-type: none">• Primeros pasos de navegación por la red.• Conocer los principales motores de búsqueda.• Conocer la amplitud de las redes sociales, tanto de ocio, como de temas laborales.
Cultura General	<ul style="list-style-type: none">• Conocimientos básicos de cultura general: historia, cálculo, lengua, literatura, geografía e inglés.• Alfabetización.
Activa tu mente	<ul style="list-style-type: none">• Entrenamiento cognitivo.• Psicoestimulación a través de fichas.
Mantenimiento del Centro	<ul style="list-style-type: none">• Labores de mantenimiento.• Reparaciones básicas y pintura.
Huertos ecológicos	<ul style="list-style-type: none">• Técnicas de trabajo de la agricultura ecológica como medio para fomentar actividades de ocio saludable, mejorar la calidad de vida, y promover la incorporación social de los/as usuarios/as del Centro de Día
Electricidad	<ul style="list-style-type: none">• Conceptos básicos de electrotecnia.• Instalaciones eléctricas.

Área de Desarrollo Personal

Taller	Contenidos
Habilidades Sociales	<ul style="list-style-type: none">• Comunicación interpersonal: elementos y formas de comunicación.• Estilos comunicativos: agresivo, pasivo y asertivo.• Asertividad: entrenamiento asertivo.
Prevención de Recaídas	<ul style="list-style-type: none">• Prevención de recaídas: Cadena de conducta de la recaída.• Proceso de toma de decisiones.• Prevención de situaciones de riesgo y estrategias de afrontamiento.
Autoestima y motivación	<ul style="list-style-type: none">• Autoconcepto y autoestima.• Construcción de la autoestima: fuentes externas e internas.• Valorar características propias y las de los demás de la forma más adecuada.
Resolución de conflictos	<ul style="list-style-type: none">• Concepto de conflicto y tipos de conflicto.• Alternativas para la resolución de conflictos y anticipación de consecuencias.• Comunicación asertiva y gestión de emociones negativas.
Asamblea	<ul style="list-style-type: none">• Demandas, sugerencias, propuestas y necesidades de las personas usuarias.• Incidencias dentro del Centro de Día.• Debate.
Descubre tus valores de vida	<ul style="list-style-type: none">• Reflexión sobre valores personales y efectos en la toma de decisiones y sobre la conducta.• Valores relacionados con la rehabilitación e incorporación social
Expresión de sentimientos	<ul style="list-style-type: none">• Inteligencia emocional.• Relación entre emociones y sentimientos, pensamientos y conductas.• Distorsiones cognitivas y reestructuración.• Expresión emocional asertiva
Autoayuda	<ul style="list-style-type: none">• Grupo de apoyo mutuo autogestionado por los participantes donde se trataran temas emergentes a propuesta de los propios usuarios.

Familia	<ul style="list-style-type: none"> • La comprensión de la adicción y las consecuencias en la familia. • Apoyo para la prevención de consumos y recaídas en la familia. • Comunicación y resolución de conflictos en la familia. • Recuperar la confianza y la rehabilitación del familiar.
Coaching	<ul style="list-style-type: none"> • Autoconocimiento de formas de aprendizaje. • Motivación.
Relajación	<ul style="list-style-type: none"> • Inteligencia emocional. • Estrés y ansiedad. Síntomas y consecuencias para la salud física y mental. • Pautas para reducción y manejo de estrés y ansiedad. • Diversas técnicas de relajación (Mindfulness, mandalas, muscular progresiva, inducción, sugestión, etc).
Género para hombres o mixto	<ul style="list-style-type: none"> • Buenas relaciones y buenos tratos. • Diversidad sexual. • Estereotipos y roles de género. • Conceptos de amor y pareja. • Grandes Mujeres de la Historia. • Sexualidad y género. • Igualdad. • Comunicación afectiva en igualdad.
Género para mujeres	<ul style="list-style-type: none"> • Estereotipos y roles de Género. • Salida Culturales. • 8 de Marzo: Día de la Mujer. • Salud para Mujeres. • Prevención de Violencia de Género. • Labores de Punto y espacio de encuentro. • Técnicas de Relajación y control de Estrés

Área de Salud

Taller	Contenidos
Educación Física y Deportiva	<ul style="list-style-type: none">• Calentamiento y estiramientos en suelo y espalderas.• Actividad deportiva: deportes en equipo (prácticas de voleibol, balonmano, baloncesto, bádminton, fútbol sala y gimnasio).• Aseo e higiene personal, una vez acabado el ejercicio
Salud	<ul style="list-style-type: none">• Prevención de ITS y Otras enfermedades.• Salud Bucodental.• Uso y abuso de medicamentos.• Salud afectivo-sexual.
Alimentación y Nutrición	<ul style="list-style-type: none">• Concienciar y motivar sobre la importancia de la salud.• Aprender nociones básicas sobre alimentación saludable.• Adquirir hábitos que mejoren su calidad de vida.
Cocina Mediterránea	<ul style="list-style-type: none">• Elaboración de recetas de cocina saludables, equilibradas y económicas.
Repostería	<ul style="list-style-type: none">• Elaboración recetas de repostería sencilla y económica para nuestra vida diaria.
Estimulación cognitiva y Memoria	<ul style="list-style-type: none">• Estimulación de funciones cognitivas como la atención, memoria a corto y largo plazo, memoria episódica, lenguaje, cálculo y orientación espacio-temporal.

Área de Ocio y Tiempo Libre

Taller	Contenidos
Cine	<ul style="list-style-type: none">• Visionado, debate y reflexión de largometrajes de cine social.
Salidas Socioculturales	<ul style="list-style-type: none">• Salidas socio culturales a muros, exposiciones, edificios emblemáticos de la ciudad...
Costura	<ul style="list-style-type: none">• Practica de labores de costura.• Patronaje.
Café y Prensa	<ul style="list-style-type: none">• Búsqueda de noticias de actualidad y debate sobre las mismas• Lectura a nivel individual de una noticia y puesta en común de lo leído.
Manualidades	<ul style="list-style-type: none">• Actividades manuales asequibles, fáciles y entretenidas que puedan posteriormente realizarse en casa.
Muévete en tu tiempo libre	<ul style="list-style-type: none">• Opinión y debate sobre próximas propuestas de actividades lúdicas, fomentando la participación activa de los propios usuarios.
Coro	<ul style="list-style-type: none">• Técnica vocal• Ensayo de canciones populares
Cohesión grupal	<ul style="list-style-type: none">• Dinámicas de confianza, conocimiento de grupo.• Celebrar los logros en el proceso de cada uno/a, así como objetivos cumplidos, cumpleaños....
Piscina y playa	<ul style="list-style-type: none">• Salida a Piscina o playa.• Juegos y actividades de cohesión grupal.
Radio	<ul style="list-style-type: none">• Participación en el taller de radio Limam “Tertulia con la vida”
Teatro	<ul style="list-style-type: none">• Entrenar la expresión corporal y la improvisación.• Practicar habilidades sociales básicas.• Vencer la timidez.• Potenciar el compromiso con la actividad y el grupo.• Obra de teatro navideña.

Juegos Educativos	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos de mesa. • Sopa de letras. • Damas. • Dados. • Crucigramas. • Domino. • Palabras encadenadas. • Alto el lápiz. • Ahorcado.
Club de lectura	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura compartida de relatos cortos. • Comprensión y resumen de lo leído. • Valoración del tema que trata cada relato • Aplicación de lo leído en nuestra vida.
Iniciación a la jardinería	<ul style="list-style-type: none"> • Sembrar. • Trasplantar. • Sistemas de regado. • Consejos para el cuidado de las plantas. • Remedios caseros para el cuidado y mantenimientos de las plantas. • Revisar el acodo aéreo.
Convivencia	<ul style="list-style-type: none"> • Convivencia en el Parque Guadaira donde participara el equipo de trabajadores, usuari@s y familiares.
Fútbol/billar	<ul style="list-style-type: none"> • Campeonato de fútbol, billar y ping-pong.
Periódico	<ul style="list-style-type: none"> • Lecturas de textos periodísticos. • Relación de artículos de prensa, cartas al director, etc.
Gestión Positiva del Ocio	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de actividades de ocio que faciliten la incorporación de los miembros en distintos recursos. • Práctica de habilidades sociales básicas de comunicación.
Reciclaje	<ul style="list-style-type: none"> • Definición de reciclaje. • Beneficios sobre el reciclaje. • ¿Qué podemos reciclar? • Mitos sobre reciclaje.
Remedios Naturales	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboración de aceites y remedios naturales.

Ajedrez	<ul style="list-style-type: none"> • Reglas y normas del ajedrez.
Cuero	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboración de cinturones, carteras, bolsos y otros elementos en cuero.

Área Laboral

Taller	Contenidos
Búsqueda Activa de Empleo	<ul style="list-style-type: none"> • Entrevista de trabajo, curriculum vitae y carta de presentación. • Habilidades y actitudes para la búsqueda de empleo.
Orientación laboral	<ul style="list-style-type: none"> • Herramientas y técnicas de búsqueda activa de empleo. • Definición de intereses y objetivos profesionales • Planificación de la búsqueda de empleo. • Información de recursos de formación, de empleo y de apoyo al emprendimiento: requisitos, solicitudes, acceso y derivación. • Ofertas de empleo: análisis, selección, filtrado e inscripción.
Seguimiento de la Incorporación	<ul style="list-style-type: none"> • Seguimiento a incorporaciones laborales. • Resolución de conflictos en el ámbito laboral.
Incorporación Social	<ul style="list-style-type: none"> • Visitas programadas a recursos de Sevilla dedicados al medio ambiente, mediación vecinal, salud, voluntariado, servicios sociales y asociaciones. • Sesiones informativas sobre el funcionamiento de determinados servicios del barrio. • Talleres prácticos sobre el manejo del dinero y de las gestiones por Internet.
Informática para empleo	<ul style="list-style-type: none"> • Manejo de las web y portales de empleo.
Autoconocimiento Laboral	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades y competencias prelaborales. • Organización del tiempo. • Asertividad.
Ferias de Empleo	<ul style="list-style-type: none"> • Participación en Ferias de empleo de Polígono Norte y Sur.