

Guía para profesores sobre el compromiso con las personas con discapacidad



Cofinanciado por la Unión Europea

*"Dirigir un taller es realmente muy parecido a cualquier otra cosa:
si te preparas bien, te mantienes relajado y respetas a los
participantes, todo irá bien". (Caja de herramientas comunitaria)*



Cofinanciado por
la Unión Europea



SOCIOS

- Creative Future Ideas (KAI) - Lituania
- Centro educativo IDEJA - Letonia
- Polo Europeo della Conoscenza - IC di Bosco Chiesanuova, EUROPOLE - Italia
- Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Republike Slovenije Soča - Eslovenia
- Formación para el Desarrollo y la Inserción (DEFOIN) - España
- Triskelion Noruega - Noruega



ÍNDICE

SOCIOS	1
INTRODUCCIÓN.....	3
1. Talleres para personas con discapacidad auditiva (KAI)	4
Taller nº 1: "Café silencioso"	4
Taller nº 2: "Feria de Navidad"	10
Taller nº 3: "Taller creativo"	16
2. Talleres para personas con discapacidad física (IDEJA).....	24
Taller nº 1: "Creador de la nueva realidad"	24
Taller nº 2: "¡Constructor de la nueva realidad de nosotros!"	33
Taller nº 3: "Paseo creativo"	43
3. Talleres para adultos con Asperger (EUROPOLE)	55
Taller nº 1: "Trabajo en equipo"	55
Taller nº 2: "Escritura y creatividad fuera del rebaño"	62
Taller nº 3: "Nuestras historias"	70
4. Talleres para personas con discapacidad intelectual (URI)	75
Taller nº 1: "Éste soy yo"	75
Taller nº 2: "Encontrar soluciones"	87
Taller nº 3: "Mi camino de sueños"	98
5. Talleres para personas con parálisis cerebral (DEFOIN).....	108
Taller nº 1: "Un lugar de ensueño"	108
Taller nº 2: "Arte callejero"	119
Taller nº 3: "Sueños al aire libre"	130
6. Talleres para personas con trastornos mentales (TRISKELION).....	141
Taller nº 1: "Caza fotográfica"	141
Taller nº 2: "Lanzamiento de bolsas de judías"	145
Taller nº 3: "Comedero rápido para pájaros"	149



Cofinanciado por
la Unión Europea



INTRODUCCIÓN

Esta guía para formadores está diseñada para proporcionar las instrucciones y metodologías creativas y de arteterapia necesarias para que estos puedan realizar talleres y cursos de formación y adaptarlos a personas con distintos tipos de discapacidad. *Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Republike Slovenije Soča (Uri-Soca)* se ha encargado de este resultado, que ha sido elaborado junto con los demás socios.

La metodología y las instrucciones sobre el uso de los materiales de formación se han desarrollado de acuerdo con el primer resultado del proyecto: *Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad*, y en estrecha relación con los materiales de formación para alumnos. Las directrices contienen instrucciones detalladas sobre el uso de los materiales de formación en el aula, online y en clases mixtas: instrucciones sobre cómo llevar a cabo análisis de películas, juegos de rol, trabajo relacionado con casos, sesiones de reflexión, ejercicios, cómo dirigir debates en grupo. La Guía ofrece indicaciones técnicas sobre la duración de las actividades, los métodos que deben utilizarse y el feedback que debe ofrecerse. Anima a los formadores a ser sensibles a las especificidades de los participantes y a desarrollar valores y principios correctos, así como a luchar contra los prejuicios y estereotipos perjudiciales. También proporciona bibliografía sobre creatividad y arteterapia para los formadores que necesiten aprender más sobre el tema, además de un cuestionario de evaluación para los futuros formadores. También proporciona información sobre ayudas a la comunicación como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación basados en imágenes, pizarras/bolígrafos y dispositivos de habla. La evaluación de la formación puede implicar reuniones con intérpretes de lengua de signos, encuestas accesibles online, encuestas postales o conversaciones individuales.



1. Talleres para personas con discapacidad auditiva (KAI)

Taller nº 1: "Café silencioso"

<p>Título, breve descripción y métodos</p>	<p>"CAFÉ SILENCIOSO"</p>  <p><i>Crédito de la foto: Creative Future Ideas</i></p> <p>Durante las reuniones de la actividad "Café Silencioso" se reúnen entre 10 y 20 personas (oyentes y sordas) para aprender lengua de signos, encontrar personas afines y comunicarse juntas.</p> <p>Aprenden a cantar una canción en lenguaje de signos.</p>
<p>Objetivos</p>	<p>Aumentar la inclusión social de los participantes adultos con discapacidad.</p> <p>Las actividades se llevarán a cabo junto con personas oyentes y ayudarán a los participantes a conocerse mejor, a superar los estereotipos establecidos en relación con las personas sordas y a aprender a comunicarse juntos.</p>
<p>Competencias adquiridas</p>	<p>Conocimientos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aumentar sus conocimientos sobre comunicación.- Aumentar sus conocimientos sobre el trabajo en equipo. <p>Habilidades:</p> <ul style="list-style-type: none">- Desarrollo de habilidades de comunicación.



	<ul style="list-style-type: none">- Acabar con los estereotipos relacionados con las personas discapacitadas.- Aumento de la confianza en uno mismo. <p>Actitud:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ser capaz de trabajar en equipo.- Poder comunicarse con personas oyentes.- Ser más tolerantes entre sí.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en clases mixtas</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, informar a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, de modo que no necesiten conocimientos técnicos.• Se debe tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos,



	<p>tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.</p>
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Materiales y equipo</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Lugar de acurrucamiento.• Ordenador.• Internet.• Proyector.• Altavoces.



	<ul style="list-style-type: none">• Jugador.• Café, té, aperitivos.
Tamaño del grupo	Grupo de 10 a 20 personas. La mitad de ellos sordos y la otra mitad oyentes.
Consejos pedagógicos para los formadores	<p>El formador y los participantes deben seguir las siguientes recomendaciones:</p> <ul style="list-style-type: none">• Las personas sordas pueden comunicarse de varias formas: a través de un traductor de signos, leyendo los labios o escribiendo un texto en papel. Si quieres hablar con una persona sorda, primero debes averiguar qué tipo de comunicación es aceptable para ella.• Si la información que se transmite es muy difícil, lo más eficaz es recurrir a un traductor de signos cualificado. La correspondencia puede utilizarse para una conversación sencilla.• Si tiene dificultades para entender a los sordos, dígaselo y busque otras formas de comunicarse.• Con la ayuda de un traductor de signos, mantenga el contacto visual con el sordo. Haga preguntas al sordo, no sobre él. Por ejemplo, pregunte: "¿Qué quieres?", en lugar de preguntar al traductor: "Pregúntale qué quiere".• Hay que incluir a los sordos en la conversación sobre las decisiones que son importantes para ellos, no tomar decisiones por ellos.• Antes de iniciar una conversación con una persona sorda, asegúrese de que le está prestando atención. Dependiendo de la situación, puede extender la mano, saludar, tocarle el hombro o llamar su atención de cualquier otra forma. Sólo entonces podrá iniciarse la conversación.• Si la persona sorda o con problemas de audición no ha entendido lo que se le ha dicho, no es necesario repetir las frases malinterpretadas, sino parafrasear sus pensamientos.



	<ul style="list-style-type: none">• Es importante mirar a la cara al interlocutor. Lo mejor es comunicarse en una habitación tranquila y bien iluminada. Debe colocarse de forma que la luz no incida sobre usted por detrás, ya que a una persona sorda le resultará difícil verte la cara.• Hable con claridad. La mayoría de las personas con deficiencias auditivas le entenderán, sobre todo mirándole los labios. No debe fumar, masticar ni taparse la boca durante la conversación.• No es necesario gritar a los sordos o con problemas de audición. Los sordos no oirán lo que ha dicho, y el sonido de los sordos será borroso.• Es mejor enviar mensajes SMS a personas con problemas de audición.
<i>Tiempo necesario</i>	<ul style="list-style-type: none">• Preparación del taller: 2 horas.• Actividades principales: 1,5 horas.• Evaluación: 10 min.• Comunicación no formal: ilimitado, depende del grupo.
<i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i>	<ul style="list-style-type: none">• El formador saluda a los participantes. Si los participantes se conocen, todo el grupo puede jugar a actividades energizantes o de relajación. Si los participantes no se conocen, el taller debe empezar con juegos de nombres. El juego más sencillo para los participantes sordos: escribir los nombres en notas adhesivas y pegarlas en el jersey.• Tras saludar a los participantes, el formador presenta brevemente el tema del taller y su duración.• El formador también advierte de que hará fotos durante el taller y que los participantes deben marcar si permiten la publicación de las fotos (si no se van a fotografiar los talleres, esta parte no es necesaria).• Si el taller tiene lugar en una sala/un lugar que los participantes no conocen de antes, es importante que el



	<p>formador advierta a los participantes de dónde están los aseos, incluidos los aseos para discapacitados (por ejemplo: "Los aseos se encuentran al final del pasillo, a la derecha. Aseo para discapacitados disponible...").</p> <ul style="list-style-type: none">• Sólo cuando se crea un lugar cómodo para todos los participantes, se podrán empezar los talleres.
<p><i>Etapas de la aplicación</i></p>	<ol style="list-style-type: none">1. El formador presentará una canción que se aprenderá durante el taller. La canción debe presentarse como un videoclip con subtítulos, como para un karaoke: https://www.youtube.com/watch?v=cx217xxKrDI2. Una persona sorda o que conozca el lenguaje de signos, debe ser el líder. Él/ella muestra los signos para cada palabra. Los demás participantes repiten.  <p><i>Crédito de la foto: Creative Future Ideas</i></p> <ol style="list-style-type: none">3. Una vez traducidas todas las palabras al lenguaje de signos, el grupo puede empezar a hacer signos juntos. Es mejor permanecer en círculo, cuando los participantes pueden verse entre sí y al líder.4. Tras la actividad principal, se ofrece a los participantes un café. Durante este café, los participantes pueden comunicarse de manera no formal.
<p><i>Cómo terminar el taller</i></p>	<p>Una vez finalizado el taller, el formador anima a los participantes a que limpien sus mesas y laven los vasos y los platos. Pueden ayudarse mutuamente a limpiar.</p>



**Fuentes / otras
lecturas / recursos**

- Enlace de vídeo que muestra la realización del taller: https://m.facebook.com/watch/?v=277806150770859&paipv=0&eav=AfYOE4715ChEU9YOGUVRhnXu0UWzxxFbSHr9veXzuLP6fG9vZw_98nCAoZxFsY8gchA&_rdr
- "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad": <https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/>

Taller nº 2: "Feria de Navidad"

**Título, breve
descripción y
métodos**

"FERIA DE NAVIDAD"

TRANSFORMACIÓN DE TARROS DE CRISTAL EN JARRONES (MÉTODOS ARTESANALES 4.1) + CREACIÓN DE PORTAPINCELES Y PORTALÁPICES (MÉTODOS ARTESANALES 4.2) + CREACIÓN DE LLAMATIVOS OBJETOS DECORATIVOS (MÉTODOS ARTESANALES 4.3) + ELABORACIÓN CON ARCILLA POLIMÉRICA (MÉTODOS ARTESANALES 4.4, 4.5, 4.6) + "PLAYA" (MÉTODOS ARTESANALES 4.7.) + DECORACIÓN CON PÉTALOS DE ROSA (MÉTODOS ARTESANALES 4.8) + "MANZANAS DEL PARAÍSO" (MÉTODOS ARTESANALES 4.9)



Crédito de la foto: Creative Future Ideas

El taller consta de 2 partes:

1. Taller de creación de artesanías
2. Organización de la feria de Navidad



	<p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>
Objetivos	<p>Aumentar la capacidad empresarial de los participantes adultos con discapacidad.</p>
Competencias adquiridas	<p>Conocimientos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aumentar sus conocimientos empresariales.- Aumentar sus conocimientos sobre la venta de sus productos. <p>Habilidades:</p> <ul style="list-style-type: none">- Desarrollo de habilidades artesanales.- Aumento de la capacidad empresarial.- Aumento de la confianza en uno mismo.- Aumento de la comunicación con las competencias de los clientes. <p>Actitud:</p> <ul style="list-style-type: none">- Poder crear artesanías.- Poder organizar ferias.- Llegar a convertirse en empresarios.
Directrices para la realización de talleres en clases mixtas	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.



	<ul style="list-style-type: none">• Se debe de tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.



	<ul style="list-style-type: none">• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<i>Materiales y equipo</i>	<p>Para la primera parte:</p> <ul style="list-style-type: none">• Los materiales para crear las manualidades se pueden encontrar en el "Manual para formadores de adultos en Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad", TEMA 4: Métodos de manualidades. <p>Para la segunda parte:</p> <ul style="list-style-type: none">• Espacio suficiente para la feria• Tablas.• Manteles.• Etiquetas de precio.
<i>Tamaño del grupo</i>	Grupos de 10 a 20 personas.
<i>Consejos pedagógicos para los formadores</i>	<p>El formador debe seguir estas recomendaciones:</p> <ol style="list-style-type: none">1. La creación de artesanías necesita tiempo. La primera parte de los talleres debe empezar a más tardar en noviembre. Los participantes deben evaluar sus habilidades; necesitan tener tantos regalos como sea posible para la Feria.2. Elija una fecha para la Feria de Navidad. Puede celebrarse durante el Adviento.3. Encontrar un lugar para la Feria de Navidad. El formador puede pedir el lugar a escuelas, organizaciones estatales,



	<p>teatros o supermercados. El mejor momento para la feria es durante los eventos de la ciudad, antes de conciertos, festivales, cuando mucha gente puede visitar la feria.</p>
<i>Tiempo necesario</i>	<ul style="list-style-type: none">• Preparación del taller de manualidades: 2 horas.• Actividades principales: 1,5 horas. Deberes: 3 semanas.• Evaluación: 10 min.• Preparación de la Feria de Navidad: 6 horas.• Feria de Navidad: 3 horas.• Evaluación: 10 min.
<i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i>	<p><u>Primera parte: Taller de artesanía:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• El formador saluda a los participantes. Los participantes pueden jugar a actividades energizantes o de relajación.• Tras saludar a los participantes, el formador presenta brevemente el tema del taller y su duración. El formador explica a los participantes qué son los deberes y por qué son necesarios.• El formador también advierte de que hará fotos durante el taller y que los participantes deben marcar si permiten la publicación de las fotos (si no se van a fotografiar los talleres, esta parte no es necesaria).• Si el taller tiene lugar en una sala/un lugar que los participantes no conocen de antes, es importante que el formador advierta a los participantes de dónde están los aseos, incluidos los aseos para discapacitados (por ejemplo: "Los aseos se encuentran al final del pasillo, a la derecha. Aseo para discapacitados disponible..."). <p>Sólo cuando creamos un lugar cómodo para todos los participantes, podemos empezar los talleres.</p> <p><u>Segunda parte: Feria de Navidad</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Empiece por la publicidad. Puede crear carteles publicitarios y colocarlos en el lugar donde se organice la feria.



	<ul style="list-style-type: none">• Utilice las redes sociales: cree un evento en Facebook, difunda información en Instagram, en la página web de tu organización, etc. Utiliza otros canales de difusión.• Obtén un permiso comercial del ayuntamiento.
<i>Etapas de la aplicación</i>	<p>Primera parte: Taller de artesanía:</p> <ol style="list-style-type: none">1. El formador elige entre 2 y 4 métodos del "Manual".2. Preparar preliminarmente todo el equipo, muestras, materiales y herramientas necesarios para el taller.3. Muestre a los participantes los ejemplos de artesanía o imágenes de los productos ya preparados.4. Describa los materiales y herramientas con los que trabajará y demuestre cómo utilizarlos correctamente.5. Empiece a demostrar las etapas del proceso de creación artesanal despacio, con claridad, pero brevemente. Pida a los participantes que le sigan y repitan lo que hace. Obsérvalos, corrígelos, ayúdales a actuar correctamente.6. Cuando las manualidades estén listas, déjalas secar y pide a los participantes que limpien la zona de trabajo, las herramientas, las manos y que coloquen los materiales en su sitio. Esto es importante porque los participantes repetirán esto solos y necesitan saber cómo cuidar los instrumentos.7. Al final, debate los resultados y dales feedback, proyectándolo en la situación actual y futura, estimulando así la consecución de los resultados deseados.8. Pida a los participantes que continúen este trabajo en casa y creen tantas manualidades como les sea posible. <p>Segunda parte: Feria de Navidad:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Prepara el lugar para la Feria. Pon las mesas, cúbrealas con un mantel o papel de color, decóralas.



	<ol style="list-style-type: none"> 2. Pida a los participantes que fijen los precios de sus artesanías. Es importante, porque a los participantes les resultará más fácil comunicarse con los clientes. 3. Pon las manualidades sobre las mesas. 4. Inicia un intercambio. 5. Al final, debate los resultados y dales feedback, proyectándolo en la situación actual y futura, estimulando así la consecución de los resultados deseados.
Cómo finalizar el taller	Una vez finalizado el taller, el formador anima a los participantes a que limpien sus mesas y cambien de sitio. Pueden ayudarse mutuamente a limpiar.
Fuentes / lecturas complementarias / recursos	<p>"Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad": https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>

Taller nº 3: "Taller creativo"

Título, breve descripción y métodos	<p>"TALLER CREATIVO"</p>  <p><i>Crédito de la foto: Creative Future Ideas</i></p> <p>Las personas sordas carecen de uno de los sentidos, el oído, y tienen un nivel muy bajo de autoexpresión y confianza en sí mismas. Se sienten incomprendidos y rechazados por la sociedad.</p>
--	---



	<p>El objetivo de los talleres es aumentar su autoexpresión y confianza en sí mismos, y enseñarles a resolver problemas de forma creativa.</p> <p>El taller incluye las siguientes actividades:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Carga de la batería.2. Escribir una carta de autocompasión.3. Hacer un regalo. <p>La carga de la batería ayuda a aumentar la autoestima y las emociones positivas de los participantes.</p> <p>Escribir una carta de autocompasión ayuda a aumentar la confianza en uno mismo y el amor propio.</p> <p>La actividad "Hacer un regalo" aumenta la creatividad de los participantes. Sólo tienen una tarea: hacer un regalo. Pero sin reglas. Además, el formador no da ningún material para esta actividad. Son libres de elegir materiales, métodos, formas, etc.</p>
Objetivos	<p>Aumentar la creatividad y la autoexpresión de los participantes adultos discapacitados.</p>
Competencias adquiridas	<p>Conocimientos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aumento de los conocimientos sobre el pensamiento creativo.- Comprensión de las peculiaridades de la compasión. <p>Habilidades:</p> <ul style="list-style-type: none">- Desarrollo de habilidades de comunicación.- Desarrollo de la autoestima.- Aumento de la confianza en uno mismo. <p>Actitud:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ser capaz de aplicar ejemplos de compasión en situaciones cotidianas.- Ser más tolerantes entre sí.



<p><i>Directrices para la realización de talleres en clases mixtas</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.• Se debe de tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre



	<p>las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.</p> <ul style="list-style-type: none">• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/softwarees informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<i>Materiales y equipo</i>	<ul style="list-style-type: none">• Hoja de papel.• Pin.• Bolígrafo.
<i>Tamaño del grupo</i>	Grupos de 10 a 20 personas.
<i>Consejos pedagógicos para los formadores</i>	<p>El formador debe seguir estas recomendaciones:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Las personas sordas pueden comunicarse de varias formas: a través de un traductor de signos, leyendo los labios o escribiendo un texto en papel. Si quiere hablar con una persona sorda, primero debe averiguar qué tipo de comunicación es aceptable para ella.



2. Si la información que se transmite es muy difícil, lo más eficaz es recurrir a un traductor de signos cualificado. La correspondencia puede utilizarse para una conversación sencilla.
3. Si tiene dificultades para entender a los sordos, dígaselo y busque otras formas de comunicarse.
4. Con la ayuda de un traductor de signos, mantenga el contacto visual con el sordo. Haga preguntas al sordo, no sobre él. Por ejemplo, pregunte: "¿Qué quieres?", en lugar de preguntar al traductor: "Pregúntale qué quiere".
5. Hay que incluir a los sordos en la conversación sobre las decisiones que son importantes para ellos, no tomar decisiones por ellos.
6. Antes de iniciar una conversación con una persona sorda, asegúrese de que le está prestando atención. Dependiendo de la situación, puede extender la mano, saludar, tocarle el hombro o llamar su atención de cualquier otra forma. Sólo entonces podrá iniciarse la conversación.
7. Si la persona sorda o con problemas de audición no ha entendido lo que ha dicho, no es necesario repetir las frases malinterpretadas, sino parafrasear sus pensamientos.
8. Debe mirar a la cara al interlocutor. Lo mejor es comunicarse en una habitación tranquila y bien iluminada. Debe colocarse de modo que la luz no incida sobre usted por detrás, ya que a una persona sorda le resultará difícil verte la cara.
9. Hable con claridad. La mayoría de las personas con deficiencias auditivas le entenderán, sobre todo mirándole los labios. No debe fumar, masticar ni taparse la boca durante la conversación.
10. No es necesario gritar a los sordos o personas con problemas de audición. Los sordos no oirán lo que has dicho, y el sonido de los sordos será borroso.



	<p>11. Es mejor enviar mensajes de texto a personas con problemas de audición.</p>
Tiempo necesario	<ul style="list-style-type: none">• Actividades principales: 3 horas.• Evaluación: 10 min.• Comunicación no formal: ilimitado, depende del grupo.
Presentación del curso y bienvenida a los alumnos	<ul style="list-style-type: none">• El formador saluda a los participantes. Si los participantes se conocen, todo el grupo puede jugar a actividades energizantes o de relajación. Si los participantes no se conocen, el taller debe empezar con juegos de nombres. El juego más sencillo para los participantes sordos: escribir los nombres en notas adhesivas y pegarlas en el jersey.• Tras saludar a los participantes, el formador presenta brevemente el tema del taller, los objetivos, las actividades y su duración.• El formador también advierte de que hará fotos durante el taller y que los participantes deben marcar si permiten la publicación de las fotos (si no se van a fotografiar los talleres, esta parte no es necesaria).• Si el taller tiene lugar en una sala/un lugar que los participantes no conocen de antes, es importante que el formador advierta a los participantes de dónde están los aseos, incluidos los aseos para personas con discapacidad (por ejemplo: "Los aseos se encuentran al final del pasillo, a la derecha. Aseo para personas con discapacidad disponible...").• Sólo cuando creamos un lugar cómodo para todos los participantes, podemos empezar los talleres.
Etapas de la aplicación	<p>1. Carga de la batería</p> <ol style="list-style-type: none">1. Todos los miembros de la actividad reciben una hoja de papel, un alfiler y un bolígrafo. La hoja se sujeta con alfileres a la espalda y los miembros se mueven individualmente por la sala. La tarea consiste en escribir en el papel a cada uno de los participantes algo bueno sobre



esa persona. Los miembros se pasean libremente por la sala y toman notas en las hojas de los demás miembros.

2. Después de representar la tarea, los miembros del grupo "cargan las pilas" mutuamente. El formador tiene la oportunidad de comprobar que no se producen notas negativas, así como de moderar el tiempo en función de la dinámica del grupo.
3. Al final de la actividad, cuando todos los miembros hayan terminado de escribir las notas positivas, se les pide que tomen los papeles de sus espaldas y lean las notas de los demás miembros en silencio. A continuación, el formador puede pedir a algunos que compartan algunos de los mensajes que han recibido.
4. La hoja con notas positivas puede servir a los participantes cada vez que sientan la necesidad de elevar su autoestima. La "pila" dura para siempre. Si hay un comentario negativo en la espalda, hay que preguntarse por qué y quién lo escribió. La actividad también puede mostrar las posibles relaciones negativas entre los miembros del grupo, que habrá que analizar más adelante.

2. Escribe una carta de autocompasión

1. Todo el mundo tiene algo de sí mismo que no le gusta; algo que le hace sentir vergüenza, sentirse inseguro o no ser "lo bastante bueno".
2. Tarea para los participantes: Escríbete una carta sobre este tema desde la aceptación y la compasión. Intenta escribirte algo amable, hablándote a ti mismo como si fueras un niño o alguien que necesita amabilidad. Aquí tienes un ejercicio de autocompasión que puede ayudarte a desarrollar esta habilidad. Tiempo para escribir la carta: 10 minutos.
3. Preguntas de reflexión:
 - ¿Fue difícil escribir este tipo de carta?
 - ¿Fue difícil sentir compasión por uno mismo?
 - ¿Cómo han cambiado tus sentimientos al escribir este tipo de carta?



	<p>3. Hacer un regalo</p> <ol style="list-style-type: none">1. El formador divide a los participantes en pequeños grupos de 4-6 personas cada uno. Les asigna una tarea: crear un regalo para... (país, ciudad, escuela, amigo, etc.). Pueden crear el regalo a partir de materiales de la naturaleza, también puede ser un baile, una canción, un vídeo, una presentación, lo que quieran. Deja que brille la creatividad de los participantes.2. Después de que los participantes presenten sus regalos.3. Los formadores pueden organizar concursos y pedir a los participantes que voten por el mejor regalo y el más creativo.
<p><i>Cómo terminar el taller</i></p>	<p>Una vez finalizado el taller, el formador anima a los participantes a limpiar sus mesas y la sala. Pueden ayudarse unos a otros.</p>
<p><i>Fuentes / otras lecturas / recursos</i></p>	<p>"Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad": https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>



2. Talleres para personas con discapacidad física (IDEJA)

Taller nº 1: "Creador de la nueva realidad".

<p>Título, breve descripción y métodos</p>	<p>"CREADOR DE LA NUEVA REALIDAD"</p> <p>COLLAGE "UN MAPA DE MIS PENSAMIENTOS" (MÉTODOS DE ARTETERAPIA, 1.2) + CREACIÓN DE PORTAPINCELES Y LÁPICES. DECOPAGE CON PAPEL DE SEDA (MÉTODO DE MANUALIDADES, 4.2) + CREACIÓN DE ARCILLA POLIMÉRICA. COLGANTE CIRCULAR (MÉTODO DE MANUALIDADES, 4.4)</p>  <p><i>Crédito de la foto: Centro Educativo IDEJA</i></p> <p><i>Las instrucciones del taller están adaptadas para trabajar con personas con discapacidades físicas, en silla de ruedas o con problemas motores.</i></p> <p>Las personas con discapacidad no sólo están infrarrepresentadas en el mercado laboral, sino también infrautilizadas en el lugar de trabajo. Suelen experimentar mayores tasas de desempleo y más problemas financieros y económicos que la población general. Es estadísticamente evidente que el espíritu empresarial también es menor entre las personas con discapacidad que entre el resto de la población.</p> <p>Además, junto a los problemas físicos, las personas con discapacidades físicas se distinguen por la duda en sí mismas, la</p>
---	--



	<p>escasa autosuficiencia, la sensación de tensión interior, el sentimiento de aislamiento de la sociedad.</p> <p>Por lo tanto, la meta y los objetivos de nuestros talleres es demostrar e introducir un método sencillo y asequible para cambiar la situación, mejorar la autoconciencia, aumentar la autoestima y crear requisitos previos para mejorar las capacidades empresariales potenciales.</p> <p>De acuerdo con la primera tarea, se definen las áreas de la vida más importantes para el participante y se aclaran sus deseos. Después los participantes reciben una formación que mejora la creatividad y las habilidades prácticas para integrarse en el mercado laboral.</p> <p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>
Objetivos	<p>Pasos realistas hacia el espacio soñado. Motivación de los participantes hacia el espíritu empresarial. Conocimiento y habilidades básicas en la fabricación de joyas y decoración de interiores.</p>
Competencias adquiridas	<p>Los participantes crean la herramienta para la nueva realidad, cambiando el espacio circundante y a sí mismos gracias a ello. Reciben los conocimientos teóricos y prácticos básicos en joyería y decoración de interiores para la estimulación inicial para las actividades empresariales posteriores.</p>
Directrices para la realización de talleres en clases mixtas	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y



	<p>ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.</p> <ul style="list-style-type: none">• Se debe de tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes



	<p>remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.</p> <ul style="list-style-type: none">• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p>Materiales y equipos</p>	<p>El taller se celebrará en un aula. El espacio de trabajo debe ser lo suficientemente amplio y cómodo para todos los participantes, especialmente para aquellos en silla de ruedas, y disponer de espacio suficiente para entrar, moverse y trabajar. Los materiales y herramientas de trabajo deben estar previamente preparados y al alcance de la mano.</p> <p>Materiales necesarios:</p> <p>De acuerdo con las especificaciones de los métodos de arteterapia y artesanía (del <i>Manual para formadores de adultos sobre creatividad y arteterapia para personas con discapacidad</i>).</p> <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Tabla.• Sillas.• Selantales de protección.• Mantel protector en la mesa.• Ordenador (deseable).• Proyector (deseable).• Papelera.• Agua potable. <p>Las imágenes y los vídeos que se van a proyectar deben prepararse previamente. El aula debe estar suficientemente iluminada para trabajar.</p>



	<p>Las herramientas necesarias deben comprobarse y prepararse antes del taller y proporcionarse en función de la cantidad de participantes.</p>
<i>Tamaño del grupo</i>	<p>El tamaño del grupo debe ser pequeño para que el formador pueda prestar una atención más individualizada. El número deseable de participantes que trabajen con un formador es de 6 personas.</p>
<i>Consejos pedagógicos para los formadores</i>	<ul style="list-style-type: none">• Preparar el plan detallado de ejecución de las actividades de forma correcta.• Sea positivo y sepa crear un ambiente acogedor y cálido.• Divida las instrucciones y la explicación en tareas breves y manejables.• Explica lo que hay que hacer de forma clara y comprensible, repitiendo las explicaciones si es necesario.• Demuestre lentamente el proceso de elaboración, muestre las etapas de acuerdo con el plan e invite a los participantes a seguirle.• Haga una pausa si nota que los participantes están cansados.• Paciencia, esté dispuesto a ayudar a los participantes cuando vea que es necesario.• La principal tarea del formador es comprender a los participantes y entender sus dificultades para ayudarles a tiempo a evitar la situación de nerviosismo y la actitud negativa.• Repita la explicación y la demostración tanto como sea necesario, no sea demasiado insistente, fomente la iniciativa.• No se olvide de las pausas para el café y las pequeñas pausas de relax, para garantizar a los participantes un ambiente cómodo, agradable y acogedor.
<i>Tiempo necesario</i>	<p>La duración total de este taller es de 2 días.</p>



	<p>Primer día: 4-5 horas.</p> <ul style="list-style-type: none">• 1h para Collage "Un mapa de mis pensamientos".• 20-30 min pausa-café.• 2h para la creación de pinceles y portalápices. Decoupage con papel de seda.• 0,5-1 hora para debate, fotos, asesoramiento y finalización. <p>Segundo día: 3,5-4,5 horas.</p> <ul style="list-style-type: none">• 2,50-3h para artesanía con arcilla polimérica. Círculo colgante.• 30-60 min para finalizar, discutir, fotos, recomendaciones para otras actividades.• 15 min para los cuestionarios de evaluación.
<p>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</p>	<ul style="list-style-type: none">• Empieza por sonreír.• Invite a los participantes a ocupar los puestos de trabajo.• Si es posible, colóquese de forma que usted y los participantes estén al mismo nivel. Evite posiciones en las que el participante necesite echar la cabeza hacia atrás.• Breve discurso de bienvenida, presentándose y familiarizando a los participantes.• Comuníquese con las personas con discapacidad de la misma manera que te comunicas con otras personas. Debes comportarte de la misma forma que siempre.• Describa los planes del día y las actividades previstas brevemente.• Invite a firmar la hoja de asistencia y avise de que hará fotos durante el taller si se lo permiten.• Informe a los participantes sobre la ubicación del aseo/baño, locales para materiales, cocina, si procede, etc.



	<ul style="list-style-type: none">• Cree un ambiente de amistad y benevolencia.• Mantenga la calma y la confianza.
<i>Etapas de la aplicación</i>	Actividades del primer día: <ol style="list-style-type: none">1. Prepara preliminarmente todos los equipos, muestras, materiales y herramientas necesarios para las actividades 1.2 y 4.2.2. El formador tiene que saber cuántas personas asistirán con y sin silla de ruedas, y organizar en consecuencia los lugares de trabajo, los lugares para sentarse y los materiales necesarios para la actividad 1.2.3. Los participantes deben disponer de espacio suficiente para mover y girar las sillas de ruedas.4. Explique a los participantes la tarea de la primera actividad 1.2., asegúrese de que todo es comprensible y comience a ponerla en práctica.5. Una vez preparada la tarea, el formador empieza a discutir individualmente el collage y lo interpreta junto con el participante, ayuda a los participantes a entenderlo y a inspirarse en él.6. A continuación, invite a los participantes a la pausa-café, durante este tiempo prepare la mesa para la actividad, 4.2.7. Prepara las muestras e imágenes para la demostración. Organice cuidadosamente cada espacio de trabajo, empezando por el protector de la mesa, el delantal para el participante, las herramientas y los materiales necesarios.8. Muestre las muestras e imágenes de los productos acabados a los participantes. Describa los materiales y herramientas con los que trabajará y demuestre cómo utilizarlos correctamente.9. Empiece a demostrar las etapas del proceso de decoración de forma lenta, clara, pero breve. Pida a los participantes que le sigan y repitan lo que hace, obsérvalos, corrígelos, ayúdales a actuar correctamente.



Crédito de la foto: Centro Educativo IDEJA

10. Cuando el objeto esté decorado, déjelo secar y pida a los participantes que limpien la zona de trabajo, las herramientas, las manos y que coloquen los materiales en su sitio. Esto es importante porque los participantes repetirán esto por su cuenta y necesitan saber cómo cuidar los instrumentos. Al final, discuta los resultados, centrándose en el hecho de que el objeto ha pasado de ser basura a ser un elemento valioso, y deses retroalimentación, proyectándola a la situación actual y futura, estimulando así la consecución de los resultados deseados. Recomiende a los participantes que estudien el Manual.
11. "Digital and creative teaching methods in work with disabled", proyecto Nordplus "DigiAble" (NPAD-2020/10047: pídeles que lo guarden y lo estudien cuando vuelvan a casa. Esto les ayudará a familiarizarse con los distintos recursos de Internet.

Actividades del segundo día:

1. Realiza los mismos preparativos que el día anterior, pero con las herramientas y materiales necesarios para la actividad 4.4.
2. A continuación, muestre los ejemplos a los participantes, haga una demostración del vídeo, explique el proceso, invite a seguir sus instrucciones y la demostración visual y actúe como se describe en las actividades del primer día.



Crédito de la foto: Centro Educativo IDEJA

3. Si ves que los resultados no son buenos, ayuda a mejorarlos, pero no tengas prisa, no te enfades, haz una pausa, proporciona al participante una tarea más fácil.
4. Al terminar, pide a los participantes que limpien la zona de trabajo, los instrumentos, que coloquen las herramientas y los materiales en su sitio.
5. Y ahora, el momento de la pausa para el café. Durante este tiempo se debe "cocinar" los colgantes en el horno con el fin de endurecerlos.
6. Es recomendable animar a los participantes al final del taller.
7. Ahora es el momento de exponer los productos hechos a mano, hacer las fotos, discutir los resultados, preguntarse cuáles fueron las dificultades y cuáles fueron los momentos y resultados más positivos en el proceso de decoración y fabricación de joyas.

Cómo terminar el taller

- Ahora es el momento de discutir cómo aplicar, cómo utilizar los conocimientos recibidos y cómo ponerlos en práctica en la vida de los participantes.
- ¿Cómo influye en las capacidades empresariales? De diferentes maneras, en tres vertientes principales:



	<ul style="list-style-type: none"> • En primer lugar, puedes hablar de la organización de la feria-venta de productos artesanales como mercado de Navidad o Semana Santa, por ejemplo. • En segundo lugar, debatir la posibilidad de las ventas por internet, como etsy, por ejemplo. • Y la tercera opción es el resultado de sentimientos buenos y positivos, habilidades prácticas y el deseo de hacer algo bueno por otras personas, compañeros o amigos. De este modo, los participantes pueden establecer la plataforma para la socialización en el lugar de trabajo. El Centro Educativo Ideja tiene muy buenas muestras de este tipo de prácticas. • Pida a los participantes que rellenen los cuestionarios de evaluación. • Por último, despídase, di que ha sido un placer conocerles y trabajar con ellos. Desea a los participantes que sigan aplicando los conocimientos recibidos y ayúdeles a salir adelante.
--	---

Taller nº 2: "¡Constructor de la nueva realidad de nosotros mismos!"

<p>Título, breve descripción y métodos</p>	<p>"¡CONSTRUCTOR DE LA NUEVA REALIDAD DE NOSOTROS MISMOS!"</p> <p>MÉTODO NEUROGRÁFICO (ARTETERAPIA, 1.3) + KIT DE DECORACIÓN INTERIOR "JUNTO AL MAR" (MÉTODO DE MANUALIDADES, 4.7) + RESPIRACIÓN PROFUNDA O DIAFRAGMÁTICA (TÉCNICAS DE RELAJACIÓN, 2.1)</p>  <p><i>Crédito de la foto: Centro Educativo IDEJA</i></p>
---	--



	<p><i>Este taller está dirigido a personas con discapacidad física, en silla de ruedas o con problemas motrices.</i></p> <p>¿Qué es la autoexpresión? Es la expresión de los propios sentimientos, pensamientos y emociones. Cuando nos referimos a la autoexpresión, de forma convencional hablamos de expresar emociones o ideas positivas a través, por ejemplo, cualquier acción positiva como la escritura, el arte, la música o la danza. Pero las emociones y sentimientos de cualquier persona, especialmente de las personas con discapacidad, pueden ser negativas, como la tristeza, la ira o el miedo.</p> <p>Al mismo tiempo, resultado de no sentirse valorados por la sociedad, hace que las personas con discapacidad sufran por cómo reaccionan los demás ante ella, lo que puede suponer una baja autoestima. En este caso, las emociones suelen quedar reprimidas. Esto supone una verdadera barrera para la autoexpresión, un camino hacia el aislamiento y la depresión.</p> <p>Así pues, tenemos que superar esta barrera, descubrir nuevos puntos de expresión y construir una nueva realidad . Por supuesto, es difícil conseguirlo con un solo taller, pero nuestros métodos son muy eficaces.</p> <p>¿Por qué es tan importante la autoexpresión para las personas discapacitadas?</p> <p>Para romper los estereotipos psicológicos sobre la discapacidad y cumplir el deseo de ser iguales al resto de la sociedad.</p> <p>¿Cómo aumentar la autoexpresión?</p> <p>La palabra clave es "creatividad". Se debe aumenar y mejorar la capacidad de transmitir nuestra personalidad, emociones y sentimientos por medios creativos.</p> <p>El taller empieza con la Neurografía. La neurociencia nos está enseñando que la "autoexpresión" podría ser una -si no la más importante- de las formas en que las personas conectan, navegan y crecen entre sí" (Judith Glaser).</p> <p>Este es el último y más probado método de transformación.</p> <p>Continúa con el método de la ventana que se abre en el mundo de la nueva realidad - el método de la artesanía. Esto ayuda a ser un</p>
--	---



	<p>constructor de nueva realidad, nuevas emociones, nuevos sentimientos.</p> <p>El taller finaliza con la técnica de respiración diafragmática, una práctica sencilla pero eficaz que puede conducir a una rápida relajación del cuerpo.</p> <p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>
Objetivos	<p>El objetivo de este taller es aumentar la autoexpresión de los participantes adultos con discapacidad.</p> <p>El objetivo general es ayudar a la persona a ser feliz y mejorar su calidad de vida. El objetivo más concreto es ayudar a la persona a producir una nueva comprensión de la realidad y de sí misma, a descubrir nuevas habilidades creativas, a ganar confianza en sí misma y aumentar su autoestima y a mejorar la comunicación y la cooperación con la comunidad mediante la autoexpresión.</p>
Competencias adquiridas	<p>Mediante el método neurográfico, los participantes desbloquean la tendencia a una nueva realidad deseada, desarrollan el flujo creativo y revelan sus fuerzas y reservas internas.</p> <p>En el taller de manualidades adquieren nuevos conocimientos creativos y aumentan su autoestima, su tendencia al pensamiento creativo y la conciencia de que pueden hacer mucho: crear cosas bonitas y ser felices.</p>
Directrices para la realización de talleres en clases mixtas	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y



	<p>ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.</p> <ul style="list-style-type: none">• Se debe de tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/softwarees informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes



	<p>remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.</p> <ul style="list-style-type: none">• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Materiales y equipos</i></p>	<p>El taller se celebrará en un aula o en cualquier sala espaciosa. El espacio de trabajo debe ser lo suficientemente grande y cómodo para todos los participantes, especialmente para aquellos en silla de ruedas, y disponer de espacio suficiente para entrar, moverse y trabajar.</p> <p>Materiales necesarios:</p> <p>Materiales conformes a las especificaciones establecidas para las actividades 1.3, 4.7. en el Manual.</p> <ul style="list-style-type: none">• Papel o bloc de notas.• Bolígrafo.• Materiales de embalaje para obras de arte preparadas.• Agua potable.• Delantales de protección.• Película protectora para la mesa.• Accesorios y productos para la pausa del café. <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Tabla.• Sillas.• Ordenador o cualquier dispositivo para música.• Proyector.• Papelera.



	<p>Hay que preparar previamente las imágenes y los vídeos que se van a mostrar con el proyector y disponer de iluminación suficiente para trabajar.</p> <p>Las herramientas y materiales necesarios deben comprobarse y prepararse antes del taller y suministrarse en función de la cantidad de participantes.</p>
<i>Tamaño del grupo</i>	<p>El tamaño óptimo del grupo debe limitarse a 6 personas, para una atención más individualizada por parte del formador. O puede ser mayor en caso de presencia de un asistente.</p>
<i>Consejos pedagógicos para los formadores</i>	<ul style="list-style-type: none">• El formador debe ser positivo, y la positividad debe ser sincera, sin falsedad, porque los alumnos con discapacidad lo sienten intuitivamente.• Lo principal es comprender y recordar que las personas con discapacidad son exactamente iguales que los demás, pero más vulnerables e intuitivas.• Debe gustarle lo que está haciendo, no debe estar tenso o cansado. Debe responder a las preguntas y hablar con libertad, con humor, utilizando bromas cuyo tema puede variar; pero sin excluir la personalidad de los participantes y su trabajo.• El formador debe tener una voz fuerte y clara con una forma de hablar nítida.• Como en cualquier forma de aprendizaje, la información verbal debe estar bien estructurada, ser fácil de entender y transmitirse en frases cortas y claras.• La información visual debe mostrarse secuencialmente y de forma que todos puedan verla al mismo tiempo, con explicaciones de forma accesible para todos.• Por supuesto, a veces ocurre que varios participantes necesitan atención o ayuda a la vez. Por lo tanto, asegúrese de decirles que no se preocupen, que se dirigirá a todos por turnos.



	<ul style="list-style-type: none">• Debes preparar y desarrollar un plan de acción detallado para que tú mismo sientas todos los detalles desde lo más profundo de tu alma.• Los materiales y herramientas de trabajo deben estar previamente preparados y al alcance de la mano.• Haz una pausa si sientes que los participantes están cansados, puedes bromear o contar una historia corta.• Los participantes deben disponer de espacio suficiente para mover y girar las sillas de ruedas.• El formador tiene que saber cuántas personas habrá con y sin silla de ruedas, y organizar en consecuencia los lugares de trabajo, los sitios para sentarse y los materiales necesarios para el taller.• No metas prisa a los participantes, tienen que sentirse libres, sin presiones, porque sus habilidades son diferentes. Depende de la situación, puede haber casos en los que te veas obligado a ofrecerles terminar el trabajo en el próximo encuentro o a ofrecerles hacerlo ellos mismos en casa. O terminar la obra juntos, si los demás participantes están de acuerdo.
Tiempo necesario	<p>La duración total del taller es de 5,5 o 6,5 horas, dependiendo de la situación.</p> <ul style="list-style-type: none">• 10 min actividad introducción.• 1,5 h para el método neurográfico.• 10-20 min para debatir.• 20-30 min pausa café para los participantes/preparación de la siguiente actividad por el formador.• 10-15 min de explicación del proceso de decoración.• 2 - 2,5 h para el kit de decoración interior "Seaside".• 10 min para respiración profunda o diafragmática.• 30-40 min para finalizar, debatir, fotos, recomendaciones para otras actividades.• 10 min para los cuestionarios de evaluación.



<p><i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Dé la bienvenida a los participantes con una sonrisa y palabras cordiales.• Invíteles a ocupar los puestos de trabajo.• Preséntese y familiariza a los participantes. Explícales lo que vais a hacer hoy. Explíquelo con entusiasmo, que haga crecer su interés y ganas de empezar. El método Neurográfico es realmente impresionante, ¡y el proceso de decoración es asombroso!• Para crear un ambiente acogedor y cálido, prepara un pequeño regalo agradable y colócalo en cada puesto de trabajo. Por ejemplo, un pequeño trozo de papel o cartulina como una tarjeta postal o una postal real en la que puede escribir algunas palabras de bienvenida, poner caramelos o galletas o un pequeño regalo como un imán, etc. También puede dibujar una sonrisa en un papel simple, de diferente color para cada estudiante, y ponerla en su lugar de trabajo. Puedes comentar al principio: esto nos recordará sonreír hoy mucho.• Colóquese de forma que los participantes estén al mismo nivel. Evita posiciones en las que los participantes tengan que echar la cabeza hacia atrás.• Invite a firmar la hoja de asistencia y avise de que hará fotos durante el taller si se lo permiten.• Informar a los participantes sobre el plano de la planta, la ubicación del aseo/baño.
<p><i>Etapas de la aplicación</i></p>	<ol style="list-style-type: none">1. Traiga al aula todo el equipo, las muestras, los materiales y las herramientas necesarios para el "Método neurográfico" y el "Kit de decoración interior seaside".2. Prepare el papel, los lápices y los rotuladores para la actividad Método neurográfico en los lugares de trabajo correspondientes.3. Explique detalladamente a los participantes la tarea y la primera actividad del método neurográfico, asegúrese de que todo es comprensible y comience a ponerlo en práctica.



4. Pon música relajante para crear ambiente.
5. Anime a los alumnos a concentrarse en silencio en el problema que les ronda por la cabeza.
6. Invite a los participantes a empezar a dibujar las líneas con rotulador negro de forma intuitiva y a llenar la hoja de papel dibujando líneas. Los alumnos deben concentrarse en el proceso de dibujar y no en la belleza del dibujo. Cuando la hoja de papel esté llena de líneas, hay que explorar y corregir las formas de las líneas resultantes y sus intersecciones redondeando todas las esquinas. Se tarda aproximadamente 30-40 minutos dado que es un trabajo minucioso.
7. Cuando termine el proceso de redondeo, pida a los alumnos que identifiquen y dibujen con trazo grueso las líneas principales del dibujo. Este trabajo contribuye a la reducción de la tensión interna, la atenuación del conflicto interno, la liberación de energía positiva que puede ayudar a resolver el problema, que parecía irresoluble en la primera etapa, o su solución. Después pídeles que empiecen a colorear el dibujo con lápices.



Crédito de la foto: Centro Educativo IDEJA

8. Evaluar los cambios en el estado emocional.
9. A continuación, la pausa-café, invite a los alumnos a relajarse y a tomar café/té. Durante 20 min. aproximadamente.



10. Durante este tiempo, prepara la mesa para la siguiente actividad: Kit de decoración interior "junto al mar".
11. Preparar las muestras e imágenes para la demostración. Organice cada espacio de trabajo con mucho cuidado, empezando por el protector para la mesa y el delantal para el participante, las herramientas y los materiales necesarios. Invita a los participantes a ir a sus lugares de trabajo.
12. Enseña a los participantes las muestras e imágenes de los productos ya listos y diles que ahora vais a fabricar objetos similares. Describa los materiales y herramientas con los que trabajará y demuestre cómo utilizarlos correctamente. Muestre la gama de materiales naturales para el proceso de decoración, anime a los alumnos a elegir el tema y el concepto de decoración.



Crédito de la foto: Centro Educativo IDEJA

13. Demuestre las etapas del proceso de decoración. Pida a los participantes que experimenten previamente con un trozo de cartón. A continuación, inicie el proceso de decoración por etapas, tal como se describe en el kit de decoración de interiores "playa".
14. Cuando los objetos estén decorados, déjalos secar y pide a los participantes que limpien la zona de trabajo, las herramientas, las manos y que coloquen los materiales en su sitio. Esto es importante porque los participantes repetirán esto solos y necesitan saber cómo cuidar los instrumentos.



	<p>15. A continuación, invita a los participantes a realizar el ejercicio de relajación: Respiración profunda o respiración diafragmática. Así podrán aprender a relajarse mientras hacen ejercicio, ya que se trata de una práctica eficaz que conduce a una rápida relajación del cuerpo. Pregunte a los participantes sobre el bienestar.</p> <p>16. Después de la relajación organiza la exposición local común de las obras de arte y obras neurográficas. Es preferible que acudan algunos miembros del personal o visitantes. Hacer las fotos. Puede hacer las fotos de obras de arte junto con los autores y publicarlo en las redes sociales.</p>
<p><i>Cómo terminar el taller</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ahora es el momento de debatir sobre los conocimientos recibidos, su importancia, su aplicabilidad, su influencia en los participantes y, por último, los resultados. • Pida a los participantes que rellenen los cuestionarios de evaluación. • Ayudar a los participantes a empaquetar sus obras de arte y a llevárselas a casa. • Por último, despídete, pronuncia unas palabras agradables y ayuda a los participantes a salir.

Taller nº 3: "Paseo creativo"

<p><i>Título, breve descripción y métodos</i></p>	<p>"PASEO CREATIVO"</p> <p>LAND ART (ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE, 3.3) + CORONA DE MATERIALES NATURALES (ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE, 3.4) + DECORACIÓN CON PÉTALOS DE ROSA (MÉTODO ARTESANAL)</p>
--	---



Crédito de la foto: Centro Educativo IDEJA

Estas actividades están adaptadas a las personas con discapacidades físicas tras un ictus y contribuyen al bienestar, incluido el psicológico, al aire libre.

Los talleres se llevan a cabo utilizando materiales de la naturaleza y los procesos que se dan en ella como parte de una obra de arte, combinando actividades en el exterior y en el interior.

Actividad 1. Recogida de material natural y creación de una imagen sobre el terreno.

Actividad 2. Recogida de flores y hierbas y tejido de la corona.

Actividad 3. Recogida de material natural, preparación previa del material y decoración del jarrón con pétalos de rosa u otras flores.

Este taller propone una participación colectiva, en la que cada uno contribuye en función de sus capacidades físicas

La Actividad 3 necesita el material, el cual hay que preparar previamente en el paseo anterior o terminar cierto tiempo después, cuando los pétalos de las flores estén lo suficientemente secos para pegarlos.

Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: <https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/>

Objetivos

- Mejora del estado físico.



	<ul style="list-style-type: none">• Mejora del humor y del estado psicológico.• Salida del estado de autoaislamiento.• Establecer una relación y desarrollar capacidades de acción colectiva.• Lograr la inclusión social.
<i>Competencias adquiridas</i>	<p>Estas actividades contribuyen a una serie de competencias, como:</p> <ul style="list-style-type: none">• Conocimiento y desarrollo de capacidades y habilidades físicas propias.• Desarrollo de la imaginación creativa.• Estudio del material natural y diseño basado en él.• Habilidades prácticas en artesanía.• Habilidades para establecer una relación y desarrollar una acción colectiva.• Habilidades de automotivación para actividades al aire libre.
<i>Directrices para la realización de talleres en clases mixtas</i>	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.• Se debe tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara,



	<p>micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.</p> <ul style="list-style-type: none">• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de



	<p>diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).</p> <ul style="list-style-type: none">• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p>Materiales y equipos</p>	<p>El taller se desarrollará en parte en el exterior y en parte en el interior.</p> <p>Materiales necesarios: <i>Materiales de acuerdo con las especificaciones del Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Material natural preparado: pétalos de flores.• Bolsa, cesta o mochila.• Alambre o cuerda para sujetar los materiales, tijeras o cúter para metales.• Botiquín de primeros auxilios.• Guantes de caucho.• Papel o bloc de notas.• Bolígrafo.• Materiales de embalaje para obras de arte preparadas.• Agua potable.• Delantales de protección.• Película protectora para la mesa.• Productos y accesorios para la pausa del café. <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Tabla.• Sillas.• Ordenador o centro musical.• Proyector (deseable).• Secadores de pelo para secar los trabajos hechos a mano.• Papelera. <p>Hay que preparar previamente las imágenes y vídeos que se mostrarán con el proyector y disponer de iluminación suficiente para trabajar.</p>



	<p>Las herramientas y materiales necesarios deben comprobarse y prepararse antes del taller y proporcionarse en función del número de participantes.</p>
Tamaño del grupo	<p>El grupo está formado por participantes con discapacidad, asistentes acompañantes y un formador. Un formador puede realizar actividades con 12-15 personas. En este caso, el tamaño del grupo viene determinado por el número de asistentes acompañantes, que depende del grado de estado de los participantes.</p>
Consejos pedagógicos para los formadores	<p><i>Entre los consejos pedagógicos para los formadores figuran algunos de carácter general:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Crea un ambiente benévolo, la exclusión de la crítica y las comparaciones; haciendo hincapié en la importancia y el éxito de absolutamente todos los participantes.• Familiariza a los participantes con las normas de comportamiento.• Prepara cuidadosamente el evento y a si mismo, explica claramente cuál será el resultado de la actividad.• Al finalizar el taller, invite a los participantes a determinar su significado y valor para ellos mismos. <p><i>Así como consejos especiales para trabajar con personas que han sufrido un ictus:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Conocer y tener en cuenta las capacidades físicas de los participantes.• Utilizar un ritmo adecuado, más bien lento, de explicaciones y actuaciones para cada participante.• Dar a cada participante la oportunidad de interrumpir para ir al baño u otras necesidades, teniendo en cuenta que puede llevar más tiempo de lo habitual.• Cooperar con los asistentes de acompañamiento para poder prestar la ayuda necesaria.



	<ul style="list-style-type: none">• Mostrar confianza en cada participante, prestándole ayuda sin reprimir sus movimientos e iniciativas.• Junto con las normas generales de seguridad, considere con especial atención los posibles riesgos para el estado de salud de los participantes: picaduras de insectos, plantas venenosas, ataques alérgicos, condiciones meteorológicas como la probabilidad de quemaduras solares, afecciones médicas o discapacidades
Tiempo necesario	<p><i>El taller tiene una duración total de 3 días, un día para cada actividad</i></p> <p>Primer día: Actividad 1 (duración aprox. 6 h, excluyendo llegada y salida)</p> <ul style="list-style-type: none">• Llegada al lugar de la actividad en transporte público o autobús personalizado: duración incierto.• 20 min: Introducción del formador, presentación, familiarización con las próximas actividades, establecimiento de tareas, asignación de responsabilidades.• 20 min: Debate sobre ideas creativas.• 1,5 h: Colección de material natural.• 0,5 h: Pausa para descansar.• 1,5 h: Creación de las composiciones.• 1 h: Demostración, debate, toma de fotografías.• 1 h: Picnic y descanso.• Camino de vuelta a casa: duración incierta. <p>Segundo día - Actividad 2 (duración aprox. 4 h, excluyendo llegada y salida)</p> <p><i>La actividad 2 puede realizarse el primer día, dependiendo del estado de salud de los participantes. En ese caso, los límites de tiempo para cada paso deben ser más cortos.</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Llegada al lugar de la actividad en transporte público o autobús personalizado: duración incierta.• 20 min: Introducción de la actividad.• 30-40 min: Colección de material natural.• 45 min: Tejer coronas.• 1 h: Demostración, debate, fotografía.• 1 h: Picnic y descanso.• Camino de vuelta a casa: duración interna.



	<p>3er día - Actividad 3 (duración aprox. 2,5-3 h)</p> <ul style="list-style-type: none">• 10 min: Recogida y bienvenida a los participantes.• 15-20 min: Fase inspiradora: introducción del contenido de la acción, ejemplo de demostración.• 30 min: Preparación y aplicación de la masa de pétalos.• 15-30 min: Secado.• 15 min: Pintar con pintura acrílica.• 20-30 min: Debate sobre el progreso y los resultados del trabajo, evaluación.• 30 min: Hora del té.
<p>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</p>	<p>Acciones iniciales aplicables a todas las actividades de este taller</p> <ul style="list-style-type: none">• Para las <i>Actividades 1 y 2</i>, que se realizan al aire libre, en el parque, o fuera de la ciudad, reúna a los participantes en el lugar determinado de recogida, acójalos amistosamente. Es una variante ideal si se lleva a los participantes al lugar con el transporte habitual. En ese caso es mejor ir con ellos y hacer la presentación durante el camino al lugar.• Preséntate y explica brevemente por qué acude al taller, haciendo hincapié en su actitud positiva hacia este tipo de actividades y hacia el presente acto en particular.• Familiarice a los participantes con el tema, las tareas y el desarrollo del taller. Explique brevemente qué significa el Land art y haga una demostración con los ejemplos. Haga preguntas, averigüe si este programa es adecuado para todos y qué correcciones pueden ser necesarias. Hágalo durante el trayecto o al llegar al lugar.• Para crear un ambiente amistoso y espíritu de equipo, es aconsejable obsequiar a los participantes con algún distintivo o accesorio como insignias, gorras, bufandas, cintas en las mangas, etc. Los mismos atributos, con algunas diferencias, pueden utilizarse si es necesario para dividir a los participantes en grupos.• Familiarice a los participantes con las normas de comportamiento y la responsabilidad de su cumplimiento. Invite a firmar la hoja de asistencia y advierta que se tomarán fotografías durante el taller si lo permiten.



	<ul style="list-style-type: none">• Póngase de acuerdo con los asistentes para que realicen algunas funciones, por ejemplo, fotografiar, llevar objetos comunes, organizar un pequeño picnic. Si uno de los participantes necesita ayuda especial, designe un asistente permanente específico para esa persona.• El territorio de la actividad debe resultarte familiar. Piensa de antemano qué materiales naturales del mismo se pueden utilizar para crear las obras.
Etapas de la aplicación	Actividad 1: Land art <ol style="list-style-type: none">1. Reúna a todos los participantes en el lugar y debate con ellos qué tipo de materiales naturales están disponibles en ese momento y qué obras de Land art les gustaría crear.2. Divida a los participantes en grupos de 4-5 personas o más con ideas iguales o parecidas, de modo que haya al menos un asistente.3. Los grupos empiezan a recoger materiales según sus ideas e intereses. Deles tiempo para que recojan lo que quieran utilizar y recojan en un lugar de su elección donde empezarán a crear la obra de arte según sus ideas. Por supuesto, pueden corregir el plan inicial y crear una nueva idea.4. Ayude a cada grupo a poner en práctica su plan, no dictando, sino promoviendo la imaginación creativa y dirigiendo el pensamiento creativo del grupo hacia el resultado.5. Si el tiempo lo permite, haz tu propia obra de Land art como ejemplo.



Crédito de la foto: Centro Educativo IDEJA

6. Cuando todos los trabajos estén listos, ofrezca una demostración de los mismos. Pida a cada grupo que presente su obra y a los demás que den una impresión de ella, pero no una valoración. Proponga a los espectadores que digan a los autores qué aspecto tiene esa imagen, qué tipo de carácter parece tener, cómo parece expresar al creador, etcétera. Diles que cualquier forma de elogio es bienvenida.
7. Sugiera a los autores que den el nombre de la obra e incluso que cuenten la historia sobre la imagen o el personaje, mejor de forma lúdica.

Actividad 2: Tejer una corona con materiales naturales

1. La actividad también se realiza al aire libre - en un lugar en la naturaleza, por lo que la fase de introducción es la misma que para la *Actividad 1*.
2. Debes elegir un lugar donde haya bancos y mesas para trabajar. Reúne a todos los participantes en el lugar y enséñales los métodos para tejer coronas de flores y hierbas silvestres. Diles qué tipo de flores y hierbas hay disponibles y cuáles son las características de tejerlas en una corona.
3. Muestra la técnica de tejido. Teja una pequeña corona, por ejemplo.
4. Ofrézcales primero recoger individualmente flores y hierbas en cantidades suficientes, y luego tejer con el material recogido. Sugiera opciones para realizar la corona tejiendo o uniendo el material natural, por ejemplo: conos, frutos,



espigas. Di a los participantes cuánto tiempo se les da exactamente para recoger el material. Nombra el lugar de recogida.

5. Cuando los participantes estén de vuelta con las flores, hierbas y demás material recogido, evalúe el material recogido y, si es necesario, ayude a añadirlo o diversificarlo.
6. Reparte las herramientas necesarias para tejer y diseñar - alambre, tijeras, etc.- y motívalas a crear su propia obra de arte.
7. Para aumentar la motivación, sugiera pensar para quién o por qué motivo se tejerá esta corona. Por ejemplo, si en el grupo hay una persona que cumple años, se le puede regalar una corona.
8. Cada uno puede tejer tantas coronas como quiera y cuanto material haya.
9. Si los participantes no pueden terminar de tejer y unir los extremos de la corona, asegúrate de ayudarles a prepararla.
10. Invita a los participantes a compartir para quién tejieron la corona o por qué motivo. Qué pensamientos, deseos han "tejido" en ella, qué puede simbolizar cada una de las partes de la corona...

Actividad 3: Decoración con pétalos de rosa

1. La actividad se desarrolla en el interior. Se supone que los pétalos de flores son recogidos por los participantes antes de la actividad, algo necesario para que se sequen, o proporcionados ya secos y listos por los organizadores de la actividad.
2. Reúna a los participantes en el lugar y pase a la fase de introducción y bienvenida.
3. Reparta los materiales y accesorios a cada participante o a un par de ellos si trabajan juntos.
4. Invite a los participantes a preparar los materiales: llene los recipientes apropiados con cola; coloque el tarro de forma que sea conveniente aplicarle la masa.



	<ol style="list-style-type: none">5. Introducir los pétalos de rosa en el pegamento durante unos 5 min y mezclar bien.6. Los participantes aplican el pegamento y la masa de pétalos en la botella o el tarro con la mano, y presionan los pétalos para que queden bien unidos. Si es necesario, utilizar guantes de goma para ello.7. Entregue a los participantes un secador de pelo para secar el revestimiento del tarro. Vigile atentamente el proceso de secado, haga pausas para evitar el sobrecalentamiento. Ayude a determinar el grado de secado y cuándo hay que terminar el proceso.8. Los participantes toman pinturas acrílicas doradas y pinceles y pintan el revestimiento decorativo de color dorado. También se pueden aplicar otros colores.9. La decoración está lista, invita a demostrarla y a contar cómo se sienten con el proceso y el resultado. ¿Qué significa el proceso para ellos? ¿Cómo utilizarán el jarrón?10. Pregúntales si necesitan que les escribas las instrucciones por pasos, incluido el proceso de preparación de los pétalos, para poder repetir la acción por sí mismos.11. Pida a los participantes que rellenen los cuestionarios de evaluación. <p>Agradézcales sinceramente su participación en la acción, ofrézcales té y aperitivos.</p>
<p><i>Cómo terminar el taller</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Sugiera tomar tantas fotos como sea posible durante el trabajo y demostrar el resultado. En la <i>Actividad 2</i>, al final de la clase, sugiera tomar una foto general con las coronas.• Termina las Actividades 1 y 2 con un pequeño picnic, todos deben tener provisiones de comida y bebida con ellos. La Actividad 3 puede terminarse con un té.• Asegúrese de que cuando abandone el lugar no se haya dejado basura y objetos que ensucien el entorno.



3. Talleres para adultos con Asperger (EUROPOLE)

Taller nº 1: "Trabajo en equipo"

<p>Título, breve descripción y métodos</p>	<p>"TRABAJO EN EQUIPOS"</p> <p>CÓMO CREAR UNA HISTORIA: LA IDEA (ESCRITURA CREATIVA 6.1)</p>  <p><i>Crédito de la foto: EUROPOLE</i></p> <p>En este primer taller, los participantes con Asperger, como miembros del grupo, empezarán a conocerse (si no se conocían ya de antes) y a establecer una línea de comunicación bidireccional con el formador.</p> <p>En esta fase, es importante lograr el reconocimiento mutuo y la cooperación a través de la empatía y el diálogo.</p> <p>Además, el formador debe hacerse una idea de las diferentes capacidades de los miembros del grupo para respetar las trayectorias específicas de cada uno.</p> <p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>
<p>Objetivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Obtener el interés y la participación del grupo en el curso de escritura creativa. • Facilitar la autoexpresión.



<p>Competencias adquiridas</p>	<p>Al final de la reunión, los participantes del taller deben sentirse cómodos entre ellos y con el formador, deben ponerse de acuerdo sobre los objetivos y las actividades que se llevarán a cabo en el taller.</p>
<p>Directrices para la realización de talleres en clases mixtas</p>	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.• Se debe tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.



<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Materiales y equipo</i></p>	<p>En primer lugar, el formador debe asegurarse de que:</p> <ul style="list-style-type: none">• El lugar de trabajo está limpio, ordenado y tranquilo, luminoso y suficientemente espacioso para que todos se sientan cómodos.• Que el equipo informático y los proyectores funcionan (si es necesario durante el taller).



	<ul style="list-style-type: none">• Que los participantes dispongan de todos los equipos y materiales necesarios para el curso. <p>El formador también debe tener en cuenta que los participantes del grupo destinatario pueden tener diferentes niveles de capacidad, por lo que todas las instrucciones y ejercicios tendrán que adaptarse a los diferentes niveles, también con el apoyo de</p> <ul style="list-style-type: none">- Tecnologías y programas informáticos específicos.- Pizarras blancas para la comunicación basada en imágenes.- Pizarras con tiza o rotuladores.- Posibles dispositivos para hablar. <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sillas.• Tablas.• Ordenadores.• Proyector.• Altavoces.• Pizarras.• Dispositivos específicos. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none">• Papel, cuadernos.• Bolígrafos y lápices.• Colores (lápices, ceras, rotuladores, etc.).• Ordenador portátil (opcional).• Otros medios específicos (opcional).
<p>Tamaño del grupo</p>	<p>El tamaño ideal es de unas 8-12 personas, pero también depende del grado de dificultad de cada participante.</p>
<p>Consejos pedagógicos para el formador</p>	<ul style="list-style-type: none">• El formador debe ser sensible a las características específicas de los participantes y desarrollar valores y principios correctos, así como combatir los prejuicios y estereotipos perjudiciales.• Los participantes pueden ser muy diferentes entre sí. Es necesario entender qué puede y qué no puede hacer cada participante. En particular, entender qué canal expresivo



	<p>prefieren (dibujo, escritura, música, representación corporal).</p> <ul style="list-style-type: none">• Preste mucha atención y escucha a los participantes.• El formador debe guiar los debates con suavidad, tolerar las divagaciones y responder a las preguntas más extrañas con seriedad y amplitud. Reconoce siempre una afirmación o una tarea realizada.• Durante la actividad, es importante sonreír y utilizar el humor (no bromear sobre las expresiones de los participantes a menos que estén obviamente destinadas a hacer sonreír).• No se precipite y trabaje en un ambiente creativo y cálido.• Si los participantes muestran interés por una parte específica del tema o por una actividad, debe seguirse, teniendo cuidado de volver a centrar la atención en el tema principal después.
<i>Tiempo necesario</i>	<p>No más de 1 hora.</p> <p>Si los participantes muestran fatiga o pérdida de concentración, introduzca pausas o actividades de aligeramiento.</p>
<i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i>	<ul style="list-style-type: none">• En primer lugar, el formador debe saludar a todos, darles la bienvenida y presentarse,• A continuación, pida a cada participante que se presente, sin forzar a nadie que no quiera hacerlo. En concreto, pregunte a cada participante qué le gusta hacer y cómo le gusta expresarse.• Como el tema es la escritura, pregunta qué le gusta leer, escribir o ver a cada participante (películas, dibujos animados u otros). Aquí suele surgir la empatía al encontrar gustos similares.• Presenta brevemente el tema del taller y su duración (por ejemplo: "Hoy hablaremos de.../ Aprenderemos a... Tenemos 1 hora. Terminaremos con...").



	<ul style="list-style-type: none">• Si el taller tiene lugar en una sala o en un lugar con el que los participantes no están familiarizados es importante que el formador advierta a los participantes de dónde se encuentran los aseos, incluidos los destinados a discapacitados.• Sólo cuando se haya creado un ambiente cómodo para todos los participantes podrán comenzar los talleres prácticos.
<p><i>Etapas de la aplicación</i></p>	<ol style="list-style-type: none">1. La primera reunión siempre es un momento para conocerse.2. Como se ha indicado anteriormente, el formador se presenta y pide a los participantes que hagan lo mismo.3. En este punto, pueden darse varias situaciones:<ul style="list-style-type: none">- Alguien se calla.- Alguien habla demasiado.- Alguien habla de cosas completamente fuera de contexto.- Alguien tiene dificultades para expresarse.<p>En cualquier caso, el formador debe ser paciente y adoptar una actitud alentadora y no forzada.</p>4. Como el taller trata de la expresión artística (la escritura, pero también otras formas), el formador tiene que establecer una base compartida para el debate. A continuación, planteará a los participantes una serie de preguntas relacionadas con el aspecto creativo, como, por ejemplo:<ul style="list-style-type: none">- "¿Te gusta leer? ¿Qué te gusta?" (también puede entrar en detalles sobre los distintos géneros, por ejemplo: "¿Te gusta la fantasía?").- "¿Te gusta ver la tele o ir al cine? ¿Qué tipo de programas te gustan?" (Esto se debe a que ver una película es lo más parecido a leer si a un participante no le gusta leer o tiene dificultades. Y de ahí se puede deducir:<ol style="list-style-type: none">a. Trama.b. Personajes.5. Se verá que en esta fase surgen ideas para compartir y dialogar, que conviene dejar que continúen para facilitar la unión del grupo y la empatía con el formador.



	<ol style="list-style-type: none">6. Sólo después de haber establecido una base sólida de entendimiento común, se habla del curso, de cómo se desarrollará y de cuáles son los objetivos. Si se han discutido las historias y los personajes será bastante fácil implicarse en la creación de nuevas historias con personajes nuevos (incluso ya existentes).7. A continuación, se invita a los participantes a escribir una o varias ideas que respondan a las preguntas:<ul style="list-style-type: none">- "¿Qué historia te gustaría contar?"- "¿Sobre qué te gustaría contar una historia?"8. A continuación, se celebra un debate, o más bien un brain storming, a través del cual se pueden identificar temas compartidos e hilos comunes que podrían unir las historias de cada participante.9. Se pide a los participantes que escriban su idea (o la dibujen).10. Dado que muy a menudo los participantes escriben con dificultad, no escriben o lo hacen muy despacio, es necesario:<ol style="list-style-type: none">a) Tomar notas por ellos o grabar sus intervenciones y luego escribirlas.b) Invitarles a crear algo en casa, donde muy a menudo cuentan con la ayuda de familiares o profesionales.
<p><i>Cómo finalizar el taller</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Si a alguien se le ha ocurrido una idea, puede compartirla con el grupo para que le den su opinión. Esta se debate y siempre termina con un aplauso para la persona que ha escrito, realizado un dibujo o hablado sobre su idea.• Si aún no han terminado la idea, invítales a terminarla en casa con la ayuda de familiares o cuidadores.• Lo importante es terminar con:<ol style="list-style-type: none">a) Un mayor espíritu de equipo.b) Deseo de colaborar.c) Una validación de los esfuerzos de todos.d) Intención de continuar.



**Fuentes / otras
lecturas / recursos**

- https://youtu.be/sGrmX_OfSmg
- <https://www.aipc.net.au/articles/creative-therapies-and-intellectual-disability/>
- <https://centerstagemusiccenter.com/how-can-the-arts-benefit-children-with-disabilities/>
- <https://www.verywellfamily.com/what-are-learning-disabilities-in-writing-2162443>

Taller nº 2: "Escritura y creatividad fuera del rebaño"

**Título, breve
descripción y
métodos**

"ESCRITURA Y CREATIVIDAD FUERA DEL REBAÑO"

CÓMO CREAR UNA HISTORIA: EL ARGUMENTO (ESCRITURA CREATIVA 6.2) + CÓMO CREAR UNA HISTORIA: LOS PERSONAJES (ESCRITURA CREATIVA 6.3)



Crédito de la foto: EUROPOLE (Bianca Corradi - I Fantastici 15 Onlus)

El taller se desarrolla en varias reuniones durante las cuales los participantes aprenderán a desarrollar una historia.

Las reuniones están divididas por temas y el tiempo de desarrollo de cada una dependerá estrictamente de los horarios concretos de los participantes. Las reuniones son las siguientes:

- a) El personaje.
- b) La trama.
- c) Leer y analizar.



	<p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Proporcionar a los participantes las bases para elaborar una historia.• Facilitar la autoexpresión.• Promover la inclusión social.
Competencias adquiridas	<p>Adquisición de una formación básica en redacción.</p>
Directrices para la realización de talleres en clases mixtas	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.• Se debe de tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios



	<p>formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).</p> <ul style="list-style-type: none">• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.



<p><i>Materiales y equipos</i></p>	<p>El espacio de trabajo debe ser:</p> <ul style="list-style-type: none">• Limpio.• Ordenado.• Silencioso.• Suficientemente luminoso.• Suficientemente espacioso. <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sillas.• Tablas.• Ordenadores.• Proyector.• Altavoces. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none">• Cuaderno u hojas blancas.• Bolígrafo.• Pinturas de colores.• Portátil.
<p><i>Tamaño del grupo</i></p>	<p>El tamaño ideal es de unas 8-12 personas, pero también depende del grado de dificultad de cada participante.</p>
<p><i>Consejos pedagógicos para el formador</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Fije un objetivo para cada reunión, pero sea flexible con respecto a las externalidades y sensibilidades de cada tema.• Dirija los debates con amabilidad, tolere las divagaciones, responda con seriedad y amplitud incluso a las preguntas más extrañas. Reconozca siempre una afirmación o una tarea realizada.• Durante la actividad es importante sonreír y utilizar el humor (no bromear sobre las expresiones de los participantes a menos que estén claramente destinadas a hacer sonreír).• No se precipite y trabaje en un ambiente creativo y cálido.• Si los participantes muestran interés por una parte específica del tema o por una actividad, debe seguirse, teniendo



	<p>cuidado de volver a centrar la atención en el tema principal después.</p>
<i>Tiempo necesario</i>	<p>3 reuniones de 1 hora.</p> <p>Más allá de esta duración, puede resultar difícil mantener la atención y la concentración para los participantes.</p>
<i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i>	<ul style="list-style-type: none">• El formador saluda a los participantes y les recuerda el tema de la reunión anterior: encontrar la idea de partida para una historia con el objetivo de escribir juntos.• Pregunta a los participantes si tienen alguna idea.• Pregunta: "¿Alguien ha escrito o dibujado algo?". Si la respuesta es afirmativa, leen u observan y comentan.• Pregunta "¿Tenéis algo que preguntar o decir antes de empezar el tema de hoy?", respondiendo a cada pregunta.
<i>Etapas de la aplicación</i>	<p>Reunión 1 - El personaje</p> <ol style="list-style-type: none">1. Se pide a los participantes que recuerden un personaje de un libro, una película, un dibujo animado, etc. A continuación, se les pide que hablen de él enumerando sus características.2. A continuación, se les pide que hablen de él al resto de participantes, enumerando sus características.3. Se pueden formular preguntas para ampliar la descripción, por ejemplo: "¿Qué es lo que más te ha gustado de este personaje?".4. Se intenta deducir directamente de los participantes la idea de que un personaje tiene características (físicas, de comportamiento, de carácter, positivas o negativas)5. En este punto el formador puede abordar la compilación de una <u>hoja de personaje</u>. Que constará de los siguientes campos:<ul style="list-style-type: none">- Nombre del personaje.- Características físicas.- Características psicológicas.



- Puntos Fuertes.
- Defectos.
- Cosas que hacen único al personaje.

Ejercicio a realizar presencialmente: "Cuenta y describe a una persona que conozcas a través de las características anteriores".

Ejercicio de deberes: "Crea una hoja de personaje para tu historia, o dibújala".

Reunión 2 - La trama

1. En la apertura de la reunión recuerde lo que se ha hecho la vez anterior.
2. Se recuerdan ideas para la historia y se plantea la pregunta: "¿Has preparado tu hoja de personaje?".
3. Invita a los participantes a describir por turnos a su personaje. Dependerá mucho de la habilidad de cada uno: habrá quien haya esbozado un personaje, quien sólo lo haya dibujado, quien haya escrito algo más completo.
4. Intenta integrar las partes que faltan formulando preguntas sencillas, por ejemplo: "¿Dónde vive tu personaje?", "¿Tiene algún medio de transporte?", "¿Es bueno?".
5. Valide el trabajo realizado en cada caso, quizás con un aplauso.
6. En este punto, explique que ha llegado el momento de pensar en una trama, es decir, "¿Qué ocurre en la historia?".
7. Pon numerosos ejemplos de argumentos de libros, películas o dibujos animados conocidos.

Enumera de uno en uno los puntos del esquema para el diseño de una trama sencilla:

1. *Situación inicial* (se presentan los personajes y el escenario).
2. *Conflicto/problema o cambio* (punto de inflexión que altera la situación inicial. El conflicto pone en marcha la acción, hace avanzar la trama).



3. *Complicación* (acciones o acontecimientos que modifican la condición de los personajes, por ejemplo, el conflicto/problema cambia a peor, las cosas se complican).
4. *Confrontación/Clímax* (La "escena-madre". Momento culminante de la historia, crecen las emociones y se acumula más tensión narrativa. ¡Estamos en el enfrentamiento! Nos acercamos al final).
5. *Resolución* (giro final de la historia).
6. *Final/Conclusión* (el nuevo equilibrio).

Dé numerosos ejemplos de la aplicación de este esquema, inspirándose también en películas o libros famosos.

Ejercicio a realizar presencialmente: "Construyamos juntos una parcela".

1. El formador propone una situación inicial con un personaje, por ejemplo: "Hay un niño que vive en el campo y coge el autobús para ir al colegio todas las mañanas".
2. A continuación, se invita a los participantes a continuar la historia por turnos en el orden establecido por el esquema, refiriéndose cada uno a un punto.

Por ejemplo. "Pero un buen día... ¿qué pasa? (punto 2 del esquema)". El alumno podría decir "El autobús se avería", mientras que otra persona podría añadir o sugerir: "Se queda dormido y se levanta tarde"... y así sucesivamente.

3. Se procede hasta que se comprende en la medida de lo posible la estructura simple de la trama descrita.

Ejercicio de deberes:

"Escribe la trama de tu historia".

Nota: el desarrollo de la reunión puede ralentizarse. Pueden surgir dificultades o, por el contrario, el tema puede suscitar tanto interés que todo el mundo quiera expresar su opinión (en este caso, nunca calles ni interrumpas).

Si esto ocurre, se programará una reunión extra para terminar.



	<p>Reunión 3 - Leamos y analicemos</p> <ol style="list-style-type: none">1. En la apertura de la reunión recuerde lo que se hizo en las reuniones anteriores.2. Hay que recordar las ideas de historias, personajes y tramas creadas en el grupo y preguntar: "¿Has preparado tu argumento?".3. Invite a los participantes a presentar su argumento por turnos. Dependerá mucho de la habilidad de cada uno: habrá quien haya esbozado una trama, quien sólo haya hecho un esbozo, quien haya escrito algo más completo.4. Intenta completar las partes que falten con preguntas.5. A continuación, pregunta al grupo: "¿Qué os parece esta trama? Es buena, ¿verdad?".6. Escuche los comentarios y tome nota de todas las sugerencias.7. Al final, valide siempre el trabajo realizado, quizá con un aplauso.8. Por último, recomiende a cada participante que termine de escribir la historia desarrollando cada punto del esquema. <p><i>Nota:</i> El trabajo puede ser bastante largo. El objetivo es que cada participante tenga su propio argumento, con el que esté de acuerdo y que esté encantado de escribir.</p> <p><i>Ejercicio de deberes:</i> "A partir de tu argumento, escribe tu historia".</p>
<p><i>Cómo terminar el taller</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Cada vez que cierre una reunión resuma lo que se ha hecho e intente transmitir entusiasmo. Por ejemplo: "Oye, lo hemos hecho muy bien creando (un personaje, una trama, etc.) ¿qué te parece? Un aplauso" o "Por favor, termina tu trabajo, la próxima vez disfrutaremos leyendo lo que has escrito/dibujado".• Lo importante es terminar con:<ol style="list-style-type: none">a) Mayor espíritu de equipo.b) Deseo de colaborar.c) Una validación de los esfuerzos de todos.



	d) La intención de continuar.
Fuentes / otras lecturas / recursos	<ul style="list-style-type: none"> • Lección 2 - La trama https://youtu.be/ivlhyKNyjAA • Lección 3 - Los personajes https://youtu.be/6L9R70eHt2k

Taller nº 3: "Nuestras historias"

Título, breve descripción y métodos	<p>"NUESTRAS HISTORIAS"</p>  <p><i>Crédito de la foto: Polo Europeo del Conocimiento</i></p> <p>En este último taller, los participantes presentarán públicamente sus trabajos. En función de su talento, capacidad expresiva y comunicativa, se elegirá el canal de presentación más adecuado.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Presentar las historias de los participantes y hacer que cada uno de ellos se sienta orgulloso de haber producido un texto y con ganas de continuar. • Promover la autoexpresión. • Facilitar la inclusión social. • Fomentar la capacidad de iniciativa empresarial.
Competencias adquiridas	Mayor autoestima y propensión a la comunicación.
Directrices para la realización de	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el



<p>talleres en clases mixtas</p>	<p>taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.</p> <ul style="list-style-type: none">• Se debe de tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p>Directrices para la realización de talleres en línea</p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la



	<p>videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.</p> <ul style="list-style-type: none">• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p>Materiales y equipo</p>	<p>El lugar de presentación debe ser:</p> <ul style="list-style-type: none">• Limpio.• Ordenado.• Silencioso.• Suficientemente luminoso.• Suficientemente espacioso. <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sillas para el público asistente.• Sillas para el moderador y autores con Asperger.• Mesa de presentación a una distancia adecuada del público.• Ordenador.• Proyector para mostrar cualquier dibujo.• Micrófono y altavoces. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none">• El texto o los dibujos elaborados por cada participante.



	<ul style="list-style-type: none">• Bolígrafo y papel para tomar notas.
Tamaño del grupo	El tamaño ideal es de unas 8-12 personas, pero también depende del grado de dificultad de cada participante
Consejos pedagógicos para el formador	Crea un momento de validación y reconocimiento muy similar a la presentación de un libro.
Tiempo necesario	1 hora.
Presentación del curso y bienvenida a los alumnos	Al inicio de la presentación, salude al grupo, deles la bienvenida y pregúnteles cómo va todo. Recuerde los pasos dados y el trabajo realizado.
Etapas de la aplicación	<ol style="list-style-type: none">1. Los relatos y dibujos preparados por los participantes deben ser corregidos por el formador antes de la reunión y colocados en un formulario o formato adecuado para su presentación.2. Si es posible, reúna todas las obras en un cuadernillo para distribuirlo entre los presentes (incluso simples fotocopias grapadas).3. A continuación, organice una presentación de las candidaturas.4. Tras la introducción, en la que se recuerda la obra (cada participante puede comentarla), se empieza a leer la primera historia (toda o parte de ella si es demasiado larga). Lo ideal es recurrir a un actor profesional que pueda dar el énfasis adecuado al texto (el efecto de una voz profesional es increíble).5. Una vez leída la historia, siempre siguen los aplausos.6. A continuación, se invita al autor a levantarse y dirigirse a la mesa de presentación. Se le formulan preguntas para que el autor pueda expresar sus ideas, siempre prestando atención a las capacidades específicas del participante. Por ejemplo:



	<p>"¿Cómo se te ocurrió la idea?", "¿Disfrutó escribiendo esta historia?", "¿Qué querías transmitir?".</p> <p>7. A continuación, se presenta la siguiente historia, y así hasta el final.</p>
<i>Cómo terminar el taller</i>	<ul style="list-style-type: none">• Al final, se recogen las líneas y se pide a los distintos participantes que comenten la experiencia.• Por último, se despide animando a los participantes a seguir escribiendo y poniendo en práctica lo aprendido.
<i>Fuentes / lecturas complementarias / recursos</i>	<ul style="list-style-type: none">• https://www.lifegate.it/la-scrittura-come-atto-terapeutico• https://www.superando.it/2021/03/17/scrivere-per-esistere-un-progetto-all'insegna-della-scrittura-creativa/• https://news.syr.edu/blog/2021/08/08/creative-writing-workshop-for-teens-with-disabilities-a-new-national-model/• https://specialedresource.com/creative-writing-activities



4. Talleres para personas con discapacidad intelectual (URI)

Taller nº 1: "Éste soy yo"

<p>Título, breve descripción y métodos</p>	<p>"ESTE SOY YO"</p> <p>DIBUJO DE UNA LÍNEA CON CARBONCILLO (ENTRENAMIENTO DE LA CREATIVIDAD 5.1) + ESCRITURA SOBRE ARTE Y COLORES (MÉTODOS DE ESCRITURA CREATIVA 6.12) + MÉTODOS DE TÉCNICAS DE RELAJACIÓN - RESPIRACIÓN PROFUNDA O DIAFRAGMÁTICA (TÉCNICAS DE RELAJACIÓN 2.1)</p>  <p><i>Crédito de la foto: URI Soča, CPR Murska Sobota</i></p> <p><i>Las instrucciones del taller están adaptadas para trabajar con personas con discapacidad intelectual.</i></p> <p>El objetivo del taller es presentar una visión de uno mismo mediante la técnica del dibujo de una línea. Para presentar la visión de uno mismo no se necesita ser un artista. Los participantes tienen que encontrar la manera de incorporar errores al dibujo, lo que hace que el retrato final sea aún más interesante. En el retrato plasman sus emociones y sus principales rasgos faciales. Los participantes aprenderán a reconocer las emociones que hay detrás del retrato, hablarán de los sentimientos que les evocan los colores individuales y se animarán a compartir sus pensamientos. El taller terminará con una respiración profunda o diafragmática.</p> <p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de:</p>
---	--



	https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/
Objetivos	<p>El objetivo principal es dibujar un retrato con una sola línea, sin levantar el carboncillo antes de terminarlo y sin borrar (aunque creamos que nos hemos equivocado al dibujar). De este modo, los participantes tendrán que ver y resolver los problemas de forma más abierta e innovadora. Tendrán la oportunidad de expresarse y de mostrar al mundo cómo se ven a sí mismos. Al mismo tiempo, tendrán que ser capaces de empatizar con las emociones de los demás, reconocerlas y verbalizarlas.</p>
Competencias adquiridas	<p>En el taller, los participantes aprenderán a resolver problemas de forma más rápida y creativa. Aprenderán a pensar con originalidad. Los participantes mejorarán su capacidad de concentración, aprenderán a observar y a extraer la esencia de lo observado. Con todo ello, aumentarán su confianza y su percepción del mundo.</p>
Directrices para la realización de talleres en clases mixtas	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.• Se debe de tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.



	<ul style="list-style-type: none">• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras



	blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
Materiales y equipos	<p>Materiales necesarios para la realización del taller:</p> <ul style="list-style-type: none">● <i>Papel de formato A4 (blanco), A3 (blanco y de color) - cartón, papel duro de impresión.</i>● <i>Lápiz.</i>● <i>Carbón.</i>● <i>Pinturas acrílicas.</i>● <i>Spray endurecedor.</i>● <i>Bolígrafo.</i> <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">● <i>Mesas.</i>● <i>Sillas.</i>● <i>Cinta.</i>● <i>Pinceles: pincel grueso y fino.</i>● <i>Toallitas de algodón para limpiar los cepillos.</i>● <i>Base para mezclar colores.</i>● <i>Una taza para el agua.</i>● <i>Suficientes delantales para que todos los participantes protejan su ropa.</i>● <i>Ordenador.</i>● <i>Proyector.</i>● <i>Altavoces.</i>● <i>TV.</i> <p>El espacio de trabajo debe ser lo suficientemente amplio para que todos los participantes dispongan de espacio suficiente para trabajar. Se deben proporcionar suficientes sillas, mesas, etc. Los materiales y herramientas de trabajo deben estar al alcance de la mano.</p> <p>Se debe asegurarse que todo está bien preparado, que todo el equipo necesario está disponible y que se proporcionan suficientes materiales y herramientas de trabajo a todos los participantes. Es necesario comprobar de antemano que los dispositivos técnicos funcionan como deben. Lo mejor será preparar un vídeo que muestre la realización de la primera actividad antes de la llegada del grupo de modo que, cuando lleguen y se instalen, sólo tengamos que pulsar el play y no perdamos tiempo inútilmente buscando y montando la grabación. También preparamos algunos</p>



	retratos famosos, sobre los que mostraremos a los participantes para enseñar cómo describirlos o en qué deben fijarse al hacerlo.
<i>Tamaño del grupo</i>	El tamaño del grupo depende en parte del aula en la que se celebre el taller. Todos los participantes deben tener espacio suficiente para estar cómodos, relajados, sin entrar en el espacio personal de los demás. También debe haber espacio suficiente para que los formadores puedan circular entre los participantes y ayudarles en caso necesario. Lo ideal para este taller es entre 8 y 10 participantes. El tamaño del grupo también depende en gran medida del tipo de deterioro cognitivo que tengan los participantes. Si el grupo es demasiado grande, los participantes con discapacidad intelectual moderada o grave pueden tener dificultades para participar en las actividades.
<i>Consejos pedagógicos para los formadores</i>	<ul style="list-style-type: none">● Haga todo lo posible por crear un entorno acogedor y cálido para todos los participantes, de modo que se sientan seguros y aceptados.● Como formador, debe ser capaz de estimular la creatividad de cada participante. Antes del propio taller, infórmese sobre las particularidades del trabajo con distintos tipos de deterioro cognitivo, a qué prestar atención, dónde esperar que surjan más problemas, etc.● Para realizar un taller con personas con discapacidad intelectual deben prepararse unas instrucciones suficientemente comprensibles y estructuradas, con imágenes. Incluso es mejor si les mostramos un vídeo de cómo será su trabajo al principio del taller.● Cuando dé instrucciones para el trabajo, hable con frases claras y cortas, evitando palabras o términos complicados, técnicos y difíciles de entender.● Divida las tareas más largas en pequeños pasos. Demuestre los pasos. Haga que el alumno realice los pasos, de uno en uno. Si es necesario, ayúdele. Dé al alumno varias oportunidades de practicar cada paso por separado y todos los pasos juntos.● No levante la voz. A veces, cuando la gente hace un esfuerzo especial para asegurarse de que la otra persona



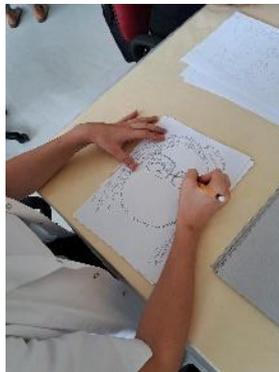
	<p>en una conversación entiende lo que está diciendo, tiende a hablar más alto.</p> <ul style="list-style-type: none">● Después de dar las instrucciones, pregunte a los participantes si tienen alguna duda. Las preguntas son una forma eficaz de controlar la comprensión.● Deles tiempo suficiente para que formulen una pregunta en su mente antes de verbalizarla. Puede que tenga que repetirle la pregunta o pedirle que aclare lo que pregunta. Cuando el participante te haga una pregunta, pídele que repita la información que le ha dado para asegurarte de que te ha entendido bien. Ten paciencia. Asegúrese de que la persona le entiende y de que usted le entiende a ella.● Durante la realización de la actividad, preste atención a si alguno de los participantes tiene problemas con la realización y necesita ayuda. Anime a los participantes a hacer preguntas y a no tener miedo de pedir ayuda.● A pesar del tiempo limitado del taller, hay que intentar no precipitarse y permitir que cada uno haga las cosas a su ritmo.
<p><i>Tiempo necesario</i></p>	<p>La duración total del taller es de 3 horas. Dentro del propio taller, los tiempos de las actividades individuales son:</p> <ul style="list-style-type: none">● 15 minutos de introducción al taller y bienvenida a los alumnos.● 1h 15 min para "Dibujo de una línea con carboncillo".● Pausa de 15 minutos.● 1h 10min para "Escribir sobre arte y colores".● Pausa de 5 minutos.● 10 min para "Métodos de técnicas de relajación - respiración profunda o diafragmática".● 15 minutos para los cuestionarios de evaluación.
<p><i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i></p>	<ul style="list-style-type: none">● Para crear un ambiente relajado, preséntese (quiénes somos y por qué vamos a celebrar el taller): "¡Hola y bienvenidos al taller de hoy!", "Mi nombre es...", "Estoy muy contento de que estéis todos aquí". (Es importante que todos se sientan bienvenidos).



	<ul style="list-style-type: none">● Presente el tema y la duración del taller: "Hoy tenemos un taller de dibujo de una línea con carboncillo. El taller durará 3 horas, con pausa intermedia. Terminaremos a las x. La pausa para el café será a las x, y durará 15 minutos".● Pregunte a los participantes si han organizado el regreso a casa. Si no es así, puede sugerir que informen a los padres/tutores de cuándo terminan los talleres tras la introducción del taller.● Informe a los participantes sobre la ubicación de los aseos: "Los aseos se encuentran al final del pasillo, a la derecha. ¿Hay un aseo para discapacitados...?" (Uno de los formadores puede acompañar al participante hasta el aseo para mostrarle dónde está).● Crea un entorno de trabajo cómodo y empieza a hablar del flujo de trabajo. Intenta estimular la imaginación de los participantes para obtener el mayor número posible de ideas y ser lo más creativos posible. Nada está mal, ¡ni feo!● Antes del taller, el formador debe entregar a los participantes una hoja de asistencia y el consentimiento para hacer fotos en el taller para que lo firmen. Advíértales de que se tomarán fotografías durante el taller y de que deben marcar con (sí/no) si permiten la publicación de imágenes.● Sólo cuando se cree un lugar cómodo para todos los participantes, podemos empezar los talleres.
<p><i>Etapas de la aplicación</i></p>	<ol style="list-style-type: none">1. A pesar de que cada uno dibuja su propio dibujo individualmente, la actividad también incluye mucho trabajo en grupo. Como grupo, conectan con las ideas y el tema del dibujo, y al final, todo el grupo participa también en el debate.2. Al principio del taller, se presenta brevemente a los participantes qué es y cómo funciona el dibujo unifilar. Se proponen algunas ideas y se muestran algunos productos acabados que se han traído para este fin. Con una demostración, se muestra cómo dibujar de forma continua con un lápiz en papel A4.



3. También se muestra el proceso en el vídeo, mientras se recuerda a los participantes que el lápiz debe estar sobre el papel en todo momento, que las líneas individuales pueden solaparse, que deben centrarse en los detalles que quieren captar en el dibujo, que deben planificarlo con antelación...
4. Tras la presentación, cada participante vuelve a su lugar donde los formadores le distribuirán herramientas para su trabajo: lápiz, pincel, carboncillo, papel (formato A4 y A3), 2 pinturas acrílicas.
5. Al principio, dibujarán el patrón en formato A4. Así pondrán a prueba sus habilidades y se iniciarán en la técnica del dibujo unifilar. Al dibujar el mismo retrato varias veces en formato A4, verán dónde están los puntos más importantes de la cara y cuántos detalles hacen falta para que el retrato se parezca a la persona que quieren dibujar. La única regla es que el lápiz nunca abandone el papel hasta que el dibujo esté terminado. Al final del primer dibujo de prueba, se debate en grupo cómo se podría mejorar el producto, qué se podría añadir, qué se podría quitar, qué podría cambiarse...



Crédito de la foto: URI Soča, CPR Murska Sobota

6. Cuando estén satisfechos con su dibujo de prueba, estarán listos para dibujar con carboncillo en formato A3. Antes de dibujar con carboncillo, se enseña a los participantes a sujetar correctamente el carboncillo. Se les recuerda que el carboncillo es un material que se rompe rápidamente a mayor presión, por lo que al dibujar también deben prestar atención a la presión del carboncillo sobre la propia superficie. Los trazos experimentales con carboncillo pueden hacerse en formato A4. Hay que advertir a los participantes que no deben emborronar los trazos al



dibujar sobre ellos. El carboncillo es un material que se emborrona rápidamente.

7. Los participantes fijan el papel A3 a la mesa con cinta adhesiva. Ponen cinta adhesiva en el reverso de la página. De lo contrario, puede ocurrir que el papel se deslice al dibujar con carboncillo.
8. Dibujo continuo a carboncillo en papel A3. Los formadores deben asegurarse de que el retrato se dibuja lo suficientemente grande como para ocupar todo el papel. En los talleres que hemos celebrado hasta ahora, se ha puesto de manifiesto que algunos usuarios tienen problemas para ajustar el tamaño de la imagen a un formato de papel diferente.



Crédito de la foto: URI Soča, CPR Murska Sobota

9. Una vez terminado el dibujo a carboncillo, se pintan partes del retrato con pinturas acrílicas y un pincel. Deben elegirse dos colores. Hay que tener en cuenta que la pintura no debe aplicarse directamente sobre el carboncillo, ya que puede emborronarlo.



Crédito de la foto: URI Soča, CPR Murska Sobota

10. Cuando a la lección le queden 20 minutos, se debe informar: "Nos quedan 20 minutos. Ahora tenemos que



	<p>terminar poco a poco con nuestro trabajo". Se debe volver a recordar cuando queden 5 min y 1 min.</p> <ol style="list-style-type: none">11. Una vez terminada la pintura, esta lista para ser endurecida con un spray endurecedor para que el carboncillo no se emborrone.12. Terminan el cuadro único con su firma legible en la parte inferior derecha. Con su firma, el producto está listo para ser fotografiado y expuesto.13. Anime a los participantes a ayudar a limpiar la superficie de trabajo y el equipo. Si es necesario, enséñeles a lavar los pinceles y otros utensilios.14. Cuando los usuarios terminan de retratar y limpiar la superficie de trabajo, pueden tomarse un breve descanso.15. Mientras tanto, se evalúa su trabajo. Se presta especial atención a si el retrato se ha dibujado realmente con un solo trazo. Además, se evalúa la originalidad del producto, si el participante consiguió seguir todas las instrucciones de los formadores, la creatividad, el sentido del arte y la expresión y las habilidades manuales.16. Una vez que todo el mundo ha terminado y ha limpiado el lugar de trabajo, llega el momento de una merecida pausa para el café.17. Tras la pausa, se presenta a los participantes la actividad "Escritura sobre el arte y los colores". Se observan algunos retratos famosos y se analiza en grupo qué emociones expresan.18. Los participantes intercambian sus retratos entre sí. Cada uno escribe lo que cree que está experimentando la persona retratada, qué emociones siente al mirar el retrato, qué sentimientos le evocan los colores, etc.19. Se pregunta al autor del dibujo cómo se sentía mientras lo dibujaba. ¿El dibujo representa algo específico para él (sus emociones, su estado de ánimo actual, ...)? A continuación, se pide al autor de la descripción que lea su descripción, qué emociones ve en el retrato, qué siente al mirarlo. Se
--	--



	<p>analizan las diferencias y hablamos de por qué vemos lo que vemos, con qué color asociamos qué emoción...</p> <p>20. Preguntamos a los participantes si les resulta difícil seguir el ritmo sin romper la línea del dibujo: ¿Cómo se sentían mientras dibujaban? ¿Les parece interesante la tarea y volverán a intentarlo en casa?</p> <p>21. Como parte final del taller, se presenta a los participantes “Métodos de técnicas de relajación - respiración profunda o diafragmática“. Se explica por qué se utiliza esta técnica y cómo se pondrá en práctica. En las técnicas de respiración profunda no sólo intervienen los pulmones, sino también el estómago, los músculos abdominales y el diafragma durante la respiración. Para que lo entiendan mejor, se les muestra un vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=K353fkHYMPs</p> <p>22. Se guía a los participantes con voz tranquila y pausada y se les indica cuándo deben inhalar lentamente y cuándo deben exhalar. Si se quiere aumentar el efecto, puede pedirse a los participantes que se relajen antes de empezar la técnica.</p> <p>23. Proceso respiratorio:</p> <ul style="list-style-type: none">- Sentarse en el borde de la silla, con las piernas separadas a la anchura de las caderas y la columna lo más recta posible. Se comienza haciendo que se sienten cómodamente en una silla, cierran los ojos y sigan las instrucciones de voz del entrenador. Si se está más cómodo, también se puede estar de pie.- Haga que repitan mentalmente una palabra, por ejemplo: "paz", "silencio", etc. Deben centrarse en la palabra elegida y, por tanto, en las inhalaciones y exhalaciones.- Se coloca una mano en el pecho y la otra en la parte inferior del abdomen (a la altura del ombligo).- Respiran tranquilos, relajados, inhalando y exhalando por la nariz.
--	--



	<p>- Observamos el movimiento de las manos (la que sube más visiblemente indica la respiración).</p> <p>24. Explicar cómo instalar y utilizar la aplicación móvil Kardia, que nos guía a través del proceso de respiración profunda o diafragmática. La aplicación nos muestra la duración de la inhalación y la exhalación con una marca luminosa. Puedes encontrar instrucciones detalladas sobre cómo utilizarla aquí: https://www.youtube.com/watch?v=7j2vXz0l8p8&t=4s</p>
<i>Cómo terminar el taller</i>	<ul style="list-style-type: none">● Tras terminar la última actividad, se da por finalizado el taller con la cumplimentación de los cuestionarios de satisfacción. Si algún participante tiene alguna dificultad para rellenar los cuestionarios, se le ayudará en esta tarea.● Se termina el taller con unas palabras de reconocimiento y agradecimiento. Se elogia su trabajo y la colaboración entre todos los participantes.
<i>Fuentes / lecturas complementarias / recursos</i>	<ul style="list-style-type: none">● https://artsie858436220.wordpress.com/2018/01/14/risajne-z-ogljem/● Gorjup, T. (1999). Likovne zakonitosti in aktivnosti delovne terapije. Ljubljana: Državna založba Slovenije.● Herzog, J. (2009). Dejavniki likovne ustvarjalnosti in likovnopedagoško delo.● https://cooldrawingidea.com/one-line-drawings-easy-tutorial-step-by-step-for-beginners/● https://etchrstudio.com/blogs/blog/one-line-drawings● https://solabovec.si/sites/default/files/osbovec-likovna-umetnost-2286.pdf● https://thevirtualinstructor.com/continuous-line-drawing.html● https://personal.utdallas.edu/~melacy/pages/Dibujo/AS03-S11_ContinuousLine/AS03.html



Taller nº 2: "Encontrar soluciones"

**Título, breve
descripción y
métodos**

"ENCONTRAR SOLUCIONES"

LAND ART (ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE 3.3) + TAREA DE FIGURAS INCOMPLETAS (ENTRENAMIENTO DE LA CREATIVIDAD 5.2) + MÉTODOS DE TÉCNICAS DE RELAJACIÓN - RESPIRACIÓN PROFUNDA O DIAFRAGMÁTICA (TÉCNICAS DE RELAJACIÓN 2.1)



Crédito de la foto: URI Soča, CPR Murska Sobota

Las instrucciones del taller están adaptadas para trabajar con personas con discapacidad intelectual.

El hilo conductor de este taller consiste en encontrar sentido a asuntos aparentemente inconexos, hallar soluciones en el menor tiempo posible y de la forma más inventiva posible. A través de actividades de grupo en la naturaleza, los participantes desarrollarán ideas y soluciones comunes/compartidas. Encontrar esas ideas/personajes/formas/patronos no siempre es fácil y requiere mucha imaginación y creatividad. Cuando nos enfrentamos a un problema, podemos utilizar ejercicios de respiración que nos ayuden a calmarnos y a tener una visión clara de toda la situación.

Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de:



	https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/
Objetivos	<p>El objetivo principal del taller es la resolución de problemas. Otro objetivo es fomentar un estilo de vida saludable con la ayuda de los métodos presentados y ofrecer al usuario la oportunidad de expresarse de forma creativa e innovadora. Durante el taller, se animará a los participantes a cooperar y socializar entre sí.</p>
Competencias adquiridas	<p>En el taller, los participantes aprenderán a resolver problemas de forma más creativa, tanto en grupo como individualmente. Los participantes mejorarán su capacidad de concentración, aprenderán a observar y extraer la esencia de lo que ven y observan. Las técnicas de respiración profunda les ayudarán cuando estén estresados y quieran calmarse. Con estas técnicas, podrán desplazar parte de su atención a la respiración y distraer su mente de pensamientos negativos.</p>
Directrices para la realización de talleres en clases mixtas	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.• Se debe tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.



	<ul style="list-style-type: none">• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras



	<p>blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.</p>
Materiales y equipos	<p>La actividad "Land art" se desarrolla en la naturaleza, por lo que es necesario llevar el material necesario. Todos los materiales necesarios para la realización de esta parte del taller deben ser de origen natural (hojas, piñas, ramas, piedras, arena, plumas de pájaro, caracoles, semillas, flores secas...). Encontraremos esos materiales durante la realización del taller.</p> <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">● Una bolsa, cesta o mochila para guardar cosas.● Botiquín de primeros auxilios.● Tijeras, alicates.● Guantes de jardinería, si son necesarios. <p>Las actividades "Tarea de figuras incompletas" y "Métodos de técnicas de relajación - respiración profunda o diafragmática" tendrán lugar dentro del aula. El espacio de trabajo (taller, aula) debe ser lo suficientemente amplio para que todos los participantes tengan espacio suficiente para trabajar. Se deben proporcionar suficientes sillas, mesas, etc. Los materiales y herramientas deben estar al alcance de la mano.</p> <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none">● <i>Papel de formato A4 previamente preparado con las líneas en él.</i>● <i>A4 normal.</i>● <i>Rotulador negro o de color.</i> <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">● <i>Mesas.</i>● <i>Sillas, colchonetas.</i>● <i>Ordenador.</i>● <i>Proyector.</i>● <i>Altavoces.</i>● <i>Pantalla de TV/proyección.</i> <p>Es necesario asegurarse de que todo esté bien preparado para la puesta en práctica del taller: que se disponga de todo el equipo necesario y que se proporcione material y ayudas de trabajo suficientes para todos los participantes. También se debe</p>



	<p>comprobar si los dispositivos técnicos funcionan como deberían. Además, preparar y presentar algunos ejemplos físicos que también se demostrarán.</p>
<i>Tamaño del grupo</i>	<p>El tamaño del grupo depende en parte del aula en la que se celebre el taller. Todos los participantes deben disponer de espacio suficiente para sentirse cómodos, relajados, sin invadir el espacio personal de los demás. Debe haber espacio suficiente para los formadores, que circularán entre los participantes y les ayudarán si es necesario. El tamaño del grupo también depende en gran medida del tipo de deterioro cognitivo y discapacidad. Si el grupo es demasiado grande, los participantes con discapacidad intelectual moderada pueden tener dificultades para participar. Lo ideal para este taller es entre 8 y 10 participantes. Debido a las situaciones imprevisibles que pueden darse en la naturaleza/fuera del aula, trabajar con un grupo más pequeño es más seguro y manejable.</p>
<i>Consejos pedagógicos para los formadores</i>	<ul style="list-style-type: none">● Haga todo lo posible por crear un entorno acogedor y cálido para todos los participantes, de modo que se sientan seguros y aceptados.● Como formador, debe ser capaz de estimular la creatividad de cada participante. Antes del propio taller, infórmese sobre las particularidades del trabajo con distintos tipos de deterioro cognitivo.● Para realizar un taller con personas con discapacidad intelectual, se deben preparar unas instrucciones comprensibles y bien estructuradas, con imágenes. Es incluso mejor si se les muestra un vídeo de cada paso individual del taller.● Cuando dé instrucciones para el trabajo, hable con frases claras y cortas, evitando palabras o términos complicados, técnicos y difíciles de entender.● Demuestre los pasos. Pida a los participantes que realicen los pasos, de uno en uno. Si es necesario, ayúdeles. Dé a los participantes varias oportunidades para practicar cada paso por separado y todos los pasos juntos.● No levante la voz. A veces, cuando la gente hace un esfuerzo especial para asegurarse de que la otra persona



	<p>en una conversación entiende lo que está diciendo, tiende a hablar más alto.</p> <ul style="list-style-type: none">● Después de dar las instrucciones, pregunte a los participantes si tienen alguna duda. Hacer preguntas es una forma eficaz de controlar la comprensión.● Deje al individuo tiempo suficiente para formular una pregunta en su mente antes de verbalizarla. Puede que necesites que repita la pregunta o que le pidas que aclare lo que pregunta. Cuando un participante te haga una pregunta, pídale que repita la información que le has dado sobre el tema para asegurarte de que te ha entendido bien. Se paciente. Asegúrese de que la persona le entiende y de que usted le entienda a ella.● Durante la realización de la actividad, preste atención a si alguno de los participantes necesita ayuda. Anime a los participantes a hacer preguntas y a no tener miedo de pedir ayuda.● A pesar del tiempo limitado del taller, hay que intentar no precipitarse y permitir que cada uno haga las cosas a su ritmo.● Antes de salir al exterior o a la naturaleza, asegúrese de que los participantes están correctamente vestidos y de que tienen todo lo que necesitan. Anímeles a ir al baño antes de salir del taller/aula. No será posible ir al baño en la naturaleza.
<p>Tiempo necesario</p>	<p>La duración total del taller es de 3 horas y 30 minutos. Dentro del propio taller, los tiempos de las actividades individuales son:</p> <ul style="list-style-type: none">● 15 minutos de introducción al curso y bienvenida a los alumnos.● 1 hora 45 minutos para la creación en la naturaleza.● 15 min de pausa.● 5 min para preparar el método de finalización de línea (Tarea de figura incompleta).● Realización de 30 minutos del método "Tarea de figuras incompletas".● 10 min de pausa.● 15 min para Métodos de técnicas de relajación - respiración profunda o diafragmática.



	<ul style="list-style-type: none">● 15-20 minutos para los cuestionarios de evaluación.● Si es necesario, permitiremos a los participantes hacer pausas adicionales.
<i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i>	<ul style="list-style-type: none">● Presentarse (quiénes somos y por qué celebraremos el taller). Intentaremos que el ambiente sea lo más relajado posible: "¡Hola y bienvenidos al taller de hoy!", "Mi nombre es...", "Me alegro mucho de que estéis todos aquí". (Es importante que todos se sientan bienvenidos).● Presente el contenido y la duración del taller: "La primera parte del taller se desarrollará en la naturaleza y la segunda y tercera en el aula. El taller durará 3 horas y media con breves descansos intermedios (1 vez en la naturaleza y 1 vez en el taller). Terminaremos a las x. Si es necesario, permitiremos hacer pausas adicionales. "● Pregunte a los participantes si han organizado el transporte a casa. Si no lo tienen, sugiéralos que llamen a casa después de la presentación e informen a sus padres/tutores de cuándo deben recogerlos.● Informe a los participantes sobre la ubicación del cuarto de baño. Si es necesario, uno de los formadores puede acompañar al participante al aseo para mostrarle dónde está.● Antes del taller, el formador entrega a los participantes un formulario de participación y consentimiento para hacer fotos. Advértales de que se tomarán fotografías durante el taller y de que deben marcar con (sí/no) si permiten la publicación de fotos.● Cree un entorno de trabajo cómodo y ponga en marcha nuestro taller.
<i>Etapas de la aplicación</i>	<ol style="list-style-type: none">1. Al principio del taller - Land art (Actividades al aire libre), se irá al parque más cercano. De forma estructurada y comprensible, se darán instrucciones a los participantes sobre lo que se hará en la naturaleza y cuál es el objetivo: crear dibujos, personajes, imágenes a partir de materiales naturales. Se recomienda traer una bolsa, cesta o mochila



para guardar los materiales que se encontrarán en la naturaleza.

2. Siempre se puede encontrar material e inspiración para crear en la naturaleza, sólo tenemos que verla; hojas, flores, piñas, ramas, piedras, semillas, frutos, hierba, plumas de pájaros y mucho más. Intenta estimular la imaginación de los participantes para obtener el mayor número posible de ideas y ser lo más creativo posible.
3. Después de crear imágenes de la naturaleza (personajes, patrones), se fotografían y se debate sobre lo que se ha creado y el significado del trabajo.

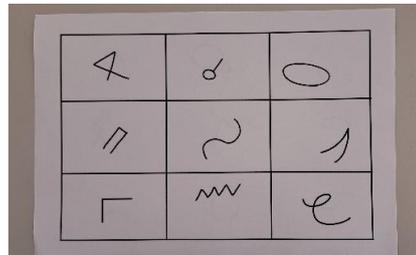


Crédito de la foto: URI Soča, CPR Murska Sobota

4. Después de volver al aula, se hace un breve descanso. Después de este tiempo, se empieza con el siguiente método: Tarea de figuras incompletas. Proporciona a los participantes instrucciones estructuradas y comprensibles. Para facilitar la comprensión de la tarea, muestra un ejemplo físico de la tarea resuelta. El ejemplo mostrado debe ser diferente de las tareas que recibirán los participantes.
5. La actividad Tarea de figuras incompletas consta de 3 ejercicios. Durante la realización de los ejercicios, cada participante debe concentrarse en las líneas y aportar diferentes ideas y soluciones en un tiempo determinado. El objetivo es dibujar un personaje, una imagen o un objeto con sentido. Las líneas se completan con un rotulador de color para que se vean mejor. A pesar de que cada participante dibuja su propio dibujo individualmente, la actividad también incluye mucho trabajo en grupo. En grupo, los participantes desarrollan diferentes ideas y, al final, todo el grupo participa también en un debate.

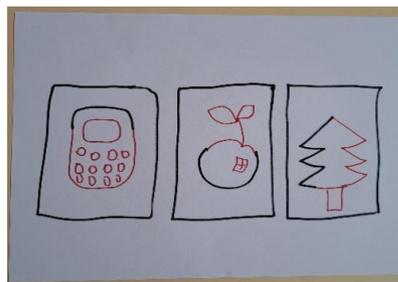


- Los participantes forman parejas. Cada uno de los participantes recibe sus hojas preparadas de antemano en papel A4 con 18 líneas diferentes sin terminar (9 por cada lado), que intentará completar y resolver en un tiempo determinado. Resuelven cada lado por separado. Mientras se reparten las hojas es necesario asegurarse de que cada pareja de participantes recibe la cara opuesta de la hoja preparada previamente. Para cada lado tienen 3 minutos para reflexionar sobre las posibles soluciones y 5 minutos para completar la tarea.
- Una vez terminada la primera página (unos 8 minutos), los participantes darán la vuelta al papel y empezarán a trabajar en las 9 filas restantes sin terminar.



Crédito de la foto: URI Soča, CPR Murska Sobota

- Una vez terminadas ambas caras de las hojas, cada pareja compara las soluciones que ha encontrado.
- En el siguiente paso de este método, se trabaja por parejas. Cada uno de los participantes dibuja 3 cuadrados en una hoja en blanco con un rotulador negro. En cada cuadrado, dibujan el principio o la línea (trazo) más corta posible de su idea. Los participantes nunca deben revelar lo que estaban imaginando al principio de su tarea de figuras incompletas. Los participantes disponen de 5 minutos para preparar su tarea de figuras incompletas.





Crédito de la foto: URI Soča, CPR Murska Sobota

Cuando hayan terminado, entregan su tarea de figuras incompletas a sus compañeros y viceversa. Tienen 5 minutos para aportar soluciones. Los trazos se completan con un rotulador de color para mejorar la transparencia.

10. Tras completar ambas tareas, vuelven a evaluar juntos la diversidad de ideas y la rapidez de todas las soluciones. Todos los miembros del grupo muestran los resultados de las soluciones y la diversidad de ideas.

11. Se fomenta el debate con preguntas como: ¿Qué les parece este tipo de resolución de problemas?, ¿Cómo se les ocurrió la idea?, ¿La tarea les resultó demasiado difícil?, ¿Creen que la tarea es adecuada para activar la adquisición de ideas y, por tanto, de soluciones?

12. Cuando se acaba de debatir, se anima a los participantes a que ayuden a limpiar la superficie de trabajo y el equipo. Después tendrán 10 minutos de descanso.

13. Como parte final del taller, se presenta a los participantes “Métodos de técnicas de relajación - respiración profunda o diafragmática“. Se explica por qué se utiliza esta técnica y cómo se pondrá en práctica. En las técnicas de respiración profunda intervienen no sólo los pulmones, sino también el estómago, los músculos abdominales y el diafragma durante la respiración. Para que lo entiendan mejor, les mostramos un vídeo:
<https://www.youtube.com/watch?v=K353fkHYMPs>

14. Guiamos a los participantes con voz tranquila y pausada y les indicamos cuándo deben inhalar lentamente y cuándo deben exhalar. Si queremos aumentar el efecto, pedimos a los participantes que se relajen antes de empezar la técnica.

16. Proceso respiratorio:

- Sentarse en el borde de la silla, con las piernas separadas a la anchura de las caderas y la columna lo más recta posible. Se comienza haciendo que se sienten cómodamente en una silla, cierran los ojos y sigan las instrucciones de voz del



	<p>entrenador. Si se está más cómodo, también se puede estar de pie..</p> <ul style="list-style-type: none">- Explicar cómo instalar y utilizar la aplicación móvil Kardia, que puede guiar a través del proceso de respiración profunda o diafragmática. La aplicación nos muestra la duración de la inhalación y la exhalación con una marca luminosa. Puedes encontrar instrucciones detalladas sobre cómo utilizarla aquí: https://www.youtube.com/watch?v=7j2vXz0l8p8&t=4s- Haga que repitan mentalmente una palabra, por ejemplo: "paz", "silencio", etc. Deben centrarse en la palabra elegida y, por tanto, en las inhalaciones y exhalaciones.- Se coloca una mano en el pecho y la otra en la parte inferior del abdomen (a la altura del ombligo).- Respiran tranquilos, relajados, inhalando y exhalando por la nariz.- Observamos el movimiento de las manos (la que sube más visiblemente indica la respiración).
<p><i>Cómo terminar el taller</i></p>	<ul style="list-style-type: none">● Tras terminar la última actividad, se da por finalizado el taller con la cumplimentación de los cuestionarios de satisfacción. Si algún participante tiene alguna dificultad para rellenar los cuestionarios, se le ayudará en esta tarea.● Se termina el taller con unas palabras de reconocimiento y agradecimiento. Se elogia su trabajo y la colaboración entre todos los participantes.
<p><i>Fuentes / lecturas complementarias / recursos</i></p>	<ul style="list-style-type: none">● https://www.widewalls.ch/magazine/land-art● https://en.wikipedia.org/wiki/Land_art● https://no.pinterest.com/wreathideas/natural-material-wreaths/● https://opusgrows.com/blogs/journal/10-minimalist-natural-wreath-ideas● Birdi, K. (2016). Entrenamiento de la creatividad. En H. Shipton, P. Budhwar, P. Sparrow y A. Brown (Eds.).● Gestión de recursos humanos, innovación y rendimiento, Londres: Palgrave Macmillan.● https://learntechasia.com/sir-ken-robinson-education-creativity/



	<ul style="list-style-type: none">• https://siol.net/trendi/nevrosoba/kako-ujeti-izmuzljivo-muzo-dobrih-idej-451656• https://learntechasia.com/sir-ken-robinson-education-creativity/• https://www.svetloba.si/dihanje/ze-znate-dihati-s-trebuhom• https://my.clevelandclinic.org/health/articles/9445-diaphragmatic-breathing
--	---

Taller nº 3: "Mi camino de sueños"

<p>Título, breve descripción y métodos</p>	<p>"MI CAMINO DE SUEÑOS"</p> <p>VISUALIZACIÓN GUIADA (TÉCNICAS DE RELAJACIÓN 2.2) + UN MAPA DE MIS PENSAMIENTOS (MÉTODOS DE ARTETERAPIA 1.2) + ENCUENTRO SOCIAL JUNTO A LA HOGUERA (ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE 3.5)</p>  <p><i>Crédito de la foto: URI Soča, CPR Murska Sobota</i></p> <p><i>Las instrucciones del taller están adaptadas para trabajar con personas con discapacidad intelectual.</i></p> <p>Todo es posible en sueños y, como tales, los sueños pueden ser el primer paso para crear nuestra realidad. Con la ayuda de la visualización guiada, los participantes pensarán cómo quieren que sea su futuro y qué quieren conseguir en la vida. En su futuro soñado, pueden imaginar una profesión ideal, pueden imaginar una familia, una casa de ensueño, pueden imaginar lo que más significa para ellos en la vida. Después de visualizar la idea de su futuro ideal, empezarán a hojear revistas, a elegir material textil, todo lo que sea útil para representar ese futuro. Al final, alrededor de la hoguera, discutirán sus mapas, lo que representan y cómo pueden alcanzarlos.</p>
---	---



	<p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>
Objetivos	<p>El objetivo principal del taller es que los participantes aprendan lo que quieren del futuro. Al hacerlo, aprenden la diferencia entre los sueños y la realidad y hablan de lo que pueden conseguir y de los pasos que tienen que dar para lograrlo. Tendrán la oportunidad de expresarse y de mostrar al mundo cómo se ven a sí mismos en el futuro, qué quieren conseguir en sus vidas. Durante el taller, los participantes socializarán entre sí y se animarán mutuamente a cumplir sus sueños. Al pensar en lo que sería ideal para ellos en el futuro, se obligan a pensar en lo que es realista, lo que es alcanzable y cómo lograrlo. Esto fomenta el pensamiento empresarial.</p>
Competencias adquiridas	<p>Obtendrán la capacidad y la acción para hacer crecer el conocimiento sobre uno mismo, sus habilidades, talentos y destrezas con el fin de mejorar su vida y conseguir lo que desean. Aprenderán a pensar con originalidad y a separar los sueños de la realidad. Aprenderán a planificar y lo importante que es alcanzar tus objetivos. Con todo ello, aumentarán su confianza y su percepción del mundo.</p>
Directrices para la realización de talleres en clases mixtas	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.



	<ul style="list-style-type: none">• Se debe de tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.



	<ul style="list-style-type: none">• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p>Materiales y equipos</p>	<p>El espacio de trabajo debe ser lo suficientemente amplio como para que todos los participantes dispongan de espacio suficiente para trabajar; debemos proporcionar suficientes sillas, etc. Los materiales y herramientas de trabajo deben estar al alcance de la mano.</p> <p>Materiales necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Papel formato A3 (blanco) - cartón, papel más duro.....</i>• <i>Periódicos, revistas, folletos publicitarios...</i>• <i>Crayones, marcadores, lápices...</i>• <i>Textil: cintas, encajes, ...</i>• <i>Otros materiales disponibles</i> <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Mesa con mantel protector</i>• <i>Sillas, colchonetas</i>• <i>cinta adhesiva, pegamento</i>• <i>suficientes delantales para que todos los participantes protejan su ropa</i>• <i>tijeras de seguridad, regla, gomas de borrar....</i>• <i>Sistema de audio u ordenador portátil (para poner música relajante)</i>• <i>fuego de campamento falso preparado de antemano (papel maché).</i> <p>Nos aseguramos de que todo esté bien preparado; de que se disponga de todo el equipo necesario y de que proporcionemos materiales y herramientas de trabajo suficientes para todos los participantes. También comprobamos que los dispositivos técnicos funcionen como es debido. Intentamos crear un ambiente</p>



	<p>seguro y tranquilo con música relajante de fondo. También preparamos algunos ejemplos de mapas de pensamiento, que ayudarán a los participantes con su propio proceso de trabajo.</p>
<i>Tamaño del grupo</i>	<p>El tamaño del grupo depende en parte del aula en la que se celebre el taller; todos los participantes deben tener espacio suficiente para estar cómodos, relajados, sin entrar en el espacio personal de los demás. También debe haber espacio suficiente para que los formadores circulen entre los participantes y les ayuden si es necesario.</p> <p>Tenemos que asegurarnos de que disponemos de suficiente material de calidad para todos. También recomendamos que haya más formadores disponibles, que puedan proporcionar suficiente ayuda individual a cada participante.</p> <p>El tamaño del grupo, por supuesto, también depende en gran medida del tipo de discapacidad cognitiva. Si el grupo es demasiado grande, los participantes con discapacidad intelectual moderada pueden tener dificultades para participar. Esto puede deberse al miedo a hablar en público o a las deficiencias cognitivas y distracciones de otros miembros del grupo. Lo ideal para este taller es entre 8 y 10 participantes.</p>
<i>Consejos pedagógicos para los formadores</i>	<ul style="list-style-type: none">● Haga todo lo posible por crear un entorno acogedor y cálido para todos los participantes, de modo que se sientan seguros y aceptados.● Como formador, debes ser capaz de estimular la creatividad de cada participante. Antes del propio taller, infórmate sobre las particularidades del trabajo con distintos tipos de deterioro cognitivo, a qué prestar atención, dónde esperar que surjan más problemas, etc.● Para realizar un taller con personas con discapacidad intelectual, debemos preparar unas instrucciones suficientemente comprensibles y estructuradas con imágenes. Incluso es mejor si les mostramos un vídeo de cómo será su trabajo al principio del taller.● Cuando dé instrucciones para el trabajo, hable con frases claras y cortas, evitando palabras o términos complicados, técnicos y difíciles de entender.



	<ul style="list-style-type: none">● Divida las tareas más largas en pequeños pasos. Demuestre los pasos. Haga que el alumno realice los pasos, de uno en uno. Si es necesario, ayúdele. Dé al alumno varias oportunidades de practicar cada paso por separado y todos los pasos juntos.● No levantes la voz. A veces, cuando la gente hace un esfuerzo especial para asegurarse de que la otra persona en una conversación entiende lo que está diciendo, tiende a hablar más alto.● Después de dar las instrucciones, pregunte a los participantes si tienen alguna duda. Las preguntas son una forma eficaz de controlar la comprensión.● Dale tiempo suficiente para que formule una pregunta en su mente antes de verbalizarla. Puede que tengas que repetirla la pregunta o pedirle que aclare lo que pregunta. Cuando el participante te haga una pregunta, pídele que repita la información que le has dado para asegurarte de que te ha entendido bien. Ten paciencia. Asegúrate de que la persona te entiende y de que tú le entiendes a ella.● Durante la realización de la actividad, preste atención a si alguno de los participantes tiene problemas con la realización y necesita ayuda. Anima a los participantes a hacer preguntas y a no tener miedo de pedir ayuda.● A pesar del tiempo limitado del taller, hay que intentar no precipitarse y permitir que cada uno haga las cosas a su ritmo.● Asegúrese de que hay suficiente material diverso para cada participante. Te recomendamos que tengas material de reserva.
<i>Tiempo necesario</i>	<p>La duración total del taller es de 3 horas. Dentro del propio taller, nos ceñimos a los tiempos de las actividades individuales:</p> <ul style="list-style-type: none">● 10 min, Introducción del taller● 10 min, Visualización guiada



	<ul style="list-style-type: none">● 1h 45 min incluyendo una pausa de 10 min, Un mapa de mis pensamientos● 15 min para limpieza y pausa café● 1h, Encuentro social junto a la hoguera● Pausa de 5 minutos● 15-20min para los cuestionarios de evaluación
<p><i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i></p>	<ul style="list-style-type: none">● Para crear un ambiente relajado, vamos a presentarnos (quiénes somos y por qué vamos a celebrar el taller).● "¡Hola y cordialmente bienvenidos al taller de hoy!"● "Mi nombre es..."● "Estoy muy contento de que estéis todos aquí". (Es importante que todos se sientan bienvenidos).● (Presente el tema y la duración del taller): "Hoy aprenderemos sobre la importancia de soñar y al mismo tiempo tener metas que sean realistas y alcanzables. El taller durará 3 horas y 45 minutos, con una pausa intermedia. Terminaremos a las x. La pausa para el café será a las x, y durará 15 minutos".● Pregunte a los participantes si han organizado el regreso a casa. Si no es así, puedes sugerir que informen a los padres/tutores de cuándo terminan los talleres tras la introducción del curso.● Informe a los participantes sobre la ubicación de los aseos. "Los aseos se encuentran al final del pasillo, a la derecha. ¿Hay un aseo para discapacitados...?" (Uno de los formadores puede acompañar al participante hasta el aseo para mostrarle dónde está).● Creemos un entorno de trabajo cómodo con música relajante.● Antes del taller, el formador entrega a los participantes una hoja de asistencia y el consentimiento para hacer fotos en el taller para que lo firmen. Adviértales de que se tomarán



	<p>fotografías durante el taller y de que deben marcar con (sí/no) si permiten la publicación de imágenes.</p> <ul style="list-style-type: none">● Sólo cuando creamos un lugar cómodo para todos los participantes, podemos empezar el taller.
<p>Etapas de la aplicación</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Al principio del taller, explicamos a los participantes qué es un mapa de pensamientos y les mostramos algunos productos acabados que trajimos con este fin.2. Tras la presentación, les informamos de que deben seguir atentamente las instrucciones del formador. Les dejamos decidir si quieren sentarse o tumbarse durante la visualización guiada. Insistimos en la importancia de que estén cómodos durante la visualización.3. Cuando todos estén cómodamente situados (tumbados o sentados en una silla), pídeles que cierren los ojos y respiren hondo. A continuación, empieza con el cuento o la descripción de imágenes. La narración del cuento debe hacerse con un ritmo muy lento, con vocabulario fácil y voz tranquila. Se pueden hacer pequeñas pausas durante la narración para que el participante imagine la escena. Con ayuda de la visualización, les conducimos al futuro tal y como lo han imaginado.  <p><i>Crédito de la foto: URI Soča, CPR Murska Sobota</i></p> <ol style="list-style-type: none">4. Después de 10 minutos, preguntamos a cada uno de los participantes si tienen una imagen clara en su mente de su futuro ideal. Sólo cuando todos tienen una idea clara, comenzamos con el siguiente paso del taller.5. Les pedimos que describan brevemente en qué han pensado y si pueden darle un nombre. Si no, les pedimos



	<p>que expliquen su proceso de pensamiento a través de su trabajo.</p> <ol style="list-style-type: none">6. En el siguiente paso les invitamos a que cojan revistas/periódicos/otros materiales disponibles y los revisen, buscando cualquier cosa que puedan utilizar en la creación de su producto.7. Cuando encuentran una imagen/texto/material adecuado, lo recortan y lo apartan. Una vez recopiladas todas las imágenes, crean una muestra de cómo podría ser el producto final. En esta fase todavía pueden quitar o añadir algo al mapa final. Sólo cuando estén satisfechos, empezarán a pegarlo. También pueden dibujar y escribir en el mapa lo que quieran.8. En algún momento entre este proceso hacemos una pausa de 10 minutos para ir al baño.9. Como esta opción metodológica dura un poco más, se avisa a los participantes unos minutos antes del final para que empiecen a terminar el producto.10. Terminan el mapa único con su firma legible en la parte inferior derecha. Con su firma, el producto está listo para ser fotografiado y expuesto.11. Cuando los participantes terminan de retratarse y de limpiar la superficie de trabajo, pueden irse a tomar un café. Mientras tanto, los formadores preparan todo lo necesario para la siguiente actividad. Colocamos las sillas en el círculo y ponemos una falsa "hoguera" en el centro.12. Cuando todos estén sentados junto a la hoguera, animamos a los participantes a que describan sus mapas, a que describan su futuro soñado y cómo creen que podrían alcanzar esos sueños. Fomentamos al máximo el debate en grupo.13. Tras el debate, hacemos una breve pausa, durante la cual los participantes se preparan para resolver los cuestionarios.
--	--



<p><i>Cómo terminar el taller</i></p>	<ul style="list-style-type: none">● Cuando a la actividad "Un mapa de mis pensamientos" le queden 20 min, decimos: "Nos quedan 20 minutos. Ahora tenemos que terminar poco a poco con nuestro trabajo". Volvemos a recordárselo cuando queden 5min y 1 min.● Todos firman su mapa.● Tras terminar la última actividad, damos por finalizado el taller con la cumplimentación de los cuestionarios de evaluación. Si algún participante tiene alguna dificultad para rellenar los cuestionarios, le ayudaremos en esta tarea.● Terminamos el taller con unas palabras de reconocimiento y agradecimiento. Elogiamos su trabajo y la colaboración entre todos los participantes.
<p><i>Fuentes / lecturas complementarias / recursos</i></p>	<ul style="list-style-type: none">● https://www.youtube.com/watch?v=X_R72xZ8g9Q● https://www.riseart.com/guide/2371/a-guide-to-collage● https://www.juniqu.com/collage-art-explained



5. Talleres para personas con parálisis cerebral (DEFOIN)

Taller nº 1: "Un lugar de ensueño"

<p>Título, breve descripción y métodos</p>	<p>"UN LUGAR DE ENSUEÑO"</p> <p>CÓMO CREAR UNA HISTORIA - ¿DÓNDE? (ESCRITURA CREATIVA 6.4) + COLLAGE "UN MAPA DE MIS PENSAMIENTOS" (ARTE-TERAPIA 1.2) + VISUALIZACIÓN GUIADA (TÉCNICAS DE RELAJACIÓN 2.2)</p>  <p><i>Crédito de la foto: Taller realizado por DEFOIN en colaboración con la Fundación Numen</i></p> <p>Las instrucciones del taller están adaptadas para trabajar con personas con parálisis cerebral, teniendo en cuenta que pueden ser necesarias ciertas variaciones en función del nivel de discapacidad de cada participante.</p> <p>Crear un escenario "ideal" con elementos elegidos por los participantes que posteriormente pueda ser utilizado en futuros ejercicios de relajación como la visualización guiada.</p> <p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>
<p>Objetivos</p>	<p>El objetivo principal es crear el que sería un escenario "ideal para relajarse" para todos los participantes, eligiendo los elementos de este escenario de revistas, recortes, dibujos y otros elementos artísticos. De este modo, la arte-terapia, la búsqueda de elementos creativos y la expresión artística de los participantes se fomentará</p>



	<p>para diseñar este escenario. Por otro lado, se fomentará el trabajo en grupo ya que el escenario será creado junto con sus compañeros. Finalmente, los materiales desarrollados se usarán en un ejercicio de relajación que finalizará la sesión.</p>
<p>Competencias adquiridas</p>	<p>Conocimientos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ser imaginativos a la hora de crear un escenario en el que ambientar su propia historia.- Ser creativos a la hora de elaborar una historia.- Expresarse con los demás a través de diferentes elementos del ambiente en el que se realiza la actividad. <p>Habilidades:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aumentar sus habilidades de trabajo en grupo.- Aumentar sus habilidades de relajación. <p>Actitudes:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ser capaces de trabajar en equipo.- Ser capaces de comunicarse y expresarse.- Ser capaces de relajarse.
<p>Directrices para la realización de talleres en clases mixtas</p>	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.• Se debe de tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda



	<p>designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.</p> <ul style="list-style-type: none">• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).



	<ul style="list-style-type: none">• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p>Materiales y equipo</p>	<p>El espacio de trabajo debe ser lo suficientemente amplio como para que todos los participantes dispongan de espacio suficiente para trabajar. Se deberán proporcionar suficientes sillas, mesas, pinturas, folios, etc. Los materiales y herramientas de trabajo deben estar al alcance de la mano.</p> <p>Materiales necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ejemplos de escenarios (por ejemplo, cuadros famosos, escenas de películas, etc.).• Revistas, dibujos, fotos para recortar.• Tijeras.• Pegamento.• Cartón o papel grande.• Opcional: Materiales de diferentes texturas (algodón, telas, cartón...). <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Mesas.• Sillas.• Proyector para presentar los escenarios (también pueden presentarse en forma impresa y/o verbalmente si no se dispone de proyectores).• Reproductor de música / Altavoces / Ordenador / Otros dispositivos (en caso de querer acompañar las actividades con música). <p>Es necesario asegurar que todos los materiales y equipos están bien preparados; que se dispone de todo lo necesario y que se proporcionan suficientes materiales y herramientas de trabajo para todos los participantes. Asimismo, es importante comprobar que los dispositivos técnicos que se vayan a utilizar funcionen correctamente.</p> <p>También es necesario asegurar que el espacio de trabajo está limpio y ordenado.</p>



	<p>Los educadores deben tener en cuenta los diferentes niveles de discapacidad dentro de un mismo grupo e intentar adecuar cada material y herramienta en lo máximo de lo posible.</p> <p>Por último, dado que esta actividad está planteada para realizarse en el exterior, los educadores deben asegurarse previamente a la actividad de que el espacio es accesible a personas con distintos grados de discapacidad o problemas de movilidad (p.e. que no haya escaleras ni otros obstáculos que impidan un acceso fácil)</p>
<i>Tamaño del grupo</i>	<p>Para este taller no existe una limitación respecto al tamaño del grupo. Sin embargo, algunos factores a tener en cuenta son: 1. El espacio disponible para realizar el taller, 2. La disponibilidad de materiales, 3. El número de profesionales que puedan implementar el taller y 4. El nivel de discapacidad de los participantes.</p> <p>Todos los participantes deben tener espacio suficiente para realizar las actividades de forma cómoda y con espacio suficiente.</p> <p>Es necesario tener en cuenta los materiales disponibles ya que todos los participantes deben tener igual acceso al mismo. Es decir, si sólo hay material para 5 personas, sólo se podrá hacer el taller con ese número de participantes.</p> <p>También es necesario tener en cuenta cuantos profesionales están disponibles para impartir el taller. Cuantos más profesionales disponibles para ayudar mayor podrá ser el grupo de trabajo.</p> <p>Por último, es importante tener en cuenta el nivel (o niveles) de discapacidad dentro de un mismo grupo ya que de esto dependerán en gran medida los puntos anteriores.</p>
<i>Consejos pedagógicos para los formadores</i>	<ul style="list-style-type: none">• Como formador, haga todo lo posible para crear un entorno cálido y acogedor para todos los participantes, de modo que se sientan seguros y aceptados.• La parálisis cerebral es muy diversa. Previamente al taller, infórmese sobre los tipos de parálisis cerebral que poseen los participantes de modo que pueda prevenir ciertas conductas y/o problemas y sepa actuar de la forma más correcta en todo momento.• No infantilice sus conductas, tráteles como adultos. No dé por hecho que por sufrir parálisis cerebral no podrán hacer



	<p>ciertas actividades. Valore su autonomía y déjeles tomar sus propias decisiones.</p> <ul style="list-style-type: none">• Hábleles con normalidad: diríjase a ellos directamente y no a su acompañante (si es que está acompañado), no intente imitar su forma de hablar, escuche y deles tiempo para responder, pregúnteles si no les ha comprendido correctamente, no se anteponga a sus respuestas, etc.• También es aconsejable hablarles cara a cara, a la misma altura (por ejemplo, sentados en una silla si es necesario), utilizando un lenguaje sencillo y cercano.• Adáptese de la mayor forma posible a su forma de comunicación (que puede no siempre ser verbal). Tenga muy en cuenta las manifestaciones de lenguaje no verbal.• No dé por hecho que necesitan ayuda, pregúnteles cómo quieren ser ayudados y deles tiempo para, en un primer momento, intentar enfrentarse a las situaciones de forma individual.• No dé por hecho que una afectación motora implica una afectación mental.• No intente movilizar a una persona con parálisis cerebral si no es un profesional. <p>Y lo más importante, ¡olvídese de las etiquetas y los prejuicios! Tráteles con dignidad, sin mostrar lástima ni sentimientos negativos hacia ellos, respetando sus opiniones, su espacio personal y sus capacidades.</p>
<p>Tiempo necesario</p>	<p>La duración total del taller se estima en 3 horas. Dentro del propio taller, se estiman los siguientes tiempos para cada actividad:</p> <ul style="list-style-type: none">• 50 min para "Cómo crear una historia - ¿Dónde?".• 10 min de pausa.• 60 min para "Collage "un mapa de mis pensamientos"".• 10 min de pausa.• 20 min para "Visualización guiada.• 10 min de pausa.• 20 minutos para los cuestionarios de evaluación.



***Presentación del
curso y bienvenida
a los alumnos***

- Antes de empezar las actividades del taller procura crear un ambiente relajado y distendido para los participantes. Para ello empiece la sesión con frases como: “Buenas tardes, me alegro de que todos hayáis podido acudir hoy” “Mi nombre es María, es un placer daros la bienvenida a este taller” “¡Espero que disfrutéis del taller!”. Es importante que todos los participantes en el taller se sientan bienvenidos.
- Preséntese como formador/a. Describa quién es y por qué acude a realizar el taller al centro/espacio. En el caso en que haya más de un formador/a, deja espacio para que también se presenten.
- Introduce el tema del taller y el tiempo que se tardará en llevarse a cabo: “El taller de hoy se llama “Un lugar de ensueño” y durará alrededor de 3 horas”. Describa brevemente las actividades del taller y dónde se realizarán (si es necesario cambiar de localización, si se realizarán todas en el mismo espacio, etc.). Señale también que entre medias de estas actividades se harán diversas pausas: “Entre medias de las actividades realizaremos varias pausas para descansar”. Por último, indique la hora a la que terminará aproximadamente el taller: “Está previsto que terminemos a las 15:00”.
- Si el taller se realiza en un espacio o centro nuevo para los participantes dedique unos minutos a explicar la logística del centro: indicar dónde se van a realizar las actividades, dónde se encuentran los baños, etc.
- Recuerde a los participantes que el taller está pensado para pasarlo bien y disfrutar del tiempo y las actividades. Ninguna respuesta será tratada de incorrecta y en cualquier momento podrán contar con el apoyo de los formadores y también de sus compañeros.
- Promueva la colaboración entre los participantes. Utilice frases como: “¡Necesitamos vuestra colaboración!” “¡Estamos aquí para divertirnos!”
- Antes de comenzar con las actividades del taller, reparta las hojas de asistencia y el consentimiento para poder realizar fotos durante la sesión. Recuerde a los participantes que este



	<p>último (el consentimiento) no es obligatorio y que si lo desean pueden negarse a aparecer.</p> <ul style="list-style-type: none">• Si es necesario, permite a los participantes tiempo para presentar y explicar su forma de comunicarse en el caso que no usen lenguaje oral sino sistemas alternativos de comunicación.• Por último, pregunte si desean hacer algún comentario o tienen alguna duda sobre lo que se ha explicado anteriormente. <p>Inicie las actividades del taller sólo cuando el ambiente sea el adecuado, es decir, cuando todos los participantes tengan claros sus derechos, su papel en las actividades, no tengan dudas y quieran empezar.</p>
<p>Etapas de la aplicación</p>	<p>El taller combina trabajo individual y en grupo. A continuación, se describe paso a paso cómo llevar a cabo el taller:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Comience el taller realizando la actividad Cómo crear una historia - dónde (<i>Escritura creativa</i>). Para ello, empiece recordando a los participantes los cinco sentidos (Vista, Oído, Tacto, Olfato y Gusto).2. A continuación, explique cómo se puede describir un entorno a partir de los cinco sentidos formulando preguntas como: 1. Vista: ¿qué se ve? ¿qué aspecto tiene el entorno? 2. Oído: ¿qué ruidos oyes? 3. Tacto: ¿qué se siente al tocar? 4. Olfato: ¿qué olores percibe? 5. Gusto: ¿qué sabores puede experimentar?3. Como actividad para ejemplificar esto a los participantes, muestre algunos escenarios e intente responder a estas preguntas junto con los participantes.4. Por último, pida a los participantes que, individualmente, cierren los ojos e imaginen un escenario "agradable" y "relajante" para ellos. Puede utilizar otros adjetivos positivos para describir este escenario.5. A continuación, pida a los participantes que describan este escenario de acuerdo con lo que se ha comentado antes (vista, oído, tacto, olfato y gusto). Recoge las respuestas en



	<p>un papel, ya que estas ideas constituirán la base de la historia de visualización guiada que se practicará al final del taller.</p> <ol style="list-style-type: none">6. Una vez terminada esta actividad, proponga una pausa de 10 minutos. Aprovecha esta pausa para poner en común las ideas recogidas para formar la historia.7. Tras la pausa de 10 minutos, comienza la segunda actividad del taller: "Collage "un mapa de mis pensamientos" (<i>Arteterapia</i>).8. Explique primero a los participantes qué es un collage ("técnica pictórica y gráfica en la que se pegan trozos de papel, tela u otro material a un sustrato y se dibujan o pintan") y que la siguiente actividad del taller consistirá en crear un collage que represente el escenario que habían imaginado previamente. A continuación, explique cómo se realiza un collage (por ejemplo, recortando fotos de revistas y pegándolas sobre una cartulina). También es buena idea mostrar algunos ejemplos de collages.9. Una vez hayas explicado cómo hacer un collage y aclarado cualquier duda, distribuye los materiales a los participantes (revistas, tijeras, pegamento, etc.). Pídales que elijan, recorten y peguen en una cartulina común las imágenes que crean que describen el escenario imaginado. Si los participantes tienen dificultades con este paso (por ejemplo, dificultad con las tijeras), ayúdeles en la medida de lo posible. En los casos más extremos, realice usted mismo las actividades de corte y pegado, implicando a los usuarios sólo en la elección (de las imágenes, dónde quieren que se coloquen en el collage...). Todo ello para garantizar la seguridad de los participantes.
--	--



Crédito de la foto: Taller realizado por DEFOIN en colaboración con la Fundación Numen

10. Es importante que, durante esta actividad, refuerce positivamente las elecciones y acciones de los participantes (por ejemplo: ¡qué bonito! ¡qué bien recortado! ¡esos colores son muy relajantes! ¡queda precioso!).



Crédito de la foto: Taller realizado por DEFOIN en colaboración con la Fundación Numen

11. Una vez finalizado el tiempo de elaboración del collage, proponga otra pausa de 10 minutos. Durante esta pausa se recomienda seguir elaborando la historia que utilizarás durante la Visualización Guiada, esta vez incluyendo elementos del collage.
12. Tras la pausa de 10 minutos, comienza con la tercera actividad del taller: "**Visualización guiada**" (*Técnicas de relajación*).
13. Para comenzar el ejercicio de visualización guiada, pida a los participantes que se coloquen cómodamente alrededor del



	<p>espacio donde se desarrolla el taller. Aunque esta técnica se realiza individualmente siguiendo las instrucciones dadas por el formador, puede hacerse en compañía de otras personas.</p> <p>14. Una vez que todos los participantes estén instalados, pídeles que cierren los ojos e intenten relajarse. Después de 1 minuto, comience a guiar la relajación narrando una historia basada en el escenario imaginado creado por los participantes a través de las dos actividades anteriores. La narración de la historia debe hacerse a un ritmo muy lento, con un vocabulario fácil y una voz tranquila. Es aconsejable hacer pequeñas pausas durante la narración para dejar que el participante imagine la escena. No olvides mencionar las sensaciones que pueden sentir (los "cinco sentidos") y los colores de los paisajes (que puedes ver en el collage). Además, mientras narra, céntrate en las sensaciones del cuerpo e integra alguna referencia a esto en el guion: "siente cómo se relaja tu cuerpo", "te sientes tranquilo", "siente lo relajado que estás", etc. Esta actividad también puede ir acompañada de música instrumental.</p> <p>15. Una vez terminada la narración, indique a los participantes que pueden abrir los ojos poco a poco. A continuación, pregúnteles cómo se han sentido, si han podido relajarse y qué les ha parecido esta relajación.</p> <p>16. Una vez finalizada la sesión de imaginación guiada, haz una última pausa de 10 minutos. Durante esta pausa puedes comentar con los participantes las actividades del taller y su satisfacción con ellas.</p>
<p><i>Cómo terminar el taller</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Tras los 10 minutos de la última pausa, comenzará la última actividad del taller: la complimentación de los cuestionarios de satisfacción. Si algún participante tiene alguna dificultad para rellenar los cuestionarios se le ayudará en esta tarea.• Una vez finalizadas todas las actividades, incluida la complimentación de los cuestionarios de satisfacción, anime a los participantes a ayudar a limpiar el espacio de trabajo y el equipo siempre que sea posible.• Por último, concluya el taller con unas palabras de reconocimiento y agradecimiento. Elogie el trabajo realizado y la colaboración entre todos los participantes. Agradezca a



	<p>los participantes su participación y, si procede, permita también que los participantes dirijan palabras de agradecimiento a los demás participantes.</p>
<p>Fuentes / lecturas complementarias / recursos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Proyecto Power of Creativity: <i>Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad - Versión en español</i>. Disponible en: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/ • Federación ASpace Castellano Leonesa (Consultado el 21 de febrero de 2023). <i>Consejos para relacionarse con una persona con parálisis cerebral</i>. Disponible en: https://federacionaspacecy.org/publicaciones/consejos-para-relacionarse-con-una-persona-con-paralisis-cerebral/ • Comité de Entidades Representantes de Personas con Discapacidad en la Comunidad de Madrid (ERMI Comunidad de Madrid). (Consultado el 21 de febrero de 2023). <i>Cómo dirigirse adecuadamente a las personas con discapacidad</i>. Disponible en: http://www.cermimadrid.org/publicaciones/documentacion • Asociación Granadina de Atención a Personas con Parálisis Cerebral (ASpace Granada). (Consultado el 20 de febrero de 2023). <i>Soy parálítico cerebral. Libro-guía</i>. Disponible en: https://aspacegranada.org/transparencia-calidad-aspace/

Taller nº 2: "Arte callejero"

<p>Título, breve descripción y métodos</p>	<p>"ARTE CALLEJERO</p> <p>MÚSICA, EMOCIONES Y PINTURA (TÉCNICAS DE RELAJACIÓN 2.5) + ARTE CALLEJERO (ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE 3.1) + RESPIRACIÓN PROFUNDA O DIAFRAGMÁTICA (TÉCNICAS DE RELAJACIÓN 2.1)</p> <p>Las instrucciones del taller están adaptadas para trabajar con personas con parálisis cerebral, teniendo en cuenta que pueden ser necesarias ciertas variaciones en función del nivel de discapacidad de cada participante.</p>
---	---



	<p>Fomentar la creatividad, la expresión y la inclusión social de las personas con parálisis cerebral mediante actividades como la pintura al aire libre.</p> <p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>
Objetivos	<p>El objetivo principal es que a través de la música y el arte los participantes exploren nuevas formas de expresión y creatividad. Estas actividades están pensadas para realizarse en ambientes fuera del aula, en un espacio abierto. Con ello se pretende fomentar también la inclusión de las personas con parálisis cerebral en la sociedad. Así, a través del arte callejero, todas las personas ajenas al grupo participante podrán apreciar el trabajo realizado y las obras de arte creadas, así como las capacidades expresivas y de trabajo de las personas con discapacidad. Por otro lado, los participantes podrán comprobar como las actividades en el exterior contribuyen al bienestar de las personas.</p>
Competencias adquiridas	<p>Conocimientos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Expresarse a través de diversos elementos como la música y la pintura. <p>Habilidades:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aumentar la creatividad y la autoexpresión.- Aumentar las habilidades individuales y de trabajo en equipo. <p>Actitudes:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aprender la importancia de las actividades al aire libre.- Aprender la importancia de la relajación para el bienestar de las personas.
Directrices para la realización de talleres en clases mixtas	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo



	<p>electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.</p> <ul style="list-style-type: none">• Se debe de tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y



	<p>ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.</p> <ul style="list-style-type: none">• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p>Materiales y equipo</p>	<p>El espacio de trabajo debe ser lo suficientemente amplio como para que todos los participantes dispongan de espacio suficiente para trabajar. Debe haber suficientes sillas, mesas, pinturas, papel, etc. Los materiales de trabajo y las herramientas deben estar al alcance de la mano.</p> <p>Materiales necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Papel.• Pinturas y lápices.• Pinturas para pintar en una pared o mural.• Elección de 4 canciones (de "muy energético" a "muy poco energético"). <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Mesas.• Sillas.• Pared o mural.• Reproductor de música / Altavoces / Ordenador / Otros dispositivos de reproducción de música.



	<p>Es necesario asegurar que todos los materiales y equipos están bien preparados; que se dispone de todo lo necesario y que se proporcionan suficientes materiales y herramientas de trabajo para todos los participantes. Asimismo, es importante comprobar que los dispositivos técnicos que se vayan a utilizar funcionan correctamente.</p> <p>También es necesario asegurar que el espacio de trabajo está limpio y ordenado.</p> <p>Por último, los educadores deben tener en cuenta los diferentes niveles de discapacidad dentro de un mismo grupo e intentar adecuar cada material y herramienta en lo máximo de lo posible.</p>
<i>Tamaño del grupo</i>	<p>Para este taller no existe una limitación respecto al tamaño del grupo. Sin embargo, algunos factores a tener en cuenta son: 1. El espacio disponible para realizar el taller, 2. La disponibilidad de materiales, 3. El número de profesionales que puedan implementar el taller y 4. El nivel de discapacidad de los participantes.</p> <p>Todos los participantes deben tener espacio suficiente para realizar las actividades de forma cómoda y con espacio suficiente.</p> <p>Es necesario tener en cuenta los materiales disponibles ya que todos los participantes deben tener igual acceso al mismo. Es decir, si sólo hay material para 5 personas, sólo se podrá hacer el taller con ese número de participantes.</p> <p>También es necesario tener en cuenta cuantos profesionales están disponibles para impartir el taller. Cuantos más profesionales disponibles para ayudar mayor podrá ser el grupo de trabajo.</p> <p>Por último, es importante tener en cuenta el nivel (o niveles) de discapacidad dentro de un mismo grupo ya que de esto dependerán en gran medida los puntos anteriores.</p>
<i>Consejos pedagógicos para los formadores</i>	<ul style="list-style-type: none">• Como formador, haga todo lo posible para crear un entorno cálido y acogedor para todos los participantes, de modo que se sientan seguros y aceptados.• La parálisis cerebral es muy diversa. Previamente al taller, infórmese sobre los tipos de parálisis cerebral que poseen los participantes de modo que pueda prevenir ciertas conductas



	<p>y/o problemas y sepa actuar de la forma más correcta en todo momento.</p> <ul style="list-style-type: none">• No infantilice sus conductas, tráteles como adultos. No dé por hecho que por sufrir parálisis cerebral no podrán hacer ciertas actividades. Valore su autonomía y déjeles tomar sus propias decisiones.• Hábleles con normalidad: diríjase a ellos directamente y no a su acompañante (si es que está acompañado), no intente imitar su forma de hablar, escuche y deles tiempo para responder, pregúnteles si no les ha comprendido correctamente, no se anteponga a sus respuestas, etc.• También es aconsejable hablarles cara a cara, a la misma altura (por ejemplo, sentados en una silla si es necesario), utilizando un lenguaje sencillo y cercano.• Adáptese de la mayor forma posible a su forma de comunicación (que puede no siempre ser verbal). Tenga muy en cuenta las manifestaciones de lenguaje no verbal.• No dé por hecho que necesitan ayuda, pregúnteles cómo quieren ser ayudados y deles tiempo para, en un primer momento, intentar enfrentarse a las situaciones de forma individual.• No dé por hecho que una afectación motora implica una afectación mental.• No intente movilizar a una persona con parálisis cerebral si no es un profesional. <p>Y lo más importante, ¡olvídese de las etiquetas y los prejuicios! Tráteles con dignidad, sin mostrar lástima ni sentimientos negativos hacia ellos, respetando sus opiniones, su espacio personal y sus capacidades.</p>
<p>Tiempo necesario</p>	<p>La duración total del taller se estima en 3 horas. Dentro del propio taller, se estiman los siguientes tiempos para cada actividad:</p> <ul style="list-style-type: none">• 50 min para "Música, emociones y pintura".• 10 min de pausa.• 60 min para "Arte callejero".• 10 min de pausa.



	<ul style="list-style-type: none">• 20 min para "Respiración profunda o diafragmática".• 10 min de pausa.• 20 minutos para los cuestionarios de evaluación.
<p><i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Antes de empezar las actividades del taller, procure crear un ambiente relajado y cómodo para los participantes. Para ello, comience la sesión con frases como: "Buenas tardes, me alegro de que todos hayáis podido venir hoy", "Me llamo María, es un placer daros la bienvenida a este taller", "¡Espero que disfrutéis del taller!". Es importante que todos los participantes en el taller se sientan bienvenidos.• Preséntese como formador. Describa quién es y por qué ha venido al centro/espacio para impartir el taller. En caso de que haya más de un formador, deje espacio para que también se presenten.• Presente el tema del taller y su duración: "El taller de hoy se llama "Arte callejero" y durará unas 3 horas". Describa brevemente las actividades del taller y dónde tendrán lugar (si es necesario cambiar de lugar, si tendrán lugar todas en el mismo espacio, etc.). Señale también que habrá varios descansos entre las actividades: "Entre las actividades haremos varias pausas para descansar". Por último, indique la hora aproximada de finalización del taller: "Está previsto que terminemos a las 15:00".• Si el taller tiene lugar en un espacio o centro nuevo para los participantes, dedique unos minutos a explicar la logística del centro: indique dónde tendrán lugar las actividades, dónde están los aseos, etc.• Recuerde a los participantes que el taller está pensado para divertirse y disfrutar del tiempo y de las actividades. Ninguna respuesta será tratada como incorrecta y en todo momento podrán contar con el apoyo de los formadores y de sus compañeros.• Promueva la colaboración entre los participantes. Utilice frases como: "¡Necesitamos vuestra colaboración!", "¡Estamos aquí para divertirnos!".• Antes de comenzar las actividades del taller, distribuya las hojas de asistencia y el formulario de consentimiento para



	<p>hacer fotos durante la sesión. Recuerde a los participantes que esto último (el formulario de consentimiento) no es obligatorio y que pueden negarse a aparecer si lo desean.</p> <ul style="list-style-type: none">• Si es necesario, deje tiempo para que los participantes presenten y expliquen su forma de comunicarse en caso de que no utilicen el lenguaje oral, sino sistemas de comunicación alternativos.• Por último, pregúnteles si desean hacer algún comentario o tienen alguna duda sobre lo que se ha explicado anteriormente. <p>Comience las actividades del taller sólo cuando el ambiente sea el adecuado, es decir, cuando todos los participantes tengan claros sus derechos, su papel en las actividades, no tengan dudas y quieran empezar.</p>
<p><i>Etapas de la aplicación</i></p>	<p>El taller combina trabajo individual y en grupo. A continuación, se describe paso a paso cómo llevar a cabo el taller:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Comience el taller realizando la actividad Música, emociones y pintura (<i>Técnicas de relajación</i>). Para ello, comience presentando la actividad y explicando cómo se puede utilizar la música para expresarnos. Explíqueles que durante la actividad escucharán 4 canciones (empezando por la más energética y terminando por la menos energética), y que tendrán que hacer un dibujo de lo que les evoca cada canción, utilizando los colores que crean oportunos y que mejor representen su estado de ánimo durante la canción. Recuérdeles que entre canción y canción habrá un breve descanso para cambiar las hojas de papel. Esta actividad puede realizarse en el interior o en el exterior. Si se realiza en el interior, tenga en cuenta el tiempo necesario para trasladar a los participantes al exterior para la segunda y la tercera actividad. Si se realiza en el exterior, tenga en cuenta la disponibilidad de todos los materiales (sillas, mesas o lugar para pintar) en este entorno.2. Distribuya cuatro hojas de papel a cada participante, indicando que cada una de ellas debe utilizarse en las diferentes canciones para pintar sus emociones.



	<ol style="list-style-type: none">3. Cuando todos tengan lista la primera hoja de papel, empiece a reproducir la primera canción. Recuerde que esta canción debe ser la más enérgica de las elegidas.4. Cuando termine la canción, pídeles que cambien a otra hoja de papel (breve pausa) y que se preparen para hacer lo mismo que antes con la siguiente canción.5. Cuando todos tengan lista la segunda hoja de papel, empiece a tocar la segunda canción.6. Cuando termine la segunda canción, pídeles que cambien la hoja de papel (breve pausa) y prepárese para hacer lo mismo que antes con la siguiente canción.7. Cuando todos tengan lista la tercera hoja de papel, empiece a reproducir la tercera canción.8. Cuando termine la tercera canción, pídeles que cambien el folio (breve pausa) y prepárese para hacer lo mismo que antes con la siguiente canción.9. Cuando todos tengan lista la cuarta hoja, empiece a reproducir la cuarta canción. Recuerde que esta canción tiene que ser la menos enérgica de las elegidas.10. Una vez terminada, pida a los participantes que guarden todos sus dibujos, ya que se utilizarán como bocetos para la segunda actividad del taller: Arte callejero.11. Después de reproducir las 4 canciones y hacer los dibujos, puedes introducir una breve actividad de reflexión planteando preguntas como las siguientes: ¿Cómo han cambiado tus pensamientos a lo largo de las canciones? ¿Qué representan tus dibujos? ¿Cómo te sientes?12. Una vez terminada esta actividad, proponga un descanso de 10 minutos. Aprovecha esta pausa para preparar la siguiente actividad, que tendrá lugar al aire libre sobre un muro o mural.13. Tras la pausa de 10 minutos, comienza la segunda actividad del taller: "Arte callejero" (<i>Actividades al aire libre</i>).14. En primer lugar, explique la actividad a los participantes. Explique que los dibujos realizados en el papel deben
--	---



	<p>pintarse ahora en la pared o en el mural en un tamaño correspondiente (más grande).</p> <ol style="list-style-type: none">15. Reparta el espacio del mural/pared entre los participantes y señale a cada uno dónde debe pintar.16. Distribuya la pintura para exteriores y de la señal para que todos los participantes empiecen a llevar sus ideas "del papel a la pared". Ofrezcase para ayudar siempre que sea necesario.17. Al cabo de un rato, comuníquese a los participantes cuánto tiempo les queda para terminar de pintar. Puede recordarles el tiempo cuando queden 20 minutos, 10 minutos y 2 minutos para terminar la actividad.18. Una vez finalizada esta actividad, proponga otro descanso de 10 minutos. Aproveche esta pausa para que los participantes admiren las obras de arte que han creado.19. Tras la pausa de 10 minutos, empiece con la tercera actividad del taller: "Respiración profunda o diafragmática" (<i>técnicas de relajación</i>). Esta técnica se realiza de forma individual, por lo que todos los participantes deben seguir individualmente las instrucciones dadas por el formador. No obstante, aunque el trabajo es individual, puede realizarse en compañía de otras personas.20. Explique qué es la respiración profunda o diafragmática y sus beneficios.21. Pida a los participantes que se coloquen cómodamente en todo el espacio del taller. Pueden sentarse o tumbarse, como se sientan más cómodos. Pídales también que cierren los ojos para sentir mejor los movimientos. También puede acompañar la actividad con música instrumental relajante.22. Una vez que estén en posición, indíqueles que inspiren por la nariz, llevando la respiración hacia el estómago, que se elevará mientras el pecho permanece abajo. A continuación, indíqueles que expiren. El vientre bajará, mientras que el pecho permanecerá abajo.23. Repita este procedimiento (respiración profunda) durante unos minutos. Guíe a los alumnos con voz tranquila y
--	---



	<p>pausada, indicándoles cuándo inhalar y cuándo exhalar con un ritmo lento.</p> <p>24. Realice una breve evaluación de la actividad preguntándoles si se han sentido relajados y qué han notado mientras hacían el ejercicio.</p> <p>25. Una vez finalizada la respiración profunda, haga una última pausa de 10 minutos. Durante este descanso puede comentar con los participantes las actividades del taller y su satisfacción con las mismas.</p>
Cómo terminar el taller	<ul style="list-style-type: none">• Tras los 10 minutos de la última pausa, comience la última actividad del taller: la cumplimentación de los cuestionarios de satisfacción. Si algún participante tiene alguna dificultad para rellenar los cuestionarios, ayúdele en esta tarea.• Una vez finalizadas todas las actividades, incluida la cumplimentación de los cuestionarios de satisfacción, anime a los participantes a ayudar a limpiar el espacio de trabajo y el equipo siempre que sea posible.• Por último, concluya el taller con unas palabras de reconocimiento y agradecimiento. Elogie el trabajo realizado y la colaboración entre todos los participantes. Agradezca a los participantes su participación y, si procede, permita también que los participantes dirijan palabras de agradecimiento a sus colegas.
Fuentes / lecturas complementarias / recursos	<ul style="list-style-type: none">• Proyecto El poder de la creatividad. <i>Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad - Versión en español</i>. Disponible en: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/• Federación ASPACE Castellano Leonesa (Consultado el 21 de febrero de 2023). <i>Consejos para relacionarse con una persona con parálisis cerebral</i>. Disponible en: https://federacionaspacecyl.org/publicaciones/consejos-para-relacionarse-con-una-persona-con-paralisis-cerebral/• Comité de Entidades Representantes de Personas con Discapacidad en la Comunidad de Madrid (ERMI Comunidad de Madrid). (Consultado el 21 de febrero de 2023). <i>Cómo</i>



	<p><i>dirigirse adecuadamente a las personas con discapacidad.</i> Disponible en: http://www.cermimadrid.org/publicaciones/documentacion</p> <ul style="list-style-type: none"> Asociación Granadina de Atención a Personas con Parálisis Cerebral (ASPACE Granada). (Consultado el 20 de febrero de 2023). <i>Soy parálítico cerebral. Libro-guía.</i> Disponible en: https://aspacegranada.org/transparencia-calidad-ospace/
--	---

Taller nº 3: "Sueños al aire libre"

<p>Título, breve descripción y métodos</p>	<p>"SUEÑOS AL AIRE LIBRE"</p> <p>REUNIÓN SOCIAL JUNTO A LA HOGUERA (ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE 3.5) + ESCRITURA CREATIVA SOBRE LOS SUEÑOS Y EL FUTURO - IMAGINACIÓN Y REALIDAD PARA CONSTRUIR (ESCRITURA CREATIVA 6.11) + RESPIRACIÓN PROFUNDA O DIAFRAGMÁTICA (TÉCNICAS DE RELAJACIÓN 2.1)</p>  <p><i>Crédito de la foto: Taller realizado por DEFOIN en colaboración con la Fundación Masnatur</i></p> <p>Las instrucciones del taller están adaptadas para trabajar con personas con parálisis cerebral, teniendo en cuenta que pueden ser necesarias ciertas variaciones en función del nivel de discapacidad de cada participante.</p> <p>Ensalzar la valía y el gran papel que cumplen las personas con discapacidad, concretamente aquellas con parálisis cerebral, en la</p>
---	--



	<p>sociedad. Para ello se fomenta la reflexión sobre los sueños, el futuro y el papel de cada uno en la sociedad.</p> <p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>
Objetivos	<p>El objetivo principal es que, a través de la reflexión y el diálogo, los participantes en el taller valoren su papel en la sociedad y sigan persiguiendo sus sueños y metas. Este taller está diseñado para fomentar la conversación entre los participantes, intercambiar pensamientos y emociones positivas y reflexionar sobre el papel de las personas con discapacidad en la sociedad. Busca promover la inclusión y mejorar la autoestima de las personas.</p>
Competencias adquiridas	<p>Conocimientos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Poder expresar sentimientos, preocupaciones y sueños de forma relajada con personas que les comprenderán y apoyarán.- Participar en un intercambio de experiencias que pueda ayudarles en su crecimiento personal. <p>Habilidades:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aumentarán habilidades como la escucha activa. <p>Actitudes:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aprender la importancia del respeto.- Aprender la importancia de escuchar.
Directrices para la realización de talleres en clases mixtas	<ul style="list-style-type: none">• Cuando se invita a los talleres, se informa a los posibles participantes de que tienen la opción de participar en el taller a distancia. Si quieren aprovechar esta opción, deben inscribirse a tiempo a través de la dirección de correo electrónico del organizador del taller. En este caso, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo, que deberán proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada



	<p>y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten conocimientos técnicos.</p> <ul style="list-style-type: none">• Se debe de tener cuidado de que en todos los pasos del taller se incluya también a los participantes que toman parte en él a distancia.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, si es necesario, también otros). Se recomienda designar un formador especial para los participantes a distancia, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller decide qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/software informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p><i>Directrices para la realización de talleres en línea</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• En la invitación, se debe indicar claramente que los talleres sólo se realizan a distancia. Al mismo tiempo, se añade la dirección de correo electrónico del organizador del taller, donde los participantes pueden inscribirse y obtener más información sobre el taller en sí. Si deciden participar, recibirán instrucciones sobre la realización del taller y sobre las herramientas y materiales que necesitan para llevarlo a cabo y que deben proporcionar ellos mismos antes del inicio del taller. También se puede enviar un enlace a la videollamada y a la plataforma de facilitación en línea y ayudar a los participantes con la configuración, para que no necesiten ningún conocimiento técnico.• Antes del taller, se debe proporcionar todo el equipo tecnológico necesario (ordenador potente, cámara, micrófono, y si es necesario también otros). Se recomienda



	<p>designar un formador especial para los participantes remotos, cuya tarea consistirá únicamente en guiar a estos participantes.</p> <ul style="list-style-type: none">• Hoy en día, los sistemas de videoconferencia disponen de muchas herramientas que facilitan y mejoran el trabajo tanto de los participantes en los talleres como de los propios formadores: pantalla compartida y presentación de diapositivas, pizarra blanca, herramientas de dibujo, chat, emoticonos, encuestas, salas de trabajo en grupo...).• Dependiendo del tipo de taller y de la propia ejecución, el organizador del taller debe decidir qué ayudas a la comunicación, como tecnologías/softwarees informáticos, tableros de comunicación con imágenes, pizarras blancas/bolígrafos y dispositivos para hablar, son necesarias.
<p>Materiales y equipo</p>	<p>El espacio de trabajo debe ser lo suficientemente amplio como para que todos los participantes dispongan de espacio suficiente para trabajar. Debe haber suficientes sillas, mesas, pinturas, papel, etc. Los materiales de trabajo y las herramientas deben estar al alcance de la mano.</p> <p>Materiales necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Papel.• Pinturas y lápices.• Papel maché de varios colores (por si necesitas crear una "hoguera falsa").• Troncos de madera (por si necesitas crear una "falsa hoguera").• Piedras (en caso de que necesites crear una "hoguera falsa").• Tijeras y pegamento (en caso de que sea necesario crear una "falsa hoguera"). <p>Equipamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sillas.• Proyector.• Reproductor de música / Altavoces / Ordenador / Otros dispositivos de reproducción de música. <p>Es necesario asegur que todos los materiales y equipos están bien preparados; que se dispone de todo lo necesario y que se</p>



	<p>proporcionan suficientes materiales y herramientas de trabajo para todos los participantes. También es importante comprobar que los dispositivos técnicos que se van a utilizar funcionan correctamente.</p> <p>También es necesario asegurar que el espacio de trabajo esté limpio y ordenado.</p> <p>Los educadores deben tener en cuenta los distintos niveles de discapacidad dentro de un mismo grupo e intentar adaptar cada material y herramienta en la medida de lo posible.</p> <p>Por último, como está previsto que esta actividad se desarrolle al aire libre, los educadores deben asegurarse de que el espacio sea accesible para personas con distintos grados de discapacidad o problemas de movilidad (por ejemplo, que no haya escaleras u otros obstáculos que impidan un acceso fácil).</p>
<i>Tamaño del grupo</i>	<p>Para este taller no hay limitación en cuanto al tamaño del grupo. Sin embargo, algunas consideraciones son: 1. El espacio disponible para el taller, 2. La disponibilidad de materiales, 3. El número de profesionales que pueden llevar a cabo el taller y 4. El número de participantes.</p> <p>Todos los participantes deben disponer de espacio suficiente para realizar las actividades cómodamente y con espacio suficiente.</p> <p>Es necesario tener en cuenta los materiales disponibles, ya que todos los participantes deben tener el mismo acceso a ellos. En otras palabras, si sólo hay material suficiente para 5 personas, el taller sólo podrá llevarse a cabo con ese número de participantes.</p> <p>También es necesario considerar cuántos profesionales están disponibles para impartir el taller. Cuantos más profesionales estén disponibles para ayudar, mayor podrá ser el grupo de trabajo.</p> <p>Por último, es importante considerar el nivel (o niveles) de discapacidad dentro de un grupo, ya que dependerá en gran medida de los puntos anteriores.</p>
<i>Consejos pedagógicos para los formadores</i>	<ul style="list-style-type: none">• Como formador, haga todo lo posible para crear un entorno cálido y acogedor para todos los participantes, de modo que se sientan seguros y aceptados.



	<ul style="list-style-type: none">• La parálisis cerebral es muy diversa. Previamente al taller, infórmese sobre los tipos de parálisis cerebral que poseen los participantes de modo que pueda prevenir ciertas conductas y/o problemas y sepa actuar de la forma más correcta en todo momento.• No infantilice sus conductas, tráteles como adultos. No dé por hecho que por sufrir parálisis cerebral no podrán hacer ciertas actividades. Valore su autonomía y déjeles tomar sus propias decisiones.• Hábleles con normalidad: diríjase a ellos directamente y no a su acompañante (si es que está acompañado), no intente imitar su forma de hablar, escuche y deles tiempo para responder, pregúnteles si no les ha comprendido correctamente, no se anteponga a sus respuestas, etc.• También es aconsejable hablarles cara a cara, a la misma altura (por ejemplo, sentados en una silla si es necesario), utilizando un lenguaje sencillo y cercano.• Adáptese de la mayor forma posible a su forma de comunicación (que puede no siempre ser verbal). Tenga muy en cuenta las manifestaciones de lenguaje no verbal.• No dé por hecho que necesitan ayuda, pregúnteles cómo quieren ser ayudados y deles tiempo para, en un primer momento, intentar enfrentarse a las situaciones de forma individual.• No dé por hecho que una afectación motora implica una afectación mental.• No intente movilizar a una persona con parálisis cerebral si no es un profesional. <p>Y lo más importante, jolvídese de las etiquetas y los prejuicios! Tráteles con dignidad, sin mostrar lástima ni sentimientos negativos hacia ellos, respetando sus opiniones, su espacio personal y sus capacidades.</p>
Tiempo necesario	La duración total del taller se estima en 3 horas. Dentro del propio taller, se estiman los siguientes tiempos para cada actividad:



	<ul style="list-style-type: none">• 30 min para "Encuentro social en la hoguera" (la actividad continuará también durante el resto de las actividades).• 10 min de pausa.• 80 min para "Escritura creativa sobre los sueños y el futuro - Imaginación y realidad para construir".• 10 min de pausa.• 20 min para "Respiración profunda o diafragmática".• 10 min de pausa.• 20 minutos para los cuestionarios de evaluación.
<p><i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Antes de empezar las actividades del taller, procure crear un ambiente relajado y cómodo para los participantes. Para ello, comience la sesión con frases como: "Buenas tardes, me alegro de que todos hayáis podido venir hoy", "Me llamo María, es un placer daros la bienvenida a este taller", "¡Espero que disfrutéis del taller!". Es importante que todos los participantes en el taller se sientan bienvenidos.• Preséntese como formador. Describa quién es y por qué ha venido al centro/espacio para impartir el taller. En caso de que haya más de un formador, deje espacio para que también se presenten.• Presente el tema del taller y su duración: "El taller de hoy se llama "Sueños al aire libre" y durará unas 3 horas". Describe brevemente las actividades del taller y dónde tendrán lugar (si es necesario cambiar de lugar, si tendrán lugar todas en el mismo espacio, etc.). Señala también que habrá varios descansos entre las actividades: "Entre las actividades haremos varias pausas para descansar". Por último, indica la hora aproximada de finalización del taller: "Está previsto que terminemos a las 15:00".• Si el taller tiene lugar en un espacio o centro nuevo para los participantes, dedique unos minutos a explicar la logística del centro: indique dónde tendrán lugar las actividades, dónde están los aseos, etc.• Recuerde a los participantes que el taller está pensado para divertirse y disfrutar del tiempo y de las actividades. Ninguna respuesta será tratada como incorrecta y en todo momento podrán contar con el apoyo de los formadores y también de sus compañeros.



	<ul style="list-style-type: none">• Fomente la colaboración entre los participantes. Utilice frases como: "¡Necesitamos vuestra colaboración!", "¡Estamos aquí para divertirnos!"• Antes de comenzar las actividades del taller, distribuya las hojas de asistencia y el formulario de consentimiento para hacer fotos durante la sesión. Recuerde a los participantes que esto último (el formulario de consentimiento) no es obligatorio y que pueden negarse a aparecer si lo desean.• Si es necesario, deje tiempo para que los participantes presenten y expliquen su forma de comunicarse en caso de que no utilicen el lenguaje oral, sino sistemas de comunicación alternativos.• Por último, pregúnteles si desean hacer algún comentario o tienen alguna duda sobre lo que se ha explicado anteriormente. <p>Inicie las actividades del taller sólo cuando el ambiente sea el adecuado, es decir, cuando todos los participantes tengan claros sus derechos, su papel en las actividades, no tengan dudas y quieran empezar.</p>
<p><i>Etapas de la aplicación</i></p>	<p>El taller combina trabajo individual y en grupo. A continuación, se describe paso a paso cómo llevar a cabo el taller:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Comience el taller realizando la actividad "Encuentro social junto a la hoguera" (<i>Actividades al aire libre</i>). Para ello, reúna a todos los participantes en círculo alrededor de una hoguera. En caso de que la actividad no pueda realizarse en el exterior o cerca de una hoguera, puede realizarse en el interior creando previamente una "hoguera falsa".2. Para crear esta "falsa hoguera", puede utilizar papel maché de colores (rojo, naranja, amarillo...), recortándolo y pegándolo para que se parezca a las llamas de la hoguera. Una vez hecho esto, sólo tiene que colocar esta manualidad sobre un par de ramas y algunas piedras y la "falsa hoguera" estará lista. Para dar más realismo a la actividad, puede repartir malvaviscos u otros aperitivos entre los participantes para simular una reunión social en torno a la hoguera.3. Una vez delante de la hoguera (real o falsa) comienza la conversación. Puede iniciar el diálogo con preguntas



	<p>generales: ¿Cómo te ha ido el día? ¿Cómo te sientes hoy? Incluso puede sugerir que sean los propios participantes los que inicien la conversación: ¿de qué os gustaría hablar, alguien quiere decir algo? Mantenga el diálogo activo y asegúrese de que todos los participantes sean escuchados y tengan la oportunidad de participar en la conversación.</p> <ol style="list-style-type: none">4. Tras un rato de conversación, proponga una pausa de 10 minutos. Aproveche este descanso para preparar la siguiente actividad.5. Tras la pausa de 10 minutos, presente la segunda actividad del taller: "Escritura creativa sobre los sueños y el futuro - Imaginación y realidad para construir" (<i>Escritura creativa</i>). No es necesario cambiar de lugar para esta actividad, puede seguir haciéndose alrededor de la hoguera.6. Comience la actividad definiendo la palabra "sueño". Pregunte a los participantes cómo la definirían. A partir de ahí, elabore una definición teniendo en cuenta el significado real de la palabra y las definiciones dadas por los participantes. Por otro lado, si los participantes no saben cómo definir "sueño", intente dar la definición correcta y fomente el diálogo a partir de ella.7. A continuación, pida a los participantes que escriban un breve texto en un papel en el que expongan sus sueños, expectativas o deseos individuales. Si los participantes no pueden escribir, pídeles que los compartan verbalmente si así lo desean. En ningún caso se debe obligar a nadie a compartir sus pensamientos si no se siente preparado para hacerlo.8. Fomente la reflexión sobre estos sueños y expectativas. Procure que el debate sea libre, que todos los participantes puedan participar y que las intervenciones se hagan con respeto y amabilidad.9. A continuación, presente y comente ejemplos de personajes famosos, preferiblemente personas con parálisis cerebral (o en su defecto, con algún tipo de discapacidad), que hayan conseguido hacer realidad sus sueños.10. A continuación, abra un debate entre los participantes sobre sus opiniones y reflexiones. Puede iniciar el debate preguntando si, ahora que conocen estos ejemplos, se
--	---



	<p>sienten más motivados para cumplir sus propios sueños y expectativas.</p> <ol style="list-style-type: none">11. Tras un debate, proponga una pausa de 10 minutos. Aproveche este descanso para preparar la siguiente actividad.12. Tras la pausa de 10 minutos, empiece con la tercera actividad del taller: "Respiración profunda o diafragmática" (<i>técnicas de relajación</i>). Esta técnica se realiza de forma individual, por lo que todos los participantes deben seguir individualmente las instrucciones dadas por el formador. No obstante, aunque el trabajo es individual, puede realizarse en compañía de otras personas.13. Explique qué es la respiración profunda o diafragmática y sus beneficios.14. Pida a los alumnos que se coloquen cómodamente en todo el espacio del taller. Pueden sentarse o tumbarse, como se sientan más cómodos. Pídales también que cierren los ojos para sentir mejor los movimientos. También puede acompañar la actividad con música instrumental relajante.15. Una vez estén en posición, indíqueles que inspiren por la nariz, llevando la respiración hacia el estómago, que se elevará mientras el pecho permanece abajo. A continuación, indíqueles que espiren. El vientre bajará, mientras que el pecho permanecerá abajo.16. Repita este procedimiento (respiración profunda) durante unos minutos. Guíe a los alumnos con voz tranquila y pausada, indicándoles cuándo inhalar y cuándo exhalar con un ritmo lento.17. Realice una breve evaluación de la actividad preguntándoles si se han sentido relajados y qué han notado mientras hacían el ejercicio.18. Una vez finalizada la respiración profunda, haz una última pausa de 10 minutos. Durante esta pausa puede comentar con los participantes las actividades del taller y su satisfacción con ellas.
--	---



<p>Cómo terminar el taller</p>	<ul style="list-style-type: none">• Tras los 10 minutos de la última pausa, comience la última actividad del taller: la cumplimentación de los cuestionarios de satisfacción. Si algún participante tiene alguna dificultad para rellenar los cuestionarios, ayúdele en esta tarea.• Una vez finalizadas todas las actividades, incluida la cumplimentación de los cuestionarios de satisfacción, anime a los participantes a ayudar a limpiar el espacio de trabajo y el equipo siempre que sea posible.• Por último, concluya el taller con unas palabras de reconocimiento y agradecimiento. Elogie el trabajo realizado y la colaboración entre todos los participantes. Agradezca a los participantes su participación y, si procede, permita también que los participantes dirijan palabras de agradecimiento a sus colegas.
<p>Fuentes / lecturas complementarias / recursos</p>	<ul style="list-style-type: none">• Proyecto Power of Creativity. <i>Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad - Versión en español</i>. Disponible en: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/• Federación ASPACE Castellano Leonesa (Consultado el 21 de febrero de 2023). <i>Consejos para relacionarse con una persona con parálisis cerebral</i>. Disponible en: https://federacionaspacecyl.org/publicaciones/consejos-para-relacionarse-con-una-persona-con-paralisis-cerebral/• Comité de Entidades Representantes de Personas con Discapacidad en la Comunidad de Madrid (ERMI Comunidad de Madrid). (Consultado el 21 de febrero de 2023). <i>Cómo dirigirse adecuadamente a las personas con discapacidad</i>. Disponible en: http://www.cermimadrid.org/publicaciones/documentacion• Asociación Granadina de Atención a Personas con Parálisis Cerebral (ASPACE Granada). (Consultado el 20 de febrero de 2023). <i>Soy paralítico cerebral. Libro-guía</i>. Disponible en: https://aspacegranada.org/transparencia-calidad-aspacer/



6. Talleres para personas con trastornos mentales (TRISKELION)

Taller nº 1: "Caza fotográfica"

<p>Título, breve descripción y métodos</p>	<p>"CAZA FOTOGRÁFICA"</p> <p>CAZA FOTOGRÁFICA (ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE 3.9)</p>  <p>Crédito de la foto: Triskelion Norway, AI created</p> <p>El objetivo de este taller es mejorar y desarrollar habilidades de colaboración social mediante el uso del teléfono móvil para fotografiar determinados entornos en colaboración con otras personas. La interacción es la clave.</p> <p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>
<p>Objetivos</p>	<p>El objetivo de esta actividad es aumentar el funcionamiento y competencia social del participante y ayudarle a llevar una vida menos aislada en la depresión y la ansiedad.</p> <p>La actividad fomenta y exige en gran medida la comunicación dentro del grupo.</p> <p>En resumen, los objetivos son la comunicación, la cooperación, la resolución de problemas y la diversión con otras personas.</p>



Competencias adquiridas	Aumento de la capacidad de comunicación, las habilidades sociales, la capacidad de cooperación y la confianza en uno mismo.
Materiales y equipo	<ul style="list-style-type: none">• Hoja de tareas que incluya las actividades exactas que el grupo deberá resolver.• Teléfono móvil personal.• Un ordenador, smart TV o proyector para mostrar las fotos después.• Ropa acorde con el clima del lugar donde se realiza la actividad.• Té, café y aperitivos para los equipos.• Algunos premios para realizar un concurso.
Tamaño del grupo	<p>La actividad puede realizarse con muchas personas, pero la clase o el grupo tienen que dividirse en equipos más pequeños de 3 a 6 personas, en función de la evaluación del instructor sobre la idoneidad y el rendimiento.</p> <p>La razón por la que no se recomienda equipos de más de 6 personas es la facilidad con la que alguien puede esconderse o retirarse y no participar plenamente cuando el grupo es demasiado grande. A veces 6 son demasiados, esto tendrá que ser evaluado en cada entorno por el formador/facilitador dependiendo exactamente de quién participe.</p>
Consejos pedagógicos para los formadores	<ul style="list-style-type: none">• Los trastornos mentales suelen conllevar ansiedad, por lo que es muy importante crear un entorno seguro y relajado.• Hable previamente con los participantes de forma individual para que pueda conocer sus necesidades individuales.• Asegúrese de que la sala o el entorno en el que se reúnen es cálido y acogedor y mantenga una actitud positiva.• Organice los equipos de modo que sean relativamente diversos para evitar grandes diferencias de rendimiento entre ellos.



	<ul style="list-style-type: none">• Es recomendable mostrar algún ejemplo de tareas y fotos que no formen parte de este ejercicio de modo que puedan iniciar el proceso creativo en la mente de antemano.• Si los participantes del grupo no pueden ir solos, considere la posibilidad de que les siga un asistente que pueda intervenir y ayudar en caso necesario.• Oriente a los formadores sobre cómo abordar a una persona que tiene problemas para realizar actividades.• Recuérdeles que es importante sonreír y utilizar el humor durante el taller, no precipitarse y trabajar en un ambiente cálido y creativo.• Considere la posibilidad de entrar en calor con un "rompehielos o energizer" antes de que empiece la actividad, para que los miembros del equipo puedan relajarse y sentirse un poco más seguros en el equipo.• Si los miembros del equipo tienen ansiedad social, dirija la actividad a zonas donde haya poca gente.• Anime a los equipos a ser creativos con sus poses fotográficas incorporando poses divertidas en cada reto.
<i>Tiempo necesario</i>	<p>El tiempo designado para esta actividad puede ser de media jornada.</p> <ul style="list-style-type: none">• Media hora de introducción y presentación.• 15 minutos para dividir los equipos.• 15 minutos para romper el hielo.• 2-3 horas para la caza fotográfica propiamente dicha, dependiendo de la zona que cubran.• 30 minutos para recopilar fotos en el ordenador.• 30 minutos para la evaluación fotográfica.• 30 minutos para mostrar al grupo las fotos presentadas.
<i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i>	<ul style="list-style-type: none">• Reúna al grupo en un ambiente acogedor y sirva café o té para que los participantes tengan algo en la mano que les ayude a sentirse seguros y relajados.• Tras saludar a los participantes, presente brevemente las instalaciones, los aseos, las salidas de emergencia, etc., así



	<p>como el tema concreto del taller y su duración (por ejemplo: "Hoy tenemos un taller... Duraremos X horas. Terminamos a las X"). Sea claro y conciso.</p> <ul style="list-style-type: none">• Entrega a los participantes la hoja de asistencia y adviérteles de que se harán fotos durante el taller y que, por ello, deben marcar si autorizan la toma de fotos y también la publicación de las mismas (si no se van a fotografiar los talleres, esta parte no es necesaria).• Cuando se haya creado un lugar cómodo para todos los participantes, se podrán empezar los talleres.
<p>Etapas de la aplicación</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Tras la presentación y la división en grupos, comience el "rompe-hielos" que haya elegido para este grupo en particular.2. Reparta la hoja de tareas "Caza fotográfica" a cada miembro del equipo. <div data-bbox="678 1084 1315 1570" data-label="Image"></div> <p><i>Crédito de la foto: Triskelion Norway</i></p> <ol style="list-style-type: none">3. Asigne a una persona como responsable de informar. Quizás aquella que tenga menos ansiedad o la que tenga una buena cámara en el teléfono.4. Explica la tarea que va a realizar el equipo y cómo deben pensar.5. Una vez respondidas las posibles preguntas, envíe al grupo a una "caza fotográfica" de 2-3 horas.



	<ol style="list-style-type: none"> 6. Cuando el equipo regrese de la "caza fotográfica", reúna todas las fotos en un ordenador para puedan ser evaluadas y clasificadas en carpetas. El equipo puede tomar entonces un pequeño descanso y probar té/café y aperitivos. Si es necesario, pueden enviar las fotos por correo electrónico o transferirlas al organizador de otras formas. Hay tantas formas de recopilar fotos que es imposible describirlas aquí. Sugerencias: carpeta de equipos, Facebook u otras redes sociales, etc. 7. Muestre las fotos categorizadas a todo el grupo para que puedan votar por la mejor foto, la segunda mejor y así sucesivamente en cada categoría diseñada de la "caza fotográfica". 8. Una vez finalizada la votación, el equipo con más votos obtendrá un premio.
<p><i>Cómo terminar el taller</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • El taller termina cuando se han mostrado las fotos y los participantes han votado las mejores fotos en las diferentes categorías. • Cuando terminen su trabajo, les animamos a que ayuden a limpiar las instalaciones.
<p><i>Fuentes / otras lecturas / recursos</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://teambuilding.com/blog/photo-scavenger-hunt • https://www.scavify.com/blog/the-ultimate-photo-scavenger-hunt-guide-40-ideas-and-tips

Taller nº 2: "Lanzamiento de bolsas de judías"

<p><i>Título, breve descripción y métodos</i></p>	<p>"LANZAMIENTO DE BOLSAS DE JUDÍAS"</p> <p>LANZAMIENTO DE BOLSAS DE JUDÍAS (ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE 3.5)</p>
--	--



Crédito de la foto: Triskelion Norway, AI created

Este taller pretende potenciar y desarrollar habilidades de colaboración social formando parte de un equipo y compitiendo contra otros en una actividad que todos pueden dominar. La interacción es la clave.

Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: <https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/>

<p>Objetivos</p>	<p>El objetivo de esta actividad es aumentar el funcionamiento y competencia social del participante y ayudarlo a llevar una vida menos aislada en la depresión y la ansiedad.</p> <p>La actividad fomenta y exige en gran medida la comunicación dentro del grupo.</p> <p>En resumen, los objetivos son la comunicación, la cooperación, la resolución de problemas y la diversión con otras personas.</p>
<p>Competencias adquiridas</p>	<p>Aumento de la capacidad de comunicación, las habilidades sociales, la capacidad de cooperación y la confianza en uno mismo.</p>
<p>Materiales y equipo</p>	<p>Una diana prefabricada para lanzar las bolsas de judías y diez bolsas de judías para dos equipos.</p>
<p>Tamaño del grupo</p>	<p>2-4 personas en cada equipo.</p>



<p><i>Consejos pedagógicos para los formadores</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Coloque dos dianas de lanzamiento de bolsas de judías una frente al otro y ajuste la distancia entre ambos de 5 a 10 metros.• Reduzca el número de personas por equipo para aumentar el nivel de actividad.• Aumente el número de personas por equipo si desea centrarse principalmente en el trabajo en equipo y no en la actividad.• Si no tiene acceso a una diana adecuada, puede dibujar un círculo, por ejemplo, con tiza en el suelo o en una pared y observar atentamente si golpean directamente dentro del círculo antes del rebote.• Cambie de equipo con frecuencia si quiere que los participantes se conozcan mejor. No lo haga si necesitan mucho tiempo para estar seguros.
<p><i>Tiempo necesario</i></p>	<p>De 30 minutos a 1 hora, dependiendo de cómo decida organizarlo.</p>
<p><i>Presentación del curso y bienvenida a los alumnos</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Reúna al grupo en un entorno acogedor y sirva café o té para que los participantes tengan algo en la mano que les ayude a sentirse seguros y relajados. Puede ser en el interior o al aire libre.• Después de saludar a los participantes, presente brevemente las instalaciones, los aseos, las salidas de emergencia, etc., así como el tema específico del taller y su duración (por ejemplo: "Hoy tenemos un taller... Durará X horas. Terminamos a las X"). Sea claro y conciso.• Entregue a los participantes la hoja de asistencia y adviértales de que se harán fotos durante el taller y que, por ello, deben marcar si permiten que se hagan fotos y también que se publiquen (si no se van a fotografiar los talleres, esta parte no es necesaria).• Cuando se haya creado un lugar cómodo para todos los participantes se podrán empezar los talleres.



<p>Etapas de la aplicación</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Tras la presentación y la división en grupos, inicia el rompecielos que elijas para este grupo en particular. Decide cuántas rondas se van a realizar.2. Pide a los equipos que se pongan en fila detrás de una diana y reparte 5 bolsas de judías por equipo.  <p><i>Crédito de la foto: Triskelion Norway, AI created</i></p> <ol style="list-style-type: none">3. Cuando todos estén listos, explique las reglas del juego: si su bolsa de judías atraviesa el agujero, se dan 5 puntos; si hay muchos agujeros, el número de puntos asignado al agujero alcanzado. Cada participante lanza cinco bolsas de judías, antes de que el lanzador contrario lance sus cinco bolsas. Anote las puntuaciones antes de que el siguiente del equipo continúe de la misma forma.4. Una vez finalizado el número acordado de rondas, los equipos cambian de adversario y vuelven a empezar.5. Seguimiento de las puntuaciones.
<p>Cómo finalizar el taller</p>	<p>Una vez finalizada la cantidad acordada de rondas, se anuncia el equipo ganador.</p>
<p>Fuentes / lecturas complementarias / recursos</p>	<p>Cómo crear el juego de la bolsa de judías:</p> <ul style="list-style-type: none">• https://thriftdiving.com/diy-backyard-bean-bag-toss-game/• https://flourandfelt.com/cardboard-cornhole/



Taller nº 3: "Comedero rápido para pájaros"

<p>Título, breve descripción y métodos</p>	<p>"COMEDERO RÁPIDO PARA PÁJAROS"</p> <p>COMEDERO RÁPIDO PARA PÁJAROS (ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE 3.8)</p>  <p><i>Crédito de la foto: Triskelion Norway, AI created</i></p> <p>Los métodos mencionados se describen con más detalle en el "Manual para formadores de adultos sobre Creatividad&Arteterapia para personas con discapacidad". El manual puede descargarse de: https://disable.altervista.org/manual-for-adult-trainers-on-creativityart-therapy-for-disabled-spanish-version/</p>
<p>Objetivos</p>	<p>Contribuir al bienestar de la avifauna local y que los participantes sientan que ha hecho algo significativo.</p>
<p>Competencias adquiridas</p>	<p>Compromiso cívico, mayor conocimiento de la flora y fauna locales, aumento de las habilidades comunicativas, sociales y de cooperación y de la confianza en uno mismo.</p>
<p>Materiales y equipo</p>	<p>Cuerda o hilo, piñas, mantequilla de cacahuete, un cuchillo de plástico, un plato y semillas para pájaros.</p>



Tamaño del grupo	2 personas.
Consejos pedagógicos para los formadores	<ul style="list-style-type: none">• Que la recogida de piñas forme parte de la actividad si hay pinos cerca del lugar de celebración.
Tiempo necesario	De 30 minutos a una hora, dependiendo de cuántos comederos se decidan hacer.
Presentación del curso y bienvenida a los alumnos	<ul style="list-style-type: none">• Reúna al grupo en un entorno acogedor y sirva café o té para que la gente tenga algo en la mano que les ayude a sentirse seguros y relajados. Puede ser en el interior o al aire libre.• Después de saludar a los participantes, presente brevemente las instalaciones, los aseos, las salidas de emergencia, etc., así como el tema específico del taller y su duración (por ejemplo: "Hoy tenemos un taller... Durará X horas. Terminamos a las X"). Sea claro y conciso.
Etapas de la aplicación	<ol style="list-style-type: none">1. Reparte el material necesario a cada equipo o pon todo el material en una mesa grande para que los participantes se ayuden a medida que avanza la actividad, en función de tu enfoque pedagógico.2. Si la recogida forma parte de la actividad, explíqueles primero dónde pueden encontrar las piñas.3. Reparte una hoja de instrucciones si es necesario o explícalas oralmente: "<i>Limpia la piña de suciedad. Ata la cuerda alrededor de la piña con un extremo largo para colgarla de una rama, unta uniformemente el cono con mantequilla de cacahuete y haz rodar la piña sobre un plato de alpiste. Cuelga la piña de la rama de un árbol</i>".4. Busque lugares cercanos adecuados para colgar los comederos de pájaros.
Cómo terminar el taller	Pídeles que saquen una foto del comedero para pájaros cuando esté colgado del lugar adecuado.



Cofinanciado por
la Unión Europea



***Fuentes / lecturas
complementarias /
recursos***

<https://www.countryhillcottage.com/diy-pinecone-bird-feeder/>



Proyecto Power of Creativity

reforzar el papel de apoyo de los educadores de adultos que trabajan con personas discapacitadas



<https://www.facebook.com/powerofcreativityproject/>



<https://www.instagram.com/powerofcreativityproject/>



<https://disable.altervista.org/>



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.

Defoin



Cofinanciado por
la Unión Europea