

NOS MOVEMOS

CONTENIDO

Presentación

Espacio Abierto: *Asociación Salmantina de Equinoterapia (ASADE)*

Espacios de participación ciudadana

Otras noticias

Presentación

Comenzamos el mes de abril con nueva información relativa al ámbito del voluntariado y la participación social en nuestra ciudad, Salamanca.

Como siempre, informaros de las actividades que hemos realizado desde la Agencia durante el pasado mes de marzo e indicaros las novedades que tenemos por delante.

En primer lugar, durante los días 17, 18, 19 y 20 de marzo, se llevaron a cabo las **Jornadas de Trabajo sobre Voluntariado para Asociaciones de Mayores**, con el objetivo de informar a las juntas directivas de diferentes entidades de esta tipología, sobre cuestiones específicas sobre el voluntariado y la participación en este tipo de asociaciones. En total participaron 20 asociaciones pertenecientes a la Federación de Mayores de Salamanca (FAMASA), las cuales pudieron

resolver todas sus dudas y plantear cuantas cuestiones querían solventar en relación a este tema.

Este tipo de actividades se enmarcan dentro del Área de Asesoramiento que desde la Agencia Municipal del Voluntariado ponemos a disposición de todas las entidades que lo deseen, para informar acerca de cuestiones relativas a cuestiones legales y de organización general del voluntariado.



Respecto de la **Escuela de Formación**, continuamos con las diferentes acciones formativas programadas para este periodo.

En este caso, se ha celebrado el pasado 25 de marzo, el curso **“Nuevos modelos de financiación en organizaciones sociales”**, partido por Grupo Develop y en el que participaron un total de 22 asociaciones relacionadas con el ámbito de la salud y la ayuda mutua. Con esta acción formativa se pretende concienciar a las entidades de la necesidad de búsqueda de diferentes vías de financiación que les permitan desarrollar su actividad en el tiempo e incorporando esta cuestión en la dinámica general y en la organización de las propias entidades.



Este curso está dentro del área de Formación Específica, la cual se programa en función de demandas de las entidades que así nos lo comunican. Por este motivo, si desde vuestra entidad tenéis algún tipo de demanda en este sentido, podéis poneros en contacto con nosotros a través de los diferentes medios que podéis encontrar al final de este boletín para hacérsola llegar.



En el mes de mayo, está programado el **Curso de Primeros Auxilios y RCP** dirigido tanto a voluntarios como a técnicos de entidades de Salamanca. En breve haremos la difusión del mismo, pero si estás interesado, puedes ponerte en contacto con nosotros para reservar tu plaza. Tendrá lugar los días 5, 6 y 7 de mayo (martes, miércoles y jueves respectivamente) en horario de tarde, en el Centro Municipal Integrado Miraltormes, y será impartido por personal de Cruz Roja Salamanca.

Para finalizar este apartado, recordar que la Agencia Municipal del Voluntariado de Salamanca es un servicio creado para apoyar en la medida de lo posible a las diferentes entidades de nuestra ciudad en cuestiones referentes al ámbito del voluntariado, tanto asesoramiento, formación, ayuda en la captación de voluntariado, sensibilización, etc. Por todo esto, podéis contactar con nosotros para solicitar información referente a cualquiera de estos aspectos.





PRESENTACION

Esta entidad se constituye como Asociación "sin ánimo de lucro" en Salamanca en el mes de julio de 2013. Es una iniciativa de personas vinculadas al mundo del caballo, la psicología y madres de personas con Necesidades Especiales. Y fue registrada a finales de agosto del presente año por la Junta de Castilla y León.

Las instalaciones equestres se encuentran en la localidad salmantina de Pelabravo y pertenecen a Club HípicoValme de Sanz, también sin ánimo de lucro.



EQUIPO MULTIDISCIPLINAR

Este equipo ya trabaja directa o indirectamente con los usuarios, o de forma esporádica, está compuesto por los siguientes profesionales: Expertos sobre caballos, Expertos en equitación, Equitación Centrada, Psicólogos, Pedagogos, Fisioterapeutas, Logopedas, Profesora de Educación Especial, Terapeuta de Energías, Quiromasajista etc. Equipo amplio que trata individualmente a cada usuario para programar las sesiones que más convengan en cada momento.

FINES DE LA ASOCIACIÓN

- El tratamiento con Equitación terapéutica, dirigida a personas afectadas física, psíquica, mental y emocionalmente.
- Actividades de Equinoterapia tratando la inadaptación social y emocional sirviéndonos del caballo.
- Actividades de Psicoterapia y coaching con

caballos.

- Equinofisioterapia e Hipoterapia, dirigida a personas con discapacidad motriz y con necesidades especiales.
- A través del caballo tratar trastornos psicológicos, del lenguaje o del aprendizaje y a personas con problemas de marginación o inadaptación social.
- Actividades con caballos dirigidas a niños y mayores con fines Recreativos y Educativos con el objetivo de concienciar sobre la Defensa de los Derechos y el respeto a los animales y a la protección del medio ambiente.

OBJETIVOS

El objetivo principal de la Asociación es ofrecer la equinoterapia a personas que la necesiten. Intentando la mejora de sus **d o l e n c i a s**, ofreciéndoles una mejor calidad de vida, a la vez que hacer aflorar sus habilidades, todo esto en contacto con un ser vivo, como el caballo que le es fiel y que le mirara con limpieza y sin perjuicios, en contacto con la naturaleza. No es solamente montar a caballo, es

interactuar con él creando vínculos y haciéndose amigos. Se realizarán actividades lúdicas que favorezcan lo cognitivo y emocional y ejercicios neuromusculares.

QUÉ ES LA EQUINOTERAPIA

Es un proceso terapéutico en el que interviene el caballo. Estas terapias están destinadas como complemento de otras a la rehabilitación física, mental, de conducta o funcional empleando los beneficios del caballo como instrumento terapéutico. La educación y reeducación para las personas con necesidades especiales, que procura su mejor calidad de vida y favorece su inclusión en la sociedad.

Montar a caballo produce una serie de modificaciones que afectan al orden fisiológico y al orden psicológico. Se crean vínculos entre el animal y el usuario con enorme valor afectivo. El calor del caballo, los impulsos y el movimiento

ayudan a tonificar y relajar los músculos. El caballo ofrece infinidad de estímulos que favorecen la coordinación motora, la atención, el equilibrio, los reflejos y muchas otras respuestas autónomas. El mejoramiento y aprendizaje postural, conductual y emocional es la base en el trabajo de la Equinoterapia que es una técnica terapéutica, utilizada para el tratamiento de problemas físicos, sociales y emocionales.

EVIDENCIAS CIENTÍFICAS

La Equinoterapia es un proceso terapéutico que desarrolla avances en sus pacientes en diferentes áreas como son: Las motoras; por la exactitud del movimiento tridimensional del paso, como si realmente el hombre o el caballo pudieran ser un centauro. En el área pedagógica; utilizando el medio ambiente y la postura fono-respiratoria para el aprendizaje y desarrollo de los diferentes procesos cognitivos como son la memoria y la concentración, el deporte como promotor de ejercicios y trabajo de autoestima y auto-superación. En el área psicológica donde se pueden desarrollar las emociones, la comunicación, la socialización y los vínculos.



Históricamente, es bien sabida la utilización del caballo como medio terapéutico. Hemos podido observar beneficios físicos, psíquicos, comportamentales y sociales con la realización de Terapias Equestres.

Las terapias equestres están adquiriendo un aumento en nuestro país en los últimos años, pero existe poca documentación en español, existiendo controversias en terminologías y meteorologías. Necesario

conocer la evolución de la producción científica en terapias equestres.

En el caso del AUTISMO que es un síndrome, es decir, un conjunto de síntomas que se presentan juntos, y que caracterizan un trastorno, muchos de estos síntomas pueden disminuir durante la realización de diferentes terapias ya que muchos métodos de enseñanza, educación y habilitación han sido aplicados y probados en estos pacientes, por lo que independientemente del tratamiento médico indicado, cuando existe, es importante proporcionarles ayuda en todos los casos, dejando claro que no presenta una cura. Lo que sigue se trató en las V Jornadas Extremeñas de Terapias Equestres. En Badajoz en el 2006.

En la PARÁLISIS CEREBRAL, se han obtenido algunos resultados relevantes reduciendo el grado de discapacidad: Algunas mejorías en la motricidad gruesa. Mejorías significativas en la simetría de la actividad muscular. Más beneficios en la adquisición de técnicas de movimiento, reducción de la espasticidad aunque parece que no es solucionable. Mejora de la estabilidad postural en el plano frontal y sagital.

Mejora en el movimiento pélvico. Facilitación de las reacciones de equilibrio en diplegías, infrecuentemente en cuadriplejías. Beneficios físicos y psicosociales. Mejoras clínicas en el tono muscular y equilibrio. Aumenta la motivación psicológica.

Se ha evidenciado que se obtienen mayores éxitos en niños preescolares que en mayores. Se debe integrar de la hipoterapia con otros programas. Mejora duradera de capacidad motórica e intelectual. Influencia positiva sobre las disfunciones neuromusculares. Inhibición de reflejos patológicos. Mejoría en la coordinación. Después de un programa de 8 semanas, se noto la disminución del consumo de energía durante la marcha e incremento de la función motora. En personas con secuelas de parálisis cerebral, la hipoterapia es efectiva encontrando cambios significativos neurofisiológicos de aferencia al tallo y al tálamo.

En la ESCLEROSIS MÚLTIPLE. Tras un programa de 10 semanas con sesiones de 30 minutos (11 personas), se encontraron mejorías variables en los distintos sujetos. Algunas mejorías se encontraron en el equilibrio, tensión muscular, dolor y AVD (actividades de la vida cotidiana) Sobre todo en el equilibrio y el nivel emocional. Buenos resultados en espasticidad. La hipoterapia está indicada cuando es capaz de sentarse libremente sobre el caballo y mantener el equilibrio al paso. Beneficios en la fuerza, enderezamiento del tronco, coordinación de la cabeza y los brazos. Mejora de la función respiratoria. Sólo en un 25% está indicado la hipoterapia. Se precisa entrenamiento adecuado del fisioterapeuta y el caballo.

En las LESIONES MEDULARES. En un estudio aplicado a 68 sujetos durante 18 meses en un programa de "therapeuticriding" encontraron efectos positivos en la espasticidad, síndromes dolorosos, mayor función intestinal, mayor estado de ánimo, mejoría del sueño, sinceridad y motivación. Reducción significativa de la espasticidad en extremidades inferiores. Mejores resultados obtenidos en pacientes con gran espasticidad. No hay diferencias significativas entre el efecto a corto plazo en paraplejas y tetraplejas.

En el ÁMBITO PSICOLÓGICO-PSIQUIÁTRICO. En estudios experimentales realizados en adultos con una muestra entre 5-8 sujetos, se han encontrado beneficios psicosociales: aumento de la autoestima, confianza, habilidades sociales. Estas variables adquiridas en el programa de terapias ecuestres se transfieren a las AVD. Mejoras en el equilibrio en bipedestación y cuadrípedia por la estimulación vestibular de diferentes formas con el movimiento del caballo. Las terapias ecuestres pueden ofrecer medidas para superar el internamiento de personas con trastornos psiquiátricos. En niños con trastornos neurosiquiátricos se pueden encontrar mejoras de los síntomas neuróticos, ansiedad y mejora del comportamiento.

INFLUENCIAS EN PATOLOGÍAS DE LA COLUMNA. No hay razón para contraindicar montar a caballo de forma sistemática para las personas con radiculalgias. En la enfermedad de Bechterew efectos positivos para el dolor. Enfermedad de Scheuermann: la hipoterapia tiene influencias positivas en la columna vertebral, y no implica ningún riesgo en perjudicar los discos intervertebrales por la

presión. No se encuentra ninguna conexión entre montar a caballo y una mayor incidencia de osteoporosis en la columna vertebral y espondilolistesis que en la población normal. Es importante una musculatura glútea fuerte para evitar descompensaciones. La hipoterapia representa una nueva forma de tratamiento conservador de segmentos inestables después de una intervención quirúrgica de hernia de disco. Los pequeños movimientos que recibe la columna, provoca la movilización de segmentos y estabiliza segmentos hipermóviles. La tensión alternativa que se produce al montar a caballo mejora las estructuras de la columna.



Los efectos sobre personas ciegas abarcan desde el entrenamiento de la coordinación, al desarrollo de la fuerza muscular, influye en el sistema circulatorio. Las terapias ecuestres proporcionan una extensión de las experiencias. Los usuarios encuentran beneficios físicos y cognitivos mientras disfrutan de la libertad de montar a caballo. Para las personas con estas y otras discapacidades, la fluidez de la equitación les ofrece una experiencia que es de otra manera inalcanzables. La libertad y la confianza en sí mismo que se gana por montar. La postura es a menudo afectada cuando un niño es ciego o tiene baja visión. Algunos niños tienden a llevar su cabeza inclinada hacia arriba, estirando los músculos del cuello y tirar los hombros hacia atrás. Por el contrario, algunos niños se inclinan su cabeza hacia abajo haciendo que sus hombros y el pecho se hundan hacia adelante. Estas posturas de ciegos afectan al desarrollo muscular y óseo. La postura se traduce en el lenguaje corporal. Un niño con discapacidad visual no pueden imitar a otros. Se les debe enseñar cómo se siente al estar de pie con hombros cuadrados y la cabeza hacia arriba y adelante. El montar a caballo puede influir mucho la postura de los jinetes no videntes, y

a consecuencia de eso, el equilibrio.

BENEFICIOS DE LA EQUINOTERAPIA

Efectos terapéuticos: Gracias al movimiento variable, rítmico y repetitivo del caballo la respuesta del paciente son movimientos semejantes a los de la pelvis humana durante la marcha.

Es una terapia especialmente indicada para los niños, ya que es una actividad lúdica, que se realiza al aire libre, por ello el niño la acepta mejor y aumenta su motivación, lo que influye positivamente en el buen desarrollo del tratamiento.

Bienestar general: Los beneficios que la equinoterapia brinda son integrales, considerando que pueden mejorarse los niveles físicos, neurológicos y psíquicos del paciente. Esta técnica mejora el equilibrio, la movilidad, la postura y regula el tono muscular, no existe maquina que trabaje tantos músculos simultáneamente y si existiera no seria tan divertida y entretenida.

La gran cantidad de patologías que son posibles de tratamiento equinoterapeutico hacen que las precauciones para esta terapia alternativa sean infinitas, y es por esta causa que es indispensable contar con la indicación del medico de cabecera del paciente para poder realizarla.

Una buena postura de la espalda favorece el funcionamiento de la medula espinal, principal flujo de información en todo el cuerpo. Fortaleciendo músculos en la espalda y cuello favorecemos este flujo de información. Un caballo al trote transmite vibraciones que viajan a través de la medula espinal llegando información al cerebro. Brinda una entrada sensorial a través de este movimiento variable, rítmico y repetitivo actuando sobre el sistema locomotor y nervioso (músculos y huesos). El caballo al desplazarse exige del jinete ajustes tónicos para adaptar su equilibrio a cada movimiento. Cada paso del animal produce de 1 a 1.25 movimientos por segundo, 30 segundos de trabajo, aseguran al jinete entre 1800 a 2200 ajustes tónicos. La interrelación entre la anatomía, sus sistemas y sus funciones son estimuladas, ejercitadas y rehabilitadas, nada se mueve en el cuerpo sin que el cerebro se entere. El dorso del caballo es comparable a un plano oscilante movable en los tres planos del espacio, aportando un fuerte input de naturaleza sensorial, propioceptiva y vestibular útil tanto

para la adquisición de un control postural correcto, como para el aprendizaje de las reacciones de enderezamiento y equilibrio. El paciente recibe una correcta información del campo propioceptivo en donde se facilita tanto la idea del espacio como la ejecución de movimientos gestuales lo que da lugar a la integración de un nuevo esquema corporal.

Montando se consigue superar el temor, mejorar la confianza y la capacidad de concentración, al tiempo que hacer perder las tensiones e inhibiciones físicas y emocionales. Esto hace que la Equinoterapia resulte efectiva no solamente con personas enfermas y / o con alteraciones, sino también como estímulo favorecedor de la calidad de vida. En resumen, con el caballo al paso, llegan gran cantidad de mensajes y estímulos como la respiración, el lenguaje, el comportamiento y el área cognitiva, emocional y afectiva.

ÁREAS BENEFICIADAS: ÁREA PSICOLÓGICA / COGNITIVA

El vínculo emocional del caballo. La labor de este animal representa una imagen de poder, realizando todo aquello que el terapeuta le pida con cierta flexibilidad y comprensión, transmitiendo una fuerza, seguridad y confianza como el calor proporcionado y el movimiento de balanceo que realiza, el mismo que hace representar la figura humana materna de forma arquetípica (Jung, representación simbólica universal), observado desde una perspectiva fundada en la psicología, la cual otorga de manera inconsciente beneficios fisiológicos, emocionales, físicos y sociales. La psicología entrega toda una serie de situaciones a nivel emocional que potencializan las capacidades del paciente. Representa simbólicamente imágenes inconscientes de poder ya que el caballo a lo largo de nuestra civilización es reconocido como un icono de poder y de fuerza.



Los caballos estimulan la participación de los pacientes y su responsabilidad, haciéndoles sentir lo importantes que realmente son para otro ser vivo, encontrando en el, un significado en el plano emocional. Desarrolla el respeto y el amor hacia los animales. Corrige problemas de conducta. Mejora la concentración y capacidad de atención. Paciencia. Aumenta la autoestima y la seguridad en sí mismo. Otorga auto control. Eleva la capacidad de atención y memorización. Aumenta la responsabilidad, Reduce el estrés y la ansiedad. Ayuda en el manejo de la frustración, la comunicación y la disciplina. Favorece la comunicación y el comportamiento. Mayor grado de autosuficiencia. Estimulación del lenguaje y la sociabilización. Mejora la calidad de vida. Mejora la articulación de la palabra, permitiendo construir frases correctamente. Estimula el desarrollo de la memoria. Reforzar conocimientos de diferentes partes del cuerpo y orientarlas en el tiempo y espacio. Aumentar seguridad en sí mismo y autonomía. Estimular el control de emociones y autodisciplina. Mejorar el autocontrol de las emociones. Potenciar el sentimiento de normalidad. Mejorar la autoconfianza.

ÁREA DE COMUNICACIÓN Y LENGUAJE

Mejorar y aumentar la comunicación gestual y oral. Aumentar el vocabulario. Construir frases correctamente. Mejorar la articulación de las palabras. Incentivar el interés en el mundo exterior.

ÁREA PSICOMOTORA

Corrige problemas posturales y el control postural. Mejora la Coordinación motriz. Estimula el sistema sensomotriz. Reduce patrones de movimientos involuntarios. Regenera la coordinación motriz, gruesa y fina. Ayuda a la integración sensorial. Mejora del equilibrio y la movilidad. Mejora el tono muscular, la deambulación y coordinación (debido a que el caballo está constantemente en movimiento, la persona montada sobre él debe de adaptarse y reaccionar ante los movimientos de este). Aumenta la capacidad de planificación motora y el control de los reflejos. Se consigue reprogramar el cerebro del jinete a través de los movimientos del caballo. Mejora el estado físico general. Reduce los patrones patológicos de movimiento y facilita los patrones normales. Estimular reacciones de enderezamiento. Mejorar coordinación bimanual. Incrementar disociación y flexibilidad de la columna. Favorecer función vestibular. Facilitar la marcha a través de movimientos tridimensionales del caballo. Estimula el desarrollo psicomotor.

Proporciona estímulos al sistema sensorio-motriz. Fortalecer la musculatura. Mejorar la coordinación, los reflejos, la planificación motora. Mejorar la capacidad de relajación de la musculatura. Reducir patrones de movimiento anormales. Mejorar el estado físico en general.

ÁREA DE ADQUISICIÓN DE NUEVOS APRENDIZAJES Y TÉCNICA DE EQUITACIÓN

Facilitar el aprendizaje de destrezas ecuestres. Aprender a cuidar al caballo. Colaborar en las tareas de higiene. Diferenciar los distintos utensilios que se emplean para limpiar al caballo. Conocer el equipo del caballo y su orden de colocación. Subir y bajar del caballo lo más autónomamente posible. Aprender a conducir al caballo al paso, al trote, al galope. Montar con y sin silla.



ÁREA SOCIAL

Relacionarse con personas que no pertenecen a su entorno familiar o escolar. Aumenta la autoestima por lo que facilita la inserción social. Manejo de límites: reglas, orden y seguridad Ayuda a superar miedos y fobias, brindando mayor seguridad. Crear relaciones de amistad con los compañeros. Desarrollar el respeto y el amor hacia los animales. Aumentar el número de vivencias. Disminuir temores al animal, movimientos y alturas. Estimular capacidad de enfrentar situaciones nuevas Incrementa la interacción social.

ÁREA MÉDICA

Estimulación de la peristalsis (que es la contracción progresiva, de un extremo a otro, de ciertos órganos tubulares para hacer avanzar su contenido). Estimulación del sistema circulatorio, mejora la circulación sanguínea. Estimulación del sistema respiratorio. Estimulación del sistema digestivo. Estimulación del sueño.

CONTRAINDICACIONES RELATIVAS Y ABSOLUTAS EN LAS TERAPIAS ECUESTRES

Pueden ser Relativas o Absolutas. Temporales o Permanentes. Para realizar terapias ecuestres no debe de tener lesiones de columna o cadera que impidan la monta a caballo. Contraindicada en personas con problemas de Espina Bífida (si es muy severa) que es una malformación del extremo caudal de la espina dorsal, que ocasiona la protrusión de la médula. Que tenga inestabilidad vertebral, Luxaciones de vertebrae. Tendrán sus limitaciones en trastornos medulares que estará contraindicado el trote y el galope. En los afectados por el Síndrome de Down, antes de realizar la terapia, se deberá descartar que padezcan de Atlantoaxial es decir, que tienen una lesión en las primeras vértebras que impiden la terapia. Enfermedad de Scheuermann aguda. MorbusBechterew. Osteocondrosishiperostótica. Espondilosis deformante avanzada. Escoliosis mayor de 40°. Protusión y prolapso de hernia de disco. Coxartrosis. Osteoporosis. Trombosis con peligro de embolia. Mielogelosis reumática. Enfermedades orgánicas inflamatorias. Enfermedades óseas inflamatorias. Epilepsia no controlada. Hemofilia. Insuficiencia cardiaca. Enfermedades infecto - contagiosas. Sarampión. Varicela. Quemaduras. Enfermedades de tipo traumático. Fracturas. Osteogénesis imperfecta (los huesos son frágiles y se fractura con facilidad). Distrofia muscular progresiva (total en etapa avanzada). Los que usan órtesis para la columna vertebral (si el medico ortopedista permite retirarlo, se puede hacer terapia). Los que usan órtesis para cadera o miembro inferior. Parálisis Cerebral Infantil, contraindicación relativa teniendo algunos cuidados y precauciones en casos de tipo atetósico (Trastorno de origen nervioso caracterizado por movimientos continuos involuntarios, principalmente de dedos y manos). Contraindicaciones absolutas y/o permanentes: Retraso Mental Profundo. Pacientes con osteoporosis severa y/o

espasticidad severa ¿? Trastornos severos de conducta o agresividad unida a déficit cognitivo. Enfermedades Cardiovasculares limitantes. Otras establecidas por criterio médico como hernia inguinal, problemas cardiovasculares, etc.

Contraindicaciones relativas y/o temporales: Se fijan según la situación del paciente o usuario y el grado evolutivo de la discapacidad o enfermedad. Lesiones dermatológicas (vitiligo, psoriasis). Reacciones alérgicas al pelo del caballo o lesiones dermatológicas que se agraven al contacto con el animal. Epilepsia no controlada o muy severa. Epilepsia (el paciente tendría que pasar un año sin crisis; hay que pensar en el tipo de crisis, causa desencadenante, edad y peso del paciente). Estatus convulsivos no controlados o en fase de ajuste farmacológico. Insuficiencia cardiaca. Infarto cardiaco (debe pasar más de un año desde el infarto). Portadores de tubos de drenaje. Catéter de vejiga. -Uso de sonda nasogástricas o traqueotomías. Pacientes con malestar físico general (diarreas, vértigos, vómitos, fiebre, etc.) Síndromes osteomiarticulares dolorosos en fase aguda ¿? Pacientes medicados con depresores del S.N.C. Implantes de metal en las extremidades. Operaciones de discos (debe haber pasado más de 1 año). Inmovilización degenerativa de la columna (depende de la localización). Escoliosis Ángulo de Cobb > 25° (fuera de la línea recta central). MorbusBechterew (depende de la inmovilidad y de los dolores).

Si deseas participar con esta asociación como voluntario o necesitas más información al respecto, puedes contactar con ellos a través de:



goo.gl/F54MNM



equinoterapiasalamanca@gmail.com

Espacios de participación ciudadana

Aquí puedes acceder a la programación de los diferentes centros de participación del Ayuntamiento de Salamanca a través del siguiente enlace.



Centros de Participación

Agenda

ABRIL 2015						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Día 16: Curso de Seguridad Alimentaria
Banco de Alimentos de Salamanca

Día 18: III Festival de Música Joven Ciudad de Salamanca
Salamanca a Tope

Día 20: Charla informativa: *Gestión del estrés y los conflictos en familia*
AERSCYL

Días 21 y 28: Charlas informativas sobre Alzheimer
AFA Salamanca

Día 23: III Carrera Popular
Asociación Parkinson Salamanca

Día 29: Curso de Formación Básica en Voluntariado
Agencia Municipal del Voluntariado

PROGRAMA MUNICIPAL DE OCIO NOCTURNO SALAMANCA A TOPE PRESENTA...

ROCK IN RÍO

TORMES

III FESTIVAL DE MÚSICA JOVEN CIUDAD DE SALAMANCA

GRUPOS

UNFORESEEN
AIRA // TWICE
SANDRA ARÉVALO
CADENCIA PERFECTA

APERTURA DE PUERTAS 19.00H HASTA LA 01.30H APROX.

18 . ABRIL . 2015

CENTRO CULTURAL MIRALTORMES (CALLE LUGO S/N)

MÁS INFORMACIÓN ROCKINRIOTORMES.COM

ENTRADA GRATUITA

ASOCIACIÓN JUVENIL PRODESI

PROGRAMA MUNICIPAL DE OCIO NOCTURNO SALAMANCA A TOPE

Ayuntamiento de Salamanca

MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD

COLABORA OPTICALJA CATALUÑA

+ info en: C/ Transportistas 3 Bajo (junto a la plaza Vidal) Tño: 923 123 119

plan municipal de drogas y adicciones

III^a carrera
(No competitiva)

23 Abril 2015



PARQUE DE LOS JESUÍTAS
(11H)

INSCRIPCIONES: donativo 5€ (del 30 de Marzo al 19 de Abril)

- El Corte Inglés recogida dorsales: 20-21 Abril de 18 a 21h
- Asociación Parkinson Salamanca (C/ La Bañeza, 7)
- www.atletismomacotera.com

Corredores: 5.5 km
Marcha solidaria: 1km aprox.
Dorsal 0

"AYÚDALES A CONSEGUIR SU SUEÑO"



<http://www.atletismomacotera.com>
<http://runsforparkinsonsalamanca.blogspot.com.es>



En AFA Salamanca, HABLAMOS de Alzheimer

21 Abril de 16:30 a 18h.

Desde el punto de vista médico

Aurora Martín, Médico de AFA

28 Abril de 16:30 a 18h.

Alteraciones conductuales y su manejo

Lorena Mangas, Psicóloga de AFA

5 Mayo de 16:30 a 18 h.

El Cuidador

Impacto de la enfermedad en la Familia

Esther Serrano, Psicóloga de AFA

ESTE PROGRAMA VA DIRIGIDO AL PÚBLICO EN GENERAL

QUE TENGA INTERÉS POR LA ENFERMEDAD



APÚNTATE YA!

en el 923 28 25 61, pregunta por ESTHER

TE ESPERAMOS EN C/ LA MARAGATERÍA, 31, zona Carrefour



Aerscyl nos invita a una charla que tendrá lugar el día 20 de Abril a las 16.30. El lugar está aún por determinar.

La charla será impartida por profesionales de la empresa Mundomediación y la temática será la siguiente:

Gestión del estrés y los conflictos en familia

La familia es el entorno que ofrece mayor seguridad a las personas y al mismo tiempo donde se producen las situaciones que nos provocan mayor estrés, lo que nos dificulta resolver los conflictos de la manera más adecuada para encontrar soluciones satisfactorias para todos.

Un mismo hecho, como puede ser la enfermedad de un ser querido, es vivido de forma diferente por cada miembro de la familia, lo que puede provocar incomprensión, distanciamiento, mala comunicación...

De cómo se gestionen estas situaciones depende en parte la armonía familiar. Esta charla está dirigida a ofrecer herramientas para la resolver satisfactoriamente situaciones de estrés y conflictos en el ámbito familiar.

Si estás interesado o conoces a alguien que le pueda interesar, pásale la información.

Podéis incribiros a través de nuestra dirección de correo electrónico:

aers2014@yahoo.es



Desde el Banco de Alimentos de Salamanca invitan a todos aquellos que lo deseen a participar en la siguiente acción formativa:

CURSO DE SEGURIDAD ALIMENTARIA

Fecha y horario: jueves 16 de abril, a las 19:00 horas.

Lugar de realización: Salón de actos del Centro Municipal ubicado en la Plaza de San Vicente.

Se trata de un curso totalmente gratuito para voluntarios del propio Banco de Alimentos y todas aquellas personas interesadas en este tema.

La entrada es libre hasta completar el aforo.

Si lo deseas, puedes colaborar entregando el mismo día del curso cualquier tipo de alimentos no perecederos.

Síguenos en las Redes Sociales



Facebook de la
Agencia



Twitter de la
Agencia

Puedes enviarnos tus eventos, actividades, enlaces de interés... y participar en el "Espacio Abierto" a través de la siguiente dirección de e-mail, además de plantearnos aquellas cuestiones que desees:

agenciavoluntariado@aytosalamanca.es

Tfno. de contacto: 923 280 438 / 619 450 208

Puedes encontrarlos:

De lunes a viernes (de 9:00 14:00 y de 17:00 a 20:00 horas)

Centro Municipal Integrado de Vistahermosa

C/ Ramón de Mesoneros Romanos nº 10-22

Los miércoles (de 17:00 a 20:00 horas)

Centro Municipal Julián Sánchez "El Charro"

Plaza de la Concordia s/n

El Ayuntamiento de Salamanca no se hace responsable de las informaciones y opiniones que sean emitidas a través de este Boletín por parte de las entidades o personas participantes en la elaboración del mismo, o por cualquier otro lugar al cual se acceda por la vía de enlaces (links).