

Moviendo cuerpo y corazón



VNIVERSITAT DE VALÈNCIA

Tutor: Jesús Blesa

Alfonso Campoy Cruz - **CAFD**

Raquel Giner Sancho - **Farmacia**

Beatriz Gómez Santos - **CAFD**

Belén Hernández Molina - **Farmacia**

Laura Moreno - **Relaciones laborales
y RR.HH.**



Problema seleccionado

¿Qué se necesita?

Los residentes del Casal de la Pau:

- Se encuentran a menudo solos
- Tienen déficit de actividad física

Además...

En la sociedad existe la necesidad de:

- Concienciar sobre el VIH y el consumo de drogas



Objetivos del proyecto

¿Qué buscamos?

Mejorar el bienestar emocional: autoestima y habilidades sociales

Mejorar el bienestar físico: actividad física adaptada

Concienciar sobre el VIH

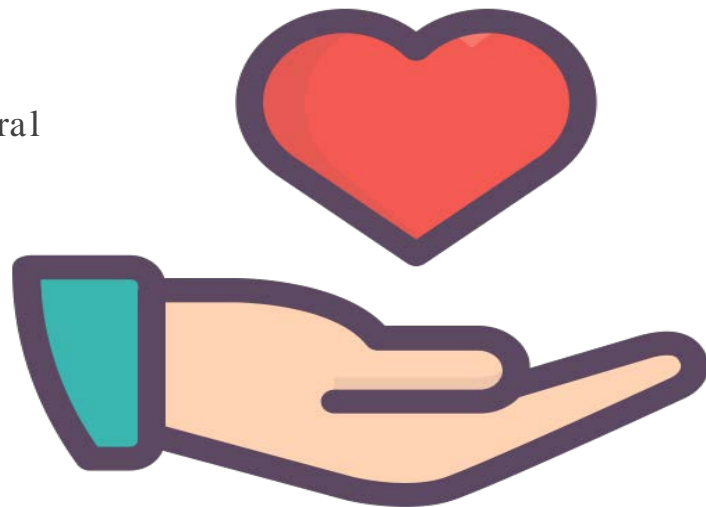
Prevenir sobre el consumo de drogas y delincuencia a vídeo

Potenciar la gestión e inteligencia emocional a expresión corporal

Estimular debates sobre la importancia de la salud

Conocer y comprender

Acompañar



Descripción del proyecto

¿A quién se dirige?

A los residentes del Casal de la Pau, como la población joven en riesgo de contraer VIH y consumir drogas

¿Duración prevista?

La duración del proyecto se ha determinado en 30 horas repartidas en tres fines de semana: 5 horas los sábados y 5 horas los domingos

¿Qué se pretende obtener?

— — —

Un estilo de vida saludable fomentando el deporte

Practicar la expresividad corporal como forma de desinhibición y sentimiento de serenidad personal

Mejorar las habilidades sociales, su bienestar emocional y físico

Concienciar a la juventud en riesgo de contraer VIH y consumir drogas

Participantes:

— — —

- **5 miembros del grupo ApS (Universidad de Valencia):**
 - Beatriz Gómez Santos
 - Alfonso Campoy Cruz
 - Raquel Giner
 - Laura Moreno Díaz
 - Belén Hernández Molina
- **9 residentes del Casal de la Pau:**
 - Goyo
 - Willy
 - Santi
 - Domingo
 - Patrick
 - Ginés
 - Alfonso
 - Alex
 - Felipe



Desarrollo del proyecto. Plan de trabajo

¿Qué hacemos?

Cada mañana 1h - 1h30'

Cuidado
personal



- *Ayudar a ciertos residentes a levantarse y vestirse*
- *Hacerles la cama*
- *Ayudarles a preparar y tomar el desayuno y/o la medicación*
- *Acompañarles en sus desplazamientos por la entidad*

¿Qué hacemos?

Cada mañana 1h - 2h

Actividad física



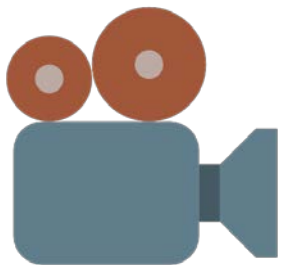
- *Pasear con los residentes*
- *Sesiones de expresión corporal*
- *Aparatos de ejercicio físico del Turia*
- *Partido de fútbol*



¿Qué hacemos?

Algunas mañanas - 1h

Entrevistar



¿Qué hacemos?

Cada mañana 1h30' - 2h

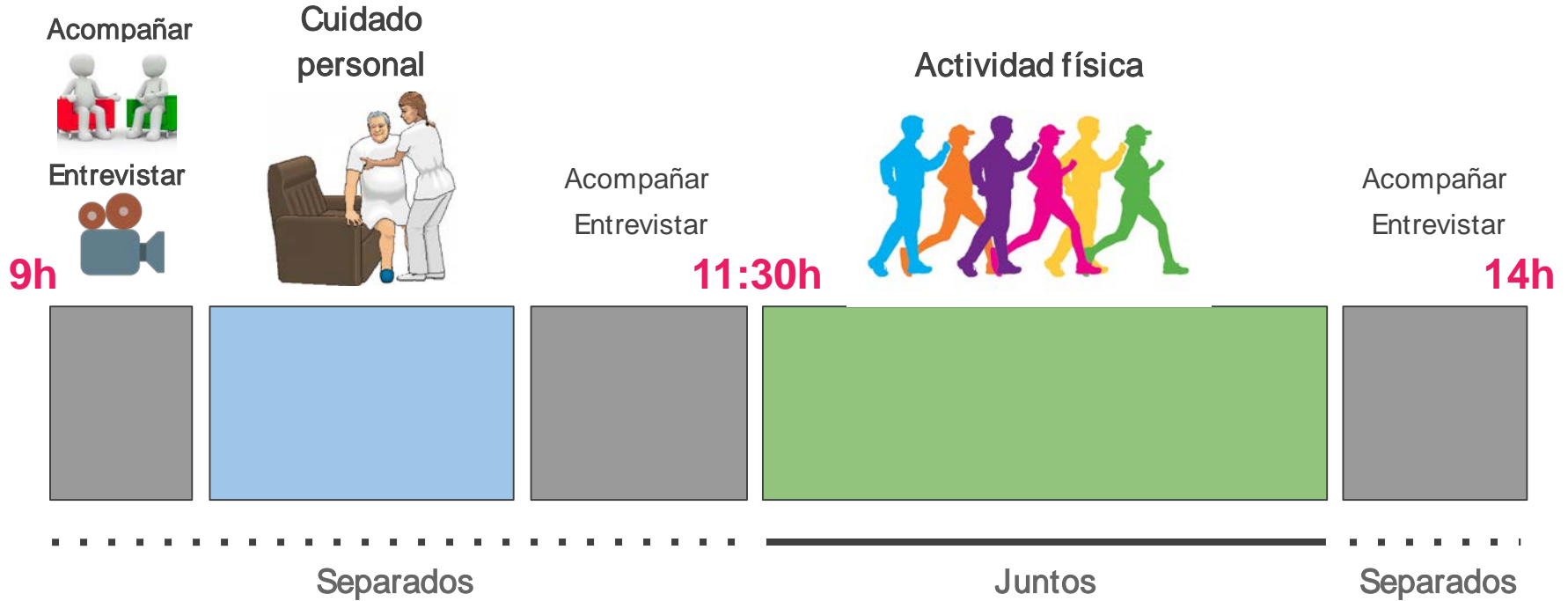
Acompañar



→ *Conversar con los residentes (foto)*



¿Cómo nos organizamos?

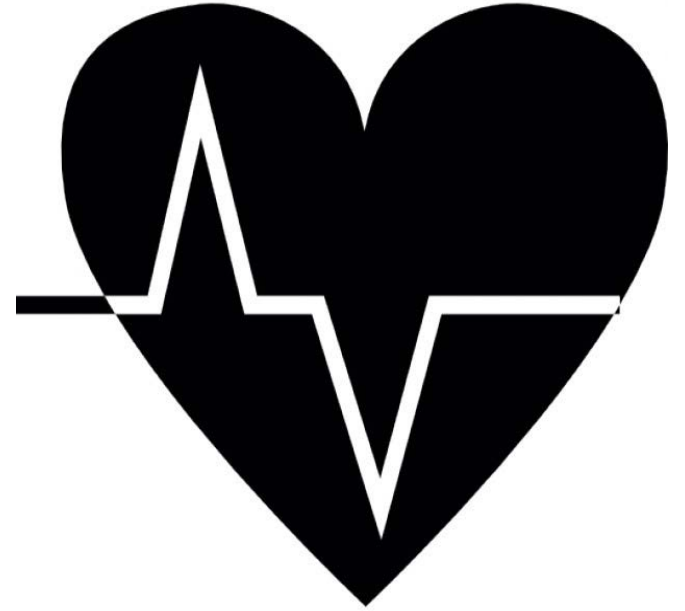
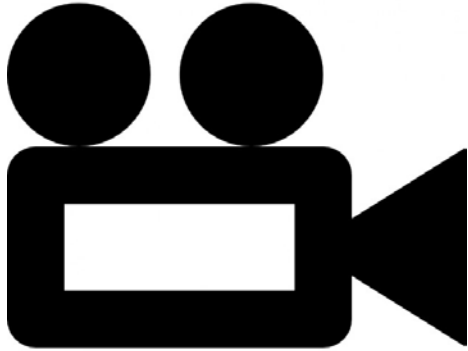


Evaluación

Materiales y objetos producidos

Video concienciador/promocional

Programa de ejercicio físico adaptado



Objetivos curriculares tratados y beneficios académicos que se derivan

Podemos diferenciar dos tipos de objetivos curriculares:

- Competencias comunes a todos los grados
- Competencias específicas de cada grado



Competencias comunes a todos los grados

- Aplicación de los conocimientos al trabajo desempeñado
- Reunir e interpretar datos relevantes para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas de índole social, científico o ético
- Posesión y comprensión de conocimientos básicos de la educación secundaria general.
- Trasmisión de información, ideas, problemas y soluciones tanto a público especializado como no especializado



Competencias específicas a cada grado

En cuanto a las salidas para la realización de actividad física y ejercicio físico

- Grado de la actividad física y el deporte: Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.
- Grado en grado en relaciones laborales y recursos humanos: Capacidad para asesorar y gestionar en materia de empleo y contratación laboral.
- Grado en farmacia: Desarrollar la capacidad para el trabajo en equipo, así como de la capacidad crítica a la hora de procesar la información.

En cuanto a competencias desarrolladas en general durante la acción en la entidad:

- Grado de la actividad física y el deporte: Desarrollar recursos para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo y la creatividad.
- Grado en relaciones laborales y recursos humanos: Analizar y evaluar los factores que determinan las desigualdades en el mundo del trabajo
- Grado en farmacia: Capacidad para transmitir ideas, analizar problemas y resolverlos con espíritu crítico, adquiriendo habilidades de trabajo en equipo y asumiendo el liderazgo cuando sea apropiado

Beneficios afectivos

POSITIVOS

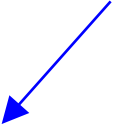


- A menudo, el aislamiento social y la discriminación que sufren estas personas les dificulta la interacción con otros agentes de la sociedad, y esto, a su vez, afecta seriamente a su autoestima y perspectiva vital. Es por ello que nuestra mera presencia y acompañamiento les genera emociones positivas.
- Nuestra presencia también les ha ayudado a perfilar sus habilidades sociales, y a adquirir ánimos y confianza para iniciar y mantener relaciones sociales en el futuro.

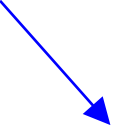


Impacto del proyecto sobre la comunidad

Vídeo




Promoción de la entidad




Uso en charlas y conferencias

Programa de ejercicio físico adaptado



A corto plazo:
correcto uso de los aparatos de ejercicio del río Túrria por los residentes actuales



A largo plazo:
creación de un marco de hábitos saludables reproducibles en el futuro, en nuestra ausencia



¿Qué hemos aprendido?