

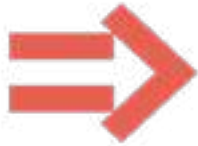


ESPACIO DE INCLUSIÓN Y OPORTUNIDADES

**Esment
Guies**



<https://esmentguies.es>



valor público
Transformar

Actividades
con sentido
+
comunidad

Escuchar,
orientar
acompañar

Buscar y generar
oportunidades

Capacitar a
los entornos
naturales



Actividades **con** sentido **con** la comunidad

Buena vida

Ciudadanía

	Desarrollo	Bienestar	Vínculos
Confianza	Potencia las capacidades de cada un@	Favorece el bienestar físico, emocional y social	Apoya relaciones basadas en el respeto y la confianza
Control	Posibilita que decida sobre su desarrollo, responsabilidades y nuevas experiencias	Se puede adaptar a los gustos y preferencias de cada persona	Permite decidir con quién relacionarse y cómo recibir apoyos
Conexiones	Favorece la práctica de sus habilidades para relacionarse	Posibilita que se den relaciones agradables	Favorece las relaciones de amistad
Contribución	Aprovecha sus capacidades para contribuir a otras personas	Produce bienestar a otras personas y permite obtener reconocimiento	Genera colaboración y trabajo en equipo



Esment guies

PROYECTOS ESMENT GUIES



Visitas guiadas



Talleres educativos



Dinamización barrios –
Casales



Dies de Fira i Mercat



Gestión de activos

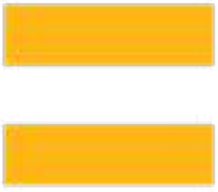
VALORACIÓN DE ACTIVOS **CON SENTIDO**

1. RESPETABLE: es un entorno (físico, social o personal) respetuoso con la dignidad de las personas. Es amable y acogedor.
2. ACCESIBLE: es un lugar o entorno social o personal abierto a cualquier persona. Está disponible y es fácil de usar (accesibilidad física, cognitiva y económica).
3. FLEXIBLE: permite elegir entre diversas opciones de actividades, lugares... para adaptarse a cada persona.
4. SOCIAL: favorece que se generen relaciones y vínculos saludables entre personas.
5. GENERA VALOR: genera oportunidades para que las personas puedan contribuir con sus capacidades a otras personas o al entorno. También puede aportar oportunidades para el desarrollo o el bienestar.



Visitas guiadas





Días de feria y mercado





Dinamización de barrios / Casales

971 45 17 47
info@casalsdebarri.com

C. de Joan Alcover, 20
07006 Palma, Islas Baleares

BIBLIOTECA
Servicio de biblioteca

Asociació de Veïns Son Verem
Casals de Barri
Associació Esment Fundació
Ajuntament de Palma

TALLERES Y ACTIVIDADES

- Ballet matonquin**
Martes y jueves 20:00 y 21:00 horas.
- TAEKWONDO**
El Taekwondo es el deporte olímpico perfecto para cualquier persona y cualquier edad, con los beneficios de mejorar la fuerza, la resistencia, la coordinación, la flexibilidad, la concentración, la autoconfianza y la salud.
- PATINAJE**
La actividad de patinaje artístico tiene como objetivo enseñar a los participantes a ser felices de estar patinando. El nivel de dificultad se adapta a las necesidades de cada participante.
- Honográfico de manualidades**
Las manualidades son una manera de expresar la creatividad y la imaginación de cada uno. En este taller se trabajarán técnicas de manualidades para crear objetos decorativos y útiles.
- Honográfico Neules**
Las "Neules" son una tradición mallorquina que consiste en utilizar los colores y las formas de Neules para crear una obra de arte.
- CORTE Y CONFECCIÓN**
Aprenderemos a hacer nuestros propios vestidos y la confección de prendas de punto. Así como técnicas de costura, bordado y tejido.
- PINTURA**
Te enseñaremos a pintar tu propia obra de arte. Pintura guión (diferencia de 1500 a 10000 €) Pintura guión (diferencia de 1500 a 10000 €).
- ESPALDA SANA**
Esta actividad tiene el objetivo de enseñar a los participantes a cuidar su espalda y a prevenir lesiones. Se trabajarán ejercicios de estiramiento, fortalecimiento y técnicas de respiración.



LOS MAYORES DE 60 AÑOS SE REACTIVAN

INFÓRMATE SOBRE EL PROGRAMA
ACTÍVATE DE PREVENCIÓN DE LA FRAGILIDAD

LUGAR: CLUB SOCIAL SON FORTENZA
JUEVES 24 DE MARZO A LAS 11:30 H
HORA QUIÉNES? PARA >60 AÑOS, HOMBRES Y MUJERES, DE LA BARRIADA DE SON FORTENZA

LLEVAMOS LA CIENCIA A LAS PERSONAS, Y LO HACEMOS EN TU BARRIO
ENTRENAMIENTO RÍSGO - ENTRENAMIENTO COGNITIVO - SOLEDAD NO DESEADA

PARTICÍPIEMOS TU VIDA Y ES TU BARRIO