



Oferta Actividades Online para Personas Mayores

Año 2020

Taller Mayores con Humor

PROFESORADO: el curso será impartido por el equipo de PSICOWORKING FRANCISCO SERRANO. Psicólogo y psicoterapeuta, formador de cursos de psicología y comunicación con veinte años de experiencia.

JUAN SELLER (JUAN Y PUNTO). Cómico profesional, actor, guionista, monologuista y **autor teatral con quince años de experiencia**





La Consejería de Sanidad y Servicios Sociales se plantea la necesidad de cofinanciar el Programa de Promoción de la Autonomía bajo el lema **“99 razones para ser SEPADCTIVOS”** dirigido a personas mayores como respuesta a la necesidad de reforzar las carteras de servicios de los centros de mayores de titularidad del SEPAD y abarcar, también a la población general de personas mayores de las diferentes localidades donde está implantada la Red de Universidades Populares a través de la implementación de eventos vinculados al paradigma del Envejecimiento Activo.

Desde el programa **“99 razones para ser SEPADCTIVOS”** puesto en marcha por AUPEX en 2020, y en el contexto actual marcado por la pandemia y sus consecuencias de aislamiento social, estamos desarrollando actividades online para personas mayores con el fin de posibilitar procesos para un envejecimiento activo optimizando las oportunidades de participación, seguridad, relación y salud de las personas mayores de nuestra región a fin de mejorar su calidad de vida.

“99 razones para ser SEPADCTIVOS” es un programa del SEPAD Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia (Vicepresidencia Segunda Consejería de Sanidad y Servicios Sociales de la Junta de Extremadura)



Oferta Actividades Online Año 2020

A tener en cuenta en el proceso de inscripción:

- Periodo para inscribirse en estas actividades:
- **El taller** tiene una duración aproximada de **10 horas repartidas**
- Las fechas y horarios del taller:
- El taller tiene plazas limitadas, por lo que se tendrá en cuenta el **orden de inscripción**.
- Para apuntarse a la actividad la persona interesada (o en su defecto la Universidad Popular o Centro de Mayores) llamará al teléfono de contacto y le proporcionará los datos (**nombre, apellidos, sexo, fecha de nacimiento, DNI, móvil, Centro de Mayores al que pertenece, localidad y actividad a la que se apunta**) al monitor responsable de la actividad en cuestión

Actividad/Taller	Explicación	Requisitos para poder participar en la actividad	Para apuntarse hay que llamar a los siguientes monitores:
1.-Taller Mayores con Humor	<p>El objetivo de los talleres es aprender a realizar presentaciones en público en formato monólogo humorístico, mejorar la capacidad de oratoria y puesta en escena, conseguir vencer la ansiedad y disfrutar hablando en público, para transmitir determinadas situaciones, experiencias o historias de una manera divertida y amena.</p> <p>Con los talleres se consigue:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Mejorar la capacidad de comunicación de los mayores · Mejorar sus habilidades sociales · Aumentar su autoestima y reconocimiento social · Mejorar y desarrollar sus habilidades cognitivas (memoria, razonamiento, percepción) · Fomentar la capacidad de ocupación del tiempo de ocio · Mejorar su autonomía personal · Desarrollar motivaciones nuevas para cuidar su salud psicosocial · Aumentar la capacidad para disfrutar mediante el humor de aspectos habituales de la vida diaria <p>.Transmitir de manera amena y divertida acontecimientos serios y preocupantes, como la actual situación vivida por la pandemia.</p>	<p>Disponer y saber utilizar WhatsApp y plataforma de videoconferencia Zoom</p>	<p>Juan Seller 669478246</p>



AUPEX comprometida con los Objetivos de Desarrollo Sostenible



SEPACTIVOS



Vicepresidencia Segunda y Consejería de Sanidad y Servicios Sociales

	<p>Trasmitir con humor es mejorar las habilidades de quien habla y de quienes escuchan. En los mayores contribuye de manera clara a mejorar todos los aspectos necesarios: habilidades sociales, capacidades cognitivas, autoestima y bienestar psicológico. Cuando una persona mayor cuenta algo con humor, se divierte, aprende, enseña, hace amigos, ejercita su memoria y consigue nuevos retos.</p>		
--	--	--	--