

TALLERES ACTIVA SALUD SALAMANCA

ACTIVA SALUD SALAMANCA es un centro multidisciplinar e interdisciplinar que engloba, a partir de un constante trabajo en equipo, todos los servicios de rehabilitación, apoyo y orientación que la población pueda necesitar.

Para ello cuenta en su plantilla con profesionales en todas las disciplinas: Fisioterapia, Logopedia, Terapia Ocupacional, Psicología, Estimulación cognitiva, Psicomotricidad y Neurorehabilitación.

Desde el servicio ACTIVA SALUD SALAMANCA queremos dar a conocer la amplia oferta de talleres y cursos de formación impartidos por nuestros profesionales, destinados a toda la población.

Se ha diseñado un amplio abanico de formación que puede llevarse a cabo tanto en nuestras instalaciones (Calle Juan del Encina nº6, Salamanca) como en diferentes espacios facilitados por la empresa, entidad o asociación demandante, teniendo en cuenta qué ambiente es el más adecuado para adquirir los conocimientos que se impartirán.

A continuación, se presenta un listado de los talleres ofertados con una breve explicación de los mismos. Una vez revisado por vuestra parte el catálogo de formación os facilitaremos información más concreta de los talleres que os pudieran interesar. Se adaptará siempre individualmente el contenido y duración del mismo, así como el tamaño de los grupos a las necesidades de la entidad que lo solicite.

Listado de Talleres

Talleres para Niños:

- Estimulación sensorial:

- Destinatarios: Niños con desarrollo normotípico y/o con discapacidad en grupos por edades (bebés (0-2 años), primera infancia (2 a 4 años), mayores (4-6 años)).
- Objetivos: Ofrecer un entorno seguro para explorar y descubrir a través de los 7 sentidos, ofreciendo una estimulación de calidad adaptada para cada rango de edad.
- Duración: sesiones de 1 hora (tiempo por determinar).

- Habilidades sociales y comunicación:

- Destinatarios: Niños de 5-12 años.
- Objetivos: La interacción social es muy importante en el desarrollo personal del niño, por ello es necesario que desarrollen conductas para generar actitudes que les permitan relacionarse de forma funcional con sus iguales. En este taller aprenderemos a comunicarnos de forma respetuosa y asertiva, teniendo como base el lenguaje y los aspectos no verbales, el trabajo en equipo, la empatía, resolución de conflictos a través del juego.
- Duración: sesiones de 1 hora (tiempo por determinar).

- **Estimulación del lenguaje en edad infantil:** (1 sesión semanal de 60 min)
 - Destinatarios: niños de 2-5 años.
 - Objetivos: Desarrollo de estrategias de comunicación y lenguaje en habilidades de la vida diaria, juego y otras.
 - Duración: sesiones de 1 hora (tiempo por determinar).

- **Planificación e ideación motora:**
 - Destinatarios: Niños de 4-9 años.
 - Objetivos: Potenciar el desarrollo de habilidades de razonamiento, resolución de problemas, organización y planificación motora a través del juego.
 - Duración: sesiones de 1 hora

- **Taller flúor:**
 - Destinatarios: Niños de 4-8 años.
 - Objetivos: Desarrollo de habilidades sociales, manipulativas y cognitivas a través de la estimulación visual y táctil.
 - Duración: sesiones de 1:30 hora.

- **Experimentación en laboratorio:**
 - Destinatarios: Niños de 6-10 años.
 - Objetivos: Llevar a cabo experimentos que aporten experiencias sensoriales (tacto, olfato, vista, oído y gusto).
 - Duración: sesiones de 1 hora.

- **Taller de movimiento libre:**
 - Destinatarios: Niños de 1 a 3 años.
 - Objetivos: Reconocimiento de nuestro cuerpo y el entorno próximo que permita al niño ajustar sus movimientos en distintas actividades a través de la exploración dentro de un entorno seguro.
 - Duración: sesiones de 2 horas.

- **Psicomotricidad vivenciada:**
 - Destinatarios: Niños de 4-10 años.
 - Objetivos: Conocer nuestro propio cuerpo, y desarrollar habilidades motoras, cognitivas y sociales a través del uso de las herramientas que tenemos en nuestro entorno dándoles un uso funcional que nos aporte una mejor experiencia de aprendizaje y nos permita explorar y conocer nuestras sensaciones.
 - Duración: sesiones de 1 hora.

- **Iniciación a la lectura y escritura:**

- Destinatarios: Niños entre 5 y 7 años.
- Objetivos: Desarrollar habilidades de lectura y escritura así como el gusto por las mismas en niños que están comenzando este aprendizaje.
- Duración: sesiones de 1 hora (tiempo por determinar).

- **Taller de emociones:**

- Destinatarios: Niños entre 3 y 9 años.
- Objetivos: Conocer nuestras emociones saber identificarlas y canalizarlas. Trabajaremos desde la inteligencia emocional a través de los cuentos y la creatividad.
- Duración: sesiones de 1:30.

Talleres ADULTOS:

- **Fisioterapia respiratoria:**

- Destinatarios: Especialmente indicado para usuarios con problemas respiratorios.
- Objetivos: Aumentar la capacidad para realizar ejercicio físico, incrementar la resistencia y disminuir la fatiga, luchar contra los problemas respiratorios y expulsar secreciones eficazmente.
- Duración: sesiones de 1 hora (Recomendado 1 día/semana durante 3 meses).

- **Suelo pélvico:**

- Destinatarios: Pensado para población adulta como prevención o tratamiento de la incontinencia.
- Objetivos: Aprender a contraer la musculatura del periné (suelo pélvico), prevención y tratamiento de la incontinencia urinaria y fecal y realización de los ejercicios de Kegel.
- Duración: sesiones de 1 hora (Recomendado 1 día/semana durante 3 meses).

- **Estimulación Cognitiva:** (1 sesión semanal de 60 min)

- Destinatarios: Personas mayores con limitaciones cognitivas leves o sin deterioro cognitivo.
- Objetivos: Mantenimiento de habilidades cognitivas como: Atención, memoria, funciones ejecutivas, orientación...
- Duración: sesiones de 1 hora (Recomendado 1 día/semana).

- **Taller de memoria:**

- Destinatarios: Personas mayores con o sin problemas de memoria.
- Objetivos: Potenciar el desarrollo de habilidades que ayuden a la memoria en el recuerdo de datos significativos. Potenciar estrategias de mejora y ayuda a las personas con problemas en la memoria.
- Duración: sesiones de 1:30 hora.

- **Logopedia en 3ª Edad:**

- Destinatarios: Personas con ACV, demencias, traumatismos, deterioro cognitivo. Cuidadores.
- Objetivos: Mantenimiento de las capacidades de comunicación y lenguaje en pacientes mayores con y sin patología.
- Duración: sesiones de 2 horas (Recomendado 1 día/semana).

- **Higiene Postural:**

- Destinatarios: Cualquier persona interesada en prevenir problemas musculares derivados de malas posturas en las AVD.
- Objetivos: adquisición de hábitos posturales adecuados que faciliten un correcto manejo de los movimientos y posiciones y ayuden a prevenir lesiones.
- Duración: sesiones de 1 hora.

- **Envejecimiento activo:**

- Destinatarios: personas mayores.
- Objetivos: Desde este taller se promueve un envejecimiento sano, sin dejar de mantenerse activo tanto física como mentalmente. Abordaremos ejercicio, vida sana, activación cerebral, memoria, procesamiento de información, ocio, descanso, relaciones sociales.
- Duración: sesiones de 1 hora (Recomendado 1 día/semana durante un trimestre)

Talleres para FAMILIAS:

- **Escuela de padres:**

- Destinatarios: familias de niños entre 0 – 16 años.
- Objetivo: Adquirir estrategias y conocer herramientas que faciliten el desarrollo de nuestros hijos en todas las áreas de desarrollo para dar una respuesta adecuada a las necesidades de cada etapa.
- Duración: sesiones de 1 hora (Recomendado 1 día/semana durante 3 meses).

- **Trasferencias, movilizaciones e higiene postural:**

- Destinatarios: Familiares y cuidadores principales de personas dependientes.
- Objetivos: Conocer y llevar a cabo técnicas seguras para llevar a cabo movilizaciones y transferencias de personas en situación de dependencia. Aprender a realizar actividades cotidianas y control de cargas con una postura correcta, tomando conciencia de nuestro cuerpo. Estiramientos y ejercicios para prevenir lesiones.
- Duración: sesiones de 1:30 horas (2 sesiones)

- **Desarrollo infantil y autonomía**

- Destinatarios: Padres/madres/cuidadores principales.
- Objetivos: Conocer las diferentes etapas del desarrollo infantil, hitos que se deben adquirir en cada momento e identificar signos de alarma. Identificar las principales habilidades de

autonomía del niño, conociendo las habilidades previas necesarias para su desarrollo y aprender técnicas que promuevan su desarrollo independiente. Aprenderemos como estimular a nuestro hijo/a desde el juego, en que posiciones debemos colocarles, cómo podemos estimular su desarrollo a través de los diferentes juguetes según en la edad que nos encontremos y desarrollo que haya conseguido.

- Duración: sesiones de 1 hora (4 talleres).

- **Cuentos sensoriales:**

- Destinatarios: Padres/madres/cuidadores principales y niños.
- Objetivos: Identificar estrategias que permitan estimular el desarrollo del niño a través de cuentos clásicos potenciando la integración de todos los sentidos. Aprovecha un momento lúdico para estimular a tu hijo.
- Duración: sesiones de 2 horas.

- **¿Jugamos abuelo/a?:**

- Destinatarios: 1 adulto +1-2 niños (nietos)
- Objetivos: Potenciar el vínculo abuelo-nieto descubriendo las formas tradicionales de jugar y relacionarnos y establecer canales de comunicación que nos ayuden a conectar.
- Duración: sesiones de 1:30 horas.

- **Menaje del bebé para un correcto desarrollo: (3 horas)**

- Destinatarios: Familias.
- Objetivos: Conocer cuales con los principios básicos para mejorar el confort de los niños en sus desplazamientos. Características a tener en cuenta a la hora de elegir colchón, silla, capazo...
- Duración: sesiones de 3 horas.

- **Educación en positivo:**

- Destinatarios: Padres/madres/cuidadores principales.
- Objetivos: Adquirir las herramientas y estrategias básicas para modificar el comportamiento y la conducta de nuestros hijos. Mejora la calidad de vida de la familia y disfruta de tu paternidad/maternidad.
- Duración: sesiones de 1 hora (Recomendado 1 día/ semana durante un trimestre).

- **Higiene respiratoria:**

- Destinatarios: Padres/madres/cuidadores principales.
- Objetivos: Aprenderemos como drenar las secreciones, que debemos tener en cuenta a la hora de utilizar suero, spray nasal. Cómo debemos utilizarlo.
- Duración: sesiones de 1:30 horas.

- **Integración sensorial y aprendizaje:**

- Destinatarios: Padres/madres/cuidadores principales.

- **Objetivos:** Conocer qué es la integración sensorial y señales de alarma y cómo afectan las dificultades sensoriales en el desarrollo del niño. Aprenderemos estrategias para potenciar los sentidos, reconocimiento las dificultades de aprendizaje en los niños y adquisición de estrategias que nos ayuden a apoyar su aprendizaje con estrategias lúdicas.
- **Duración:** sesiones de 2 horas.

- **Disfagia y alimentación texturizada:**

- **Destinatarios:** Padres/madres/cuidadores principales.
- **Objetivos:** Conocer el proceso de deglución, sus fases y principales alteraciones. Identificación de los primeros signos de disfagia y ofrecer estrategias prácticas que permitan la alimentación segura. Instaurar la alimentación texturizada para eliminar la dieta túrmix. Garantizar la seguridad y eficacia de la deglución. Potenciar el disfrute sensorial del proceso de alimentación. Sensibilizar y concienciar de la importancia de una alimentación adecuada, segura, eficaz y disfrutada.
- **Duración:** sesiones de 2 horas (2 sesiones).

- **Hábitos autonomía en personas adultas con discapacidad:**

- **Destinatarios:** Padres/madres/cuidadores principales.
- **Objetivos:** Aprender técnicas para promover la autonomía en personas adultas con discapacidad y/o en situación de dependencia.
- **Duración:** sesiones de 1:30 horas.

- **Productos de apoyo:**

- **Destinatarios:** Padres/madres/cuidadores principales.
- **Objetivos:** Conocer los principales productos de apoyo, su clasificación y cómo pueden ayudarnos en el día a día.
- **Duración:** sesiones de 1:30 horas.

Talleres para PROFESIONALES:

- **Prevención de lesiones e higiene postural adaptado al perfil profesional:**

- **Destinatarios:** Colectivos o empresas. El curso se adaptará individualmente en función de los riesgos particulares de cada trabajo. Se hará un estudio del riesgo lesional y un plan específico de prevención de lesiones para cada puesto.
- **Objetivos:** Adaptación de los puestos de trabajo para minimizar el riesgo lesional, adquirir una correcta higiene postural en el trabajo, conocer ejercicios y estiramientos para combatir las posibles lesiones y mejorar la condición física general.
- **Duración:** 180 minutos, repartidos en 1 ó 2 días.

- **Trasferencias y movilizaciones:**

- **Destinatarios:** Cuidadores principales de grandes dependientes.

- Objetivos: Conocer y llevar a cabo técnicas seguras para llevar a cabo movilizaciones y transferencias de personas en situación de dependencia.
- Duración: sesiones de 1:30 horas.

- **Desarrollando capacidades de educación infantil:**

- Destinatarios: Profesionales de la educación, logopedas, terapeutas.
- Objetivos: Desarrollar habilidades y competencias que hagan que sirvamos de apoyo en el desarrollo global del niño en los entornos naturales. El taller es teórico- práctico por lo que también abordaremos el diseño de materiales específicos que faciliten nuestro desempeño profesional en el día a día.
- Duración: sesiones de 3 horas.

- **Prevención en patología de voz en profesionales:**

- Destinatarios: Profesores, cantantes, coach, entrenadores, locutores de radio, periodistas, operadores.
- Objetivos: Control e higiene vocal en profesionales afines a patología de voz. Taller teórico-práctico donde conoceremos mejor nuestra herramienta de trabajo, la voz y aprenderemos estrategias que faciliten su cuidado y la prevención de lesiones futuras.
- Duración: sesiones de 2 horas.

- **Entornos accesibles:**

- Destinatarios: Empresas y/o profesionales interesados en conocer la normativa en cuanto a accesibilidad para potenciar el desarrollo personal y laboral de las personas con discapacidad.
- Objetivos: Capacitar a empresas y profesionales para que puedan ofrecer un entorno más accesible a sus trabajadores.
- Duración: sesiones de 1:30 horas.

- **Productos de apoyo y accesibilidad:**

- Destinatarios: Empresas y/o profesionales que quieran conocer los productos de apoyo existentes en el mercado, para ofrecer un entorno más accesible a sus trabajadores.
- Objetivos: Identificar los principales productos de apoyo para potenciar el desarrollo profesional y personal de las personas con discapacidad.
- Duración: sesiones de 1 horas.

- **Alimentación en personas con disfagia:**

- Destinatarios: profesionales del ámbito socio-sanitario encargados de la alimentación de personas con disfagia.
- Objetivos: Iniciar a los profesionales en los conceptos de deglución y disfagia. Proporcionar habilidades para la identificación de los principales signos de disfagia y facilitar recursos para hacer que la alimentación sea un momento agradable, seguro y eficaz.

- Duración: sesiones de 2 horas.

Talleres ADULTOS:

- Fisioterapia respiratoria:

- Destinatarios: Especialmente indicado para usuarios con problemas respiratorios.
- Objetivos: Aumentar la capacidad para realizar ejercicio físico, incrementar la resistencia y disminuir la fatiga, luchar contra los problemas respiratorios y expulsar secreciones eficazmente.
- Duración: sesiones de 1 hora (Recomendado 1 día/semana durante 3 meses).

- Suelo pélvico:

- Destinatarios: Pensado para población adulta como prevención o tratamiento de la incontinencia.
- Objetivos: Aprender a contraer la musculatura del periné (suelo pélvico), prevención y tratamiento de la incontinencia urinaria y fecal y realización de los ejercicios de Kegel.
- Duración: sesiones de 1 hora (Recomendado 1 día/semana durante 3 meses).

- Estimulación Cognitiva: (1 sesión semanal de 60 min)

- Destinatarios: Personas mayores con limitaciones cognitivas leves o sin deterioro cognitivo.
- Objetivos: Mantenimiento de habilidades cognitivas como: Atención, memoria, funciones ejecutivas, orientación...
- Duración: sesiones de 1 hora (Recomendado 1 día/semana).

- Taller de memoria:

- Destinatarios: Personas mayores con o sin problemas de memoria.
- Objetivos: Potenciar el desarrollo de habilidades que ayuden a la memoria en el recuerdo de datos significativos. Potenciar estrategias de mejora y ayuda a las personas con problemas en la memoria.
- Duración: sesiones de 1:30 hora.

- Logopedia en 3ª Edad:

- Destinatarios: Personas con ACV, demencias, traumatismos, deterioro cognitivo. Cuidadores.
- Objetivos: Mantenimiento de las capacidades de comunicación y lenguaje en pacientes mayores con y sin patología.
- Duración: sesiones de 2 horas (Recomendado 1 día/semana).

- Higiene Postural:

- Destinatarios: Cualquier persona interesada en prevenir problemas musculares derivados de malas posturas en las AVD.

- Objetivos: adquisición de hábitos posturales adecuados que faciliten un correcto manejo de los movimientos y posiciones y ayuden a prevenir lesiones.
- Duración: sesiones de 1 hora.

- **Envejecimiento activo:**

- Destinatarios: personas mayores.
- Objetivos: Desde este taller se promueve un envejecimiento sano, sin dejar de mantenerse activo tanto física como mentalmente. Abordaremos ejercicio, vida sana, activación cerebral, memoria, procesamiento de información, ocio, descanso, relaciones sociales.
- Duración: sesiones de 1 hora (Recomendado 1 día/semana durante un trimestre)

- **Trasferencias, movilizaciones e higiene postural:**

- Destinatarios: Familiares y cuidadores principales de personas dependientes.
- Objetivos: Conocer y llevar a cabo técnicas seguras para llevar a cabo movilizaciones y transferencias de personas en situación de dependencia. Aprender a realizar actividades cotidianas y control de cargas con una postura correcta, tomando conciencia de nuestro cuerpo. Estiramientos y ejercicios para prevenir lesiones.
- Duración: sesiones de 1:30 horas (2 sesiones)

- **Cuentos sensoriales:**

- Destinatarios: Padres/madres/cuidadores principales.
- Objetivos: Identificar estrategias que permitan estimular el desarrollo a través de cuentos clásicos potenciando la integración de todos los sentidos. Aprovecha un momento lúdico para estimular.
- Duración: sesiones de 2 horas.

- **¿Jugamos abuelo/a?:**

- Destinatarios: 1 adulto +1-2 niños (nietos)
- Objetivos: Potenciar el vínculo abuelo-nieto descubriendo las formas tradicionales de jugar y relacionarnos y establecer canales de comunicación que nos ayuden a conectar.
- Duración: sesiones de 1:30 horas.

- **Higiene respiratoria:**

- Destinatarios: Padres/madres/cuidadores principales.
- Objetivos: Aprenderemos como drenar las secreciones, que debemos tener en cuenta a la hora de utilizar suero, spray nasal. Cómo debemos utilizarlo.
- Duración: sesiones de 1:30 horas.

- **Integración sensorial y aprendizaje:**

- Destinatarios: Padres/madres/cuidadores principales.
 - Objetivos: Conocer qué es la integración sensorial y señales de alarma y cómo afectan las dificultades sensoriales en el desarrollo del niño. Aprenderemos estrategias para potenciar los sentidos, reconocimiento las dificultades de aprendizaje en los niños y adquisición de estrategias que nos ayuden a apoyar su aprendizaje con estrategias lúdicas.
 - Duración: sesiones de 2 horas.
- **Disfagia y alimentación texturizada:**
- Destinatarios: Padres/madres/cuidadores principales.
 - Objetivos: Conocer el proceso de deglución, sus fases y principales alteraciones. Identificación de los primeros signos de disfagia y ofrecer estrategias practicas que permitan la alimentación segura. Instaurar la alimentación texturizada para eliminar la dieta túrmix. Garantizar la seguridad y eficacia de la deglución. Potenciar el disfrute sensorial del proceso de alimentación. Sensibilizar y concienciar de la importancia de una alimentación adecuada, segura, eficaz y disfrutada.
 - Duración: sesiones de 2 horas (2 sesiones).
- **Hábitos autonomía en personas adultas con discapacidad:**
- Destinatarios: Padres/madres/cuidadores principales.
 - Objetivos: Aprender técnicas para promover la autonomía en personas adultas con discapacidad y/o en situación de dependencia.
 - Duración: sesiones de 1:30 horas.
- **Productos de apoyo:**
- Destinatarios: Padres/madres/cuidadores principales.
 - Objetivos: Conocer los principales productos de apoyo, su clasificación y cómo pueden ayudarnos en el día a día.
 - Duración: sesiones de 1:30 horas.

Talleres para PROFESIONALES:

- **Prevención de lesiones e higiene postural adaptado al perfil profesional:**
- Destinatarios: Colectivos o empresas. El curso se adaptará individualmente en función de los riesgos particulares de cada trabajo. Se hará un estudio del riesgo lesional y un plan específico de prevención de lesiones para cada puesto.
 - Objetivos: Adaptación de los puestos de trabajo para minimizar el riesgo lesional, adquirir una correcta higiene postural en el trabajo, conocer ejercicios y estiramientos para combatir las posibles lesiones y mejorar la condición física general.
 - Duración: 180 minutos, repartidos en 1 ó 2 días.
- **Trasferencias y movilizaciones:**

- Destinatarios: Cuidadores principales de grandes dependientes.
- Objetivos: Conocer y llevar a cabo técnicas seguras para llevar a cabo movilizaciones y transferencias de personas en situación de dependencia.
- Duración: sesiones de 1:30 horas.

- **Prevención en patología de voz en profesionales:**
 - Destinatarios: Profesores, cantantes, coach, entrenadores, locutores de radio, periodistas, operadores.
 - Objetivos: Control e higiene vocal en profesionales afines a patología de voz. Taller teórico-práctico donde conoceremos mejor nuestra herramienta de trabajo, la voz y aprenderemos estrategias que faciliten su cuidado y la prevención de lesiones futuras.
 - Duración: sesiones de 2 horas.

- **Entornos accesibles:**
 - Destinatarios: Empresas y/o profesionales interesados en conocer la normativa en cuanto a accesibilidad para potenciar el desarrollo personal y laboral de las personas con discapacidad.
 - Objetivos: Capacitar a empresas y profesionales para que puedan ofrecer un entorno más accesible a sus trabajadores.
 - Duración: sesiones de 1:30 horas.

- **Productos de apoyo y accesibilidad:**
 - Destinatarios: Empresas y/o profesionales que quieran conocer los productos de apoyo existentes en el mercado, para ofrecer un entorno más accesible a sus trabajadores.
 - Objetivos: Identificar los principales productos de apoyo para potenciar el desarrollo profesional y personal de las personas con discapacidad.
 - Duración: sesiones de 1 horas.

- **Alimentación en personas con disfagia:**
 - Destinatarios: profesionales del ámbito socio-sanitario encargados de la alimentación de personas con disfagia.
 - Objetivos: Iniciar a los profesionales en los conceptos de deglución y disfagia. Proporcionar habilidades para la identificación de los principales signos de disfagia y facilitar recursos para hacer que la alimentación sea un momento agradable, seguro y eficaz.
 - Duración: sesiones de 2 horas.