

Teatro

En este taller te proponemos

- Adquirir técnicas de expresión teatral
- Creación colectiva de obras poniendo la experiencia personal y la creatividad.
- Trabajar desde las improvisaciones
- Trabajar con un texto teatral ya escrito
- Realizar en presentaciones en diferentes ámbitos de culturales.

Actividad Física Adaptada para Adultos Mayores

En este taller te proponemos:

- Mantener y/o mejorar las cualidades físicas básicas: fuerza, resistencia, flexibilidad y coordinación permitiendo que el adulto mayor sea capaz de llevar una vida cotidiana independiente y autónoma.
- Valorar la importancia de la práctica continua y programada de una actividad física acorde a tu edad y capacidades adquiridas.

Realizaremos actividades como:

- Caminatas, circuitos, bailes grupales y en parejas, localizada, salsa, juegos e intercambios con otros grupos

Taller de Coro

En este taller te proponemos:

- Generar un espacio de contención artístico, donde cada uno pueda soltarse y dejarse emocionar.
- Aprender música, de la forma más práctica, involucrándose en la elección de repertorio y debatiendo sobre los contenidos de las canciones elegidas.
- Asimilar técnicas de calentamiento de la voz, importantes para la salud vocal de los coreutas, y para concientizar la respiración.
- Tener presentaciones en teatros, escuelas, asilos, para ganar confianza en el escenario, poder transmitir la alegría de cantar y el mensaje de las canciones.

Diseño de Objetos y Técnicas Decorativas

En este taller te proponemos:

- Buscar la apertura y exploración del mundo interno, utilizando diferentes recursos plásticos como medios expresivos: Collage, Estampado, Dorado a la hoja, Esmerilado, Craquelado, Marbling, Transferencia, Pátinas, Falsos acabados, Mandalas en papel, madera, hilos, lana y nociones sobre lenguajes artísticos: pintura, escultura, grabado.
- Desplegar capacidades creativas y expresivas, compartiendo esta búsqueda en el intercambio con otros que a su vez estimulan y enriquecen.
- Promover el reciclaje como vía de sustentabilidad que permite ahorro y creatividad.
- Conocer las manifestaciones más destacadas de la historia del arte: escultura, pintura y arquitectura, para conocer los principales estilos.
- Planificación de la pintura colectiva de un mural que será realizado en un espacio público de la ciudad de San Luis.

Creativa-mente: Taller de Arte

En este taller te proponemos:

- Potenciar la creatividad y la capacidad estética y artística experimentando con diversos materiales (Papel, lana, revistas, tela, etc.) y diversas técnicas (pintura, dibujo, tejido, bordado, origamis, etc.)
- Efectuar debates, charlas y reflexiones sobre temas emergentes en el grupo relacionados con la salud, la autoestima y el bienestar
- Realizar actividades socio comunitarias tales como: exposiciones de lo producido en el taller, brindar talleres a la comunidad donde se muestre el manejo de técnicas, construcción de un trabajo colectivo frente a algún tema de interés; actividades solidarias en alguna institución de la ciudad por ej.: origamis para niños hospitalizados y/o de organizaciones sociocomunitarias (merenderos, comedores)

Ajedrez: Jaque Mate al Aburrimiento

En este taller te proponemos:

- Aprender a jugar ajedrez promoviendo el desarrollo integral y la formación en valores, el compañerismo, la solidaridad, la colaboración, la amistad
- Aprender las diferentes técnicas del juego: movimientos de las piezas, evaluación de la posición, tácticas y estrategias, aperturas, secretos del medio juego y técnicas del final.
- Desarrollar con el juego la atención, la concentración, la memoria, el razonamiento lógico matemático, el análisis y la resolución de problemas
- Conocer aspectos culturales relativos al ajedrez
- Orientar el tiempo de ocio hacia actividades constructivas y creativas.
- Compartir el desafío del juego con grupos pertenecientes a otras instituciones

Jardinería y Huerta

En este taller te proponemos:

- Contactarnos en el oficio de la jardinería y la huerta
- Aplicar técnicas de reproducción vegetal
- Manejar ecológicamente plagas
- Conocer teórica y prácticamente aspectos sobre la creación y manejo de el jardín y la huerta
- Realizar talleres sobre la temática en contextos socio-comunitarios que los requieran.

Cine

En este taller te proponemos:

- Descubrir el mundo audiovisual y sus posibilidades.
- Rever la historia y cultura mundial a través de los ojos del cine.
- Fomentar la creación literaria a través de recursos preestablecidos.
- Estimular la imaginación a través de ejercicios de creación.
- Exponer las producciones en diferentes ámbitos de la comunidad.}}

Hacé Radio: Palabras Mayores

En este taller te proponemos:

- Representar de forma creativa dentro del ámbito de la radio diversas expresiones literarias, transformándolas en nuevos textos acordes al formato radial
- Fortalecer del desarrollo de la expresión oral y la comunicación.
- Lograr las bases de una técnica vocal adecuada, partiendo del conocimiento del riesgo vocal; abuso y mal uso vocal.
- Aprender diferentes tonalidades de la voz, interpretar la lectura dándole distintos matices a fines de comunicar de modo motivadora a través de este medio de comunicación.
- Romper el silencio y transformarlo en comunicación plena a través del micrófono para poder abrirse a la sociedad y posibilitar la integración a ella.
- Promover la realización de proyectos de comunicación comunitaria.

Literatura Infantil y Juvenil

En este taller te proponemos:

- La realización de ejercicios destinados a fomentar la creación y recreación de obras literarias en forma oral.
- Promover la literatura infantil y juvenil como capital artístico cultural de la sociedad, posible de ser apreciada por todas las personas.
- Realizar encuentros de lectura en diversos espacios socioculturales.

Italia y su Idioma

En este taller te proponemos

- Desarrollar las capacidades de comprensión auditiva y de lectura
- Adquirir competencias de interacción oral y de expresión escrita
- Conocer los diferentes aspectos de la cultura italiana

El Cuerpo: Una agradable vivencia sensorio-emocional

En este taller te proponemos:

- Estimular de las funciones cognitivas en general desde los sistemas sensorio motrices, el esquema corporal, el acompañamiento de sistemas emocionales con divertidas dinámicas grupales en la cual los participantes sean activos en el aprendizaje y vivencias sensoriales.
- Favorecer la integración global desde la subjetividad, las emociones, las vivencias, la mente, las destrezas y habilidades a fin de favorecer la autoestima, la sensación de logro y aumentar la sensación de bienestar.
- Buscar la estimulación y activación cerebral a través de la vivencia y reconocimiento de sensaciones corporales.
- Estimular la motivación, la comunicación, la participación en grupo, estimular el humor a través de las actividades y la transferencia a la vida cotidiana.

Taller Inteligencia Emocional

En este taller te proponemos:

- Generar un espacio para reflexionar sobre nuestra vida cotidiana, desde las emociones.
- Promover el buen humor, fortalecimiento de las defensas de salud y un caminar hacia el futuro construyendo calidad de vida
- Promover la salud desde técnicas como la respiración conciente, visualización, relajación entre otras
- Posibilitar disminuir los niveles de estrés.

El ser inteligentes emocionalmente lleva un proceso de autoconocimiento para poder realizar los cambios que necesitamos para vivir mejor.

Plantas Medicinales y Productos de la Colmena

En este taller te proponemos:

- Conocer de plantas medicinales, su origen, sus aplicaciones, sus usos y las precauciones que se deben tener al utilizarlas
- Recuperar un conocimiento adquirido por miles de años por la humanidad, transmitido por nuestros ancestros y validados en la actualidad por la investigación
- Conocer los productos de la colmena (miel, jalea real, polen, propóleo....) y su uso en la alimentación, cosmética, industria y en prevención y/o curación de diversas dolencias.
- Investigar la presencia de antioxidantes, a los que se les atribuyen acciones medicamentosas de gran importancia.
- Realizar talleres sobre la temática en contextos socio-comunitarios que los requieran.

Taller de Folclore Achachila

En este taller te proponemos:

- Recuperar el sentido folklórico de las danzas populares más reconocidas del país.
- Reflexionar sobre el origen de las danzas y la representación social que expresan.
- Aprovechar los desplazamientos de la danza para mejorar los movimientos básicos del cuerpo.
- Desarrollar, mediante el baile, un espíritu de compañerismo que les permita con el tiempo lograr la armonía y unión grupal.
- Reconocer los diferentes tipos de vestimentas, peinados y calzados, según regiones y tradiciones lugareñas.
- Participar activamente de presentaciones en público representando a la Universidad en diferentes eventos, festejos populares y/o fechas patrias.

Vejez sin Soledad

En este taller te proponemos:

- Fomentar el envejecimiento activo, promoviendo la inclusión e integración social a través de actividades recreativas y de ocio, generando una mejor calidad de vida.
- Proponer actividades socio-culturales, recreativas, artísticas, físicas, con la intención de desarrollar intervenciones encaminadas a promover y/o conservar el vigor físico e intelectual.
- Potenciar y fomentar las relaciones interpersonales, la solidaridad y la cooperación.
- Promover nuevos espacios para el ocio y tiempo libre realizando actividades grupales y encuentros programados (Mateadas, caminatas, charlas informales, visitas, y otras).

Inglés I

En este taller te proponemos:

- Un espacio en el que puedas incorporar conocimientos básicos con respecto a la gramática, semántica, vocabulario y sintaxis de la lengua inglesa.

Realizaremos

- Clases dinámicas, centradas en la adquisición de recursos y conocimientos teóricos-prácticos mediante la redacción de textos, párrafos y actividades lúdicas; todo ello en un ambiente de compañerismo, respeto y generación de vínculos afectivos que trascienden al ámbito académico.

Inglés II y III

En estos talleres te proponemos:

- Continuar con el aprendizaje progresivo del idioma a través de la introducción de nuevos conceptos y conocimientos en gramática, vocabulario y expresiones idiomáticas.

Conversación en Inglés

En este taller te proponemos:

- Brindar a los adultos mayores que previamente han adquiridos los conocimientos básicos de la lengua inglesa, un espacio que les permita establecer conversaciones espontaneas.

Realizaremos actividades como:

- Visita de nativos de habla inglesa, actividades lúdicas, lectura de libros, dramatización, entre otras.