



APRENDER
para comprender.



CONVIVIR
para crecer juntos.



TRANSFORMAR
para construir futuro.

DOSSIER DE *Talleres*

EXPERIENCIAS EDUCATIVAS
PARA APRENDER, CONVIVIR Y CRECER



TELÉFONO
650232297



CORREO ELECTRÓNICO
noaformacion.info@gmail.com



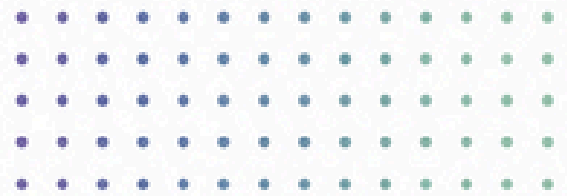
REDES SOCIALES
www.noaformacion.es



Educamos hoy, transformamos el mañana.



PRESENTACIÓN DEL PROYECTO



Este catálogo reúne una propuesta de talleres educativos diseñada para dar respuesta a algunos de los principales **retos sociales y educativos actuales**: el bienestar emocional, la convivencia, la igualdad, la competencia digital, los hábitos saludables, la inclusión y el desarrollo personal y social de la infancia y la juventud.



Las actividades se caracterizan por una **metodología activa y participativa** basada en el aprendizaje experiencial, la gamificación, el trabajo cooperativo y la reflexión compartida, favoreciendo que el alumnado se convierta en protagonista de su propio aprendizaje y participe de forma significativa en cada experiencia.



Uno de los principales **elementos diferenciadores** del proyecto es la **integración de contenidos educativos y preventivos** en formatos innovadores y motivadores, adaptados a las características e intereses de cada etapa evolutiva. El catálogo combina propuestas vinculadas al desarrollo emocional, la educación afectiva, la ciudadanía digital, la inteligencia artificial, la inclusión o la promoción de hábitos saludables, ofreciendo una **respuesta integral** a las necesidades de los centros y las administraciones públicas.



La **versatilidad** de las propuestas permite su **adaptación a diferentes contextos**, pudiendo desarrollarse como actividades puntuales, programas temáticos, semanas culturales o actuaciones vinculadas a planes y proyectos educativos específicos.



¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?



Centros de Educación Infantil, Primaria y Secundaria.



Ayuntamientos y concejalías de Educación, Igualdad, Juventud, Cultura y Servicios Sociales.



AMPAs y asociaciones de familias.



Entidades sociales y organizaciones del tercer sector.



Programas de convivencia, bienestar emocional, igualdad e inclusión.



El objetivo final de esta propuesta es ofrecer **experiencias educativas de calidad** que contribuyan al **desarrollo integral** del alumnado y favorezcan la construcción de **entornos más saludables, inclusivos e igualitarios**.

IDENTIDAD DEL PROYECTO

*Experiencias educativas innovadoras
para aprender, convivir y crecer.*

CATÁLOGO DE TALLERES



Teléfono: 650232297
Correo: noaformacion.info@gmail.com
Web / Redes sociales: www.noaformacion.es

■ INFANTIL Y PRIMARIA

Taller	Edad	Duración	Objetivo general
Distintas estrellas, misma luz	5-11 años	55 min	Igualdad, diversidad y autoestima mediante cuento-yoga.
La fábrica de las risas perdidas	5-12 años	55 min	Gestión emocional positiva mediante humor y risoterapia.
La tribu de la luz	5-11 años	55 min	Autoestima y reconocimiento del valor personal.
Mi corazón flamenco	4-11 años	55 min	Inteligencia emocional a través del flamenco y la expresión artística.
La liga de las emociones	4-11 años	55 min	Reconocimiento y regulación emocional.
Construyendo corazones	4-11 años	55 min	Buenos tratos y relaciones saludables.
Espejito, espejito... ¿quién brilla más?	5-11 años	55 min	Autoconcepto y autoestima.
Aventura de hábitos saludables	5-12 años	2 horas	Hábitos saludables y autocuidado.
Las manos también cantan	5-12 años	4-8 sesiones · 90 min	Lengua de Signos Española e inclusión.
Cuento Yoga: historias que se viven con el cuerpo	3-12 años	60 min	Movimiento, creatividad y bienestar emocional.

■ JUVENTUD

Taller	Edad	Duración	Objetivo general
Misión Venus: descifrando el lenguaje humano del amor	12-18 años	55 min	Educación afectiva y comunicación saludable.
¿Quién forjó tu armadura?	12-18 años	55 min	Autoestima y pensamiento crítico.
¿Quién conduce tu autobús?	12-18 años	55 min	Responsabilidad y toma de decisiones.
Viaje al país de los blancos	12-18 años	55 min	Empatía e interculturalidad.
La escalera de la igualdad	12-18 años	55 min	Igualdad y prevención de estereotipos.

IA para estudiantes del siglo XXI	12-21 años	55 min	Uso educativo y responsable de la inteligencia artificial.
Encuentra tu Ikigai	13-18 años	55 min	Propósito vital y orientación personal.
Higiene digital	10-18 años	3 sesiones · 60 min	Bienestar y seguridad digital.
Ponte en mis zapatillas	12-18 años	60 min	Empatía, escucha activa y convivencia.
Escape Room de supervivencia afectiva	12-21 años	2 sesiones · 55 min	Prevención y relaciones afectivas saludables.
K-Pop Academy: Encuentra tu voz	8-14 años	55 min	Asertividad y comunicación.
¿Bailamos?	Juventud / Intergeneracional	55 min	Conexión y aprendizaje entre generaciones.

DISTINTAS ESTRELLAS, MISMA LUZ

PARA LA IGUALDAD Y LA DIVERSIDAD

Todas somos *diferentes*,
todas *brillamos igual*.

A través del cuento y el yoga, descubrimos que nuestras diferencias nos enriquecen y que todas tenemos el mismo valor.



DIRIGIDO A
Niños y niñas de 5 a 11 años.



DURACIÓN
1 sesión de 55 minutos.



PRECIO
45 € por sesión.



GRUPOS
Adaptables según el centro o entidad organizadora.

LA HISTORIA

Un grupo de estrellas muy diferentes emprende un viaje para descubrir que, aunque no se parecen entre sí, todas tienen algo único que aportar.

Al final del camino, comprenden que...

cada estrella es diferente, pero todas iluminan con la misma luz.

¿QUÉ TRABAJAREMOS?



Un cuento educativo y motivador sobre la igualdad, la diversidad y la autoestima.



Iniciación al yoga infantil de forma lúdica y adaptada.



Posturas de yoga en pareja y en grupo que fomentan la cooperación.



Dinámicas de confianza, apoyo mutuo y respeto.



Reflexión final para interiorizar el mensaje del cuento.

POSTURAS QUE CONECTAN Y CORAZONES QUE BRILLAN



VALORES QUE DESARROLLAMOS



IGUALDAD



RESPECTO



EMPATÍA



INCLUSIÓN



COOPERACIÓN



AUTOESTIMA



DIVERSIDAD

BENEFICIOS

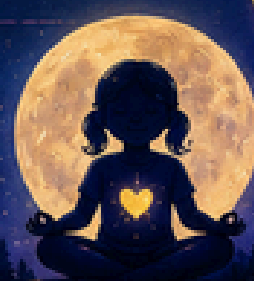
- ★ Promueve la igualdad de género desde edades tempranas.
- ★ Favorece la autoestima y la identidad personal.
- ★ Mejora la coordinación, la flexibilidad y la conciencia corporal.

- ★ Desarrolla habilidades sociales y de convivencia.
- ★ Fomenta la empatía y el respeto hacia los demás.
- ★ Potencia la gestión emocional y la relajación.

IDEAL PARA

- ★ Colegios y centros educativos
- ★ Ayuntamientos y concejalías de igualdad
- ★ Programas de igualdad y coeducación
- ★ Escuelas de verano
- ★ AMPAs y asociaciones
- ★ Actividades del 8M, 25N y otras fechas señaladas

Hay muchas formas de brillar, pero todas iluminan el mundo.



TALLER DE RISOTERAPIA

La fábrica de las risas perdidas

Una misión para devolver la alegría al mundo



DIRIGIDO A
Niños y niñas de 5 a 12 años



DURACIÓN
1 sesión de 55 minutos



PRECIO
45 € por sesión



GRUPOS
De 10 a 25 participantes



OBJETIVO PRINCIPAL



Favorecer el bienestar emocional, la cohesión grupal y la expresión positiva de las emociones mediante el juego, el humor y la risoterapia.

¿QUÉ CONSEGUIREMOS?



Mejorar la expresión de las emociones.



Aumentar la autoestima y la confianza.



Favorecer la cooperación y el trabajo en equipo.



Reducir el estrés y las tensiones.



Descubrir el poder positivo de la risa.

VALORES QUE DESARROLLAMOS



ALEGRÍA



EMPATÍA



COOPERACIÓN



RESPECTO



CREATIVIDAD



BIENESTAR EMOCIONAL

LAS 3 MISIONES

1



EL ESPEJO LOCO

Imitamos gestos y expresiones exageradas en pareja.

2



EL IDIOMA EXTRATERRESTRE

Comunicamos frases divertidas solo con gestos y sonidos.

3



LA GRAN TORMENTA DE LAS RISAS

Contagiamos risas de mil formas hasta llenar la fábrica de alegría.

Cuando superamos las 3 misiones...



¡La fábrica vuelve a brillar!

IDEAL PARA



- ★ Colegios
- ★ Ayuntamientos
- ★ Escuelas de verano
- ★ AMPAs
- ★ Programas de convivencia
- ★ Actividades infantiles

La risa también se entrena



TALLER

LA TRIBU DE LA LUZ

La gratitud también brilla

EXPRESAMOS LO QUE AGRADECEMOS
A TRAVÉS DEL ARTE, LA LUZ Y EL TRABAJO EN EQUIPO

¡CREA, AGRADECE
Y HAZ BRILLAR
TU TRIBU!

DIRIGIDO A
NIÑOS Y NIÑAS
DE 5 A 11 AÑOS



DURACIÓN

1 sesión de
55 minutos



PRECIO

45 €
por sesión



GRUPOS

Equipos de
5 a 8 participantes



OBJETIVO PRINCIPAL

Fomentar la gratitud, el pensamiento positivo
y el reconocimiento de las personas y situaciones
importantes de nuestra vida a través del arte
fluorescente, la luz LED y el trabajo en equipo.

¿CÓMO SERÁ EL TALLER?

1 CREA TU TRIBU LUMINOSA

Cada equipo elige un animal
y se caracteriza con pintura
fluorescente. ¡La luz LED
hará que brille!



2 DIBUJA LO QUE AGRADES

Cada tribu recibe un reto
diferente sobre la gratitud y
crea un dibujo o mural con
materiales fluorescentes.



3 ILUMINA EL MUNDO CON TU EQUIPO

Todos los equipos presentan
sus obras y se realiza la
coevaluación para elegir a la
tribu más luminosa.



VALORES QUE DESARROLLAMOS



Gratitud



Empatía



Autoestima



Respeto



Cooperación



Creatividad

VALORES QUE DESARROLLAMOS



Gratitud



Empatía



Autoestima



Respeto



Cooperación



Creatividad



Bienestar emocional



Pensamiento positivo

IDEAL PARA



Colegios



Ayuntamientos



Escuelas de verano



AMPAs



Programas de convivencia



Programas de bienestar emocional

LAS TRIBUS LUMINOSAS



LEONES
DE LA LUZ



ZORROS
BRILLANTES



PANDAS
LUMINOSOS



DELFINES
DE LA
GRATITUD



BÚHOS
DE LA LUZ



TORTUGAS
ESTRELLA

¡PINTAMOS NUESTRAS CARAS CON MOTIVOS DE NUESTRO ANIMAL
Y COMENZAMOS LA AVENTURA!

LA COMPETICIÓN LUMINOSA

Los equipos se coevalúan entre sí según estos criterios:



Originalidad



Creatividad



Trabajo en equipo



Representación del valor



Transmite emociones positivas

Cada categoría otorga **PULSERAS LUMINOSAS DE LA GRATITUD**.
¡La tribu que consiga más pulseras será la ganadora!



PREMIO FINAL



LA TRIBU GANADORA SERÁ
¡GUARDIANA DE LA LUZ!
TODOS LOS PARTICIPANTES
SE LLEVAN SUS PULSERAS
COMO RECUERDO DE QUE
LA GRATITUD SIEMPRE BRILLA.

VALORES QUE DESARROLLAMOS



Gratitud



Empatía



Autoestima



Respeto



Cooperación



Creatividad



Bienestar emocional



Pensamiento positivo

IDEAL PARA



Colegios



Ayuntamientos



Escuelas de verano



AMPAs



Programas de convivencia



Programas de bienestar emocional

LAS COSAS QUE AGRADECEMOS, SON LAS QUE MÁS BRILLAN.



TALLER Mi corazón flamenco

DESCUBRIENDO LAS EMOCIONES
A TRAVÉS DEL COMPÁS,
EL MOVIMIENTO Y LA MÚSICA

Porque las emociones
también tienen compás. 



EL FLAMENCO
NOS AYUDA A
SENTIR, EXPRESAR
Y COMPRENDER
LO QUE LLEVAMOS
DENTRO.



DIRIGIDO A

Niños y niñas
de 4 a 11 años



DURACIÓN

1 sesión de
55 minutos



PRECIO

45 €
por sesión



OBJETIVO PRINCIPAL

Desarrollar la inteligencia emocional mediante el flamenco, utilizando el ritmo, la música y la expresión corporal como herramientas para reconocer, expresar y gestionar las emociones.

¿CÓMO SERÁ EL TALLER?

1 ESCUCHA TU EMOCIÓN



Escuchamos diferentes
palos del flamenco y
descubrimos qué emoción
nos transmiten.

2 SIENTE EL COMPÁS



A través del ritmo, la percusión
corporal y el movimiento,
conectamos con la emoción
que sentimos.

3 EXPRESA TU DUENDE



Cada grupo representa su emoción
con un baile, una canción o una
creación colectiva llena de
expresión y creatividad.

¿QUÉ CONSEGUIREMOS?

- Identificar emociones a través de la música y el ritmo.
- Expresar sentimientos mediante el movimiento y la expresión corporal.
- Favorecer la escucha activa y la atención.
- Potenciar la autoestima y la confianza.
- Desarrollar la empatía y la cooperación.
- Aprender estrategias de regulación emocional.



VALORES QUE DESARROLLAMOS



Inteligencia
emocional



Autoestima



Creatividad



Empatía



Expresión
corporal



Respeto y
cooperación

PRODUCTO FINAL

EL MURAL DEL DUENDE EMOCIONAL

Cada participante aporta un color,
un ritmo o un movimiento que representa
una emoción. Entre todos creamos un
gran mural colectivo lleno de duende,
emociones y compases.



IDEAL PARA



Colegios y centros educativos



Ayuntamientos



Programas del Día del Flamenco



Escuelas de verano



AMPAs



Programas de bienestar
emocional y convivencia

Cada emoción tiene su ritmo, cada niño su propio duende. 

TALLER

LA LIGA DE LAS EMOCIONES

CONOCE, COMPRENDE Y EXPRESA LO QUE SIENTES

TODAS LAS EMOCIONES TIENEN UN PODER



6 EMOCIONES, 6 EQUIPOS, 1 MISIÓN: ¡ENTENDERSE MEJOR!



ALEGRÍA

Me hace brillar y me conecta con lo positivo.



TRISTEZA

Me invita a parar, pedir ayuda y soltar.



IRA

Me alerta cuando algo no es justo. Aprendo a expresarla.



IEDO

Me protege y me ayuda a ser valiente.



ASCO

Me ayuda a poner límites y cuidarme.



SORPRESA

Me abre a lo nuevo y me llena de curiosidad.



DIRIGIDO A

Niñas y niños de 4 a 11 años



DURACIÓN

1 sesión de 55 minutos



PRECIO

45 € por sesión



OBJETIVO GENERAL

Desarrollar la inteligencia emocional ayudando a los niños y niñas a reconocer, comprender y expresar sus emociones de forma saludable, fomentando la empatía y la convivencia.

¿QUÉ HAREMOS?

A través de un divertido juego de rol por equipos, cada grupo se convierte en un personaje de la Liga de las Emociones. Juntos vivirán aventuras, resolverán retos y aprenderán estrategias para gestionar lo que sienten.

1 CONOCE A TU EMOCIÓN



Descubrimos qué siente cada emoción, para qué sirve y cómo se manifiesta.

2 CONVIÉRTETE EN TU PERSONAJE



En equipos, cada grupo se transforma en su emoción: diseñan su identidad, lema y súper poderes.

3 LA GRAN MISIÓN EMOCIONAL



Superamos retos y situaciones de la vida real para aprender a expresar y regular nuestras emociones.

¿QUÉ CONSEGUIREMOS?

- ✓ Reconocer las emociones básicas.
- ✓ Expresarlas de forma adecuada.
- ✓ Comprender que todas son útiles y necesarias.
- ✓ Desarrollar empatía y escucha activa.
- ✓ Mejorar la convivencia y las habilidades sociales.
- ✓ Favorecer la autorregulación emocional.

VALORES QUE DESARROLLAMOS

- ♥ Inteligencia emocional
- ♥ Empatía
- ♥ Respeto
- ♥ Comunicación
- ♥ Cooperación
- ♥ Autoconocimiento



PRODUCTO FINAL

EL MAPA EMOCIONAL

Cada equipo aporta una estrategia, consejo o herramienta para gestionar su emoción, creando entre todos un gran mapa emocional que podremos llevarnos al corazón.



IDEAL PARA

- Escuelas
- Ayuntamientos
- Escuelas de verano
- AMPAs
- Programas de convivencia
- Programas de bienestar emocional



ENTENDER LO QUE SENTIMOS,

NOS HACE MÁS FUERTES



TALLER

CONSTRUYENDO CORAZONES

EL AMOR QUE NOS HACE CRECER

Aprendiendo a reconocer los buenos tratos y a construir relaciones sanas.



DIRIGIDO A

Niñas de 4 a 11 años



DURACIÓN

1 sesión de 55 minutos



PRECIO

45 € por sesión



OBJETIVO PRINCIPAL

Fomentar una visión saludable del afecto, el respeto y el cuidado mutuo, ayudando a identificar las características de las relaciones sanas y los buenos tratos desde la infancia.



VALORES QUE DESARROLLAMOS

- ♥ Respeto
- ♥ Empatía
- ♥ Autoestima
- ♥ Comunicación
- ♥ Confianza
- ♥ Cooperación
- ♥ Afectividad positiva

¿CÓMO SERÁ EL TALLER?

- 1 Descubre los ingredientes del buen trato



- 2 Construimos nuestro corazón saludable



- 3 El jardín de los corazones



IDEAL PARA



COLEGIOS



AYUNTAMIENTOS



ESCUELAS DE VERANO



AMPAS



PROGRAMAS DE CONVIVENCIA Y BIENESTAR EMOCIONAL



PROGRAMAS DEL 8M

Querer bien es escuchar, respetar, apoyar y cuidar. ¡Juntas hacemos que nuestros vínculos brillen!



TALLER ESPEJITO, ESPEJITO... ¿QUIÉN BRILLA MÁS?

Descubriendo la magia
que cada persona
lleva dentro

Un taller divertido y emocionante para fortalecer la **autoestima**, reconocer nuestras cualidades y aprender a **valorarnos** tal y como somos.



¡TÚ
TIENES ALGO
ÚNICO QUE
TE HACE
ESPECIAL!



DIRIGIDO A

Niños y niñas
de 5 a 11 años



DURACIÓN

1 sesión de
55 minutos



PRECIO

45 €
por sesión



OBJETIVO PRINCIPAL

Fortalecer la autoestima, el autoconcepto y la confianza personal, ayudando a niños y niñas a descubrir su valor único más allá de la apariencia física.



VALORES QUE DESARROLLAMOS

- ♥ Autoestima
- ♥ Respeto
- ♥ Empatía
- ♥ Confianza
- ♥ Diversidad

¿QUÉ CONSEGUIREMOS?



Reconocer nuestras fortalezas y cualidades.



Valorar nuestra individualidad y nuestra propia esencia.



Desarrollar una imagen positiva de nosotros mismos.



Fomentar el respeto y el reconocimiento hacia los demás.



Potenciar la confianza y la seguridad personal.

¿CÓMO SERÁ EL TALLER?



DESCUBRE TU SUPERPODER

Exploraremos nuestras cualidades, talentos y todo aquello que nos hace únicos.



MIRA MÁS ALLÁ DEL ESPEJO

Reflexionaremos sobre la belleza real: la que no se ve, pero se siente y se comparte.



HAZ BRILLAR A LOS DEMÁS

Aprenderemos a valorar, animar y reconocer lo mejor de nuestros compañeros y compañeras.

Eres único.
Eres increíble.
Eres suficiente.

IDEAL PARA:



Colegios y centros educativos



Ayuntamientos y programas municipales



Escuelas de verano y ludotecas



Programas de bienestar emocional y convivencia



AMPAs y asociaciones



NO SE TRATA DE SER EL MÁS GUAPO O LA MÁS GUAPA,
SE TRATA DE **BRILLAR SIENDO TÚ MISMO O MISMA.**





× 250

AVENTURA DE HÁBITOS SALUDABLES

PARA NIÑOS
Y NIÑAS DE
5 A 12 AÑOS

EN EL UNIVERSO DE LOS
VIDEOJUEGOS DE PLATAFORMAS

EXPLORA.
APRENDE.
SUPÉRATE.
¡DISFRUTA!

★ PEQUEÑOS HÉROES, GRANDES HÁBITOS, MEJOR FUTURO ★

★ PRESENTACIÓN DEL TALLER

Esta aventura convertirá a los niños y niñas en protagonistas de un videojuego educativo donde cada misión superada les acerca al tesoro más importante: una vida saludable.

A través de retos, juegos cooperativos y pruebas emocionantes, aprenderán de forma divertida a cuidar su cuerpo, su mente y su entorno, integrando hábitos saludables en su día a día.

★ OBJETIVOS DEL TALLER

- ★ Fomentar hábitos saludables de alimentación, hidratación y actividad física.
- ★ Promover el descanso adecuado y la higiene personal como pilares del bienestar.
- ★ Favorecer el uso equilibrado y responsable de las pantallas.
- ★ Desarrollar la motivación, la autonomía y la autoestima a través del juego y la superación.
- ★ Trabajar valores como la cooperación, el respeto y la responsabilidad.

★ ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Niños y niñas de 5 a 12 años.

Ideal para actividades municipales, escolares, ludotecas, campamentos, asociaciones y programas de bienestar infantil.

★ DURACIÓN

Una sesión de 2 horas
(adaptable a diferentes contextos).

LA AVENTURA: 6 MISIONES PARA UN GRAN TESORO



1 ALIMENTACIÓN PODEROSA

Elige alimentos que te dan energía. Frutas, verduras y menús coloridos.



2 HIDRATACIÓN HEROICA

Cada gota cuenta: aprendemos a beber agua y mantenemos hidratados.



3 ENERGÍA EN MOVIMIENTO

Salta, corre, supera obstáculos y descubre lo divertido que es moverse cada día.



4 DESCANSO REPARADOR

Recarga tu energía con un buen sueño. Misión: dormir para crecer y sentirse bien.



5 HIGIENE Y AUTOCUIDADO

Pequeños gestos que te hacen grande. ¡Tu bienestar empieza por ti!



6 PANTALLAS BAJO CONTROL

Usa la tecnología a tu favor. Equilibrio, tiempo y diversión sin excesos.

¿CÓMO ES EL TALLER?



Dinámico y participativo
Juegos, retos y pruebas cooperativas.



Aprendizaje significativo
Contenidos adaptados a su edad con ejemplos cotidianos.



Gamificación educativa
Puntos, insignias, estrellas y recompensas saludables.



Ambiente positivo
Fomentamos la autoestima, la empatía y el trabajo en equipo.

METODOLOGÍA

Metodología activa, vivencial y lúdica basada en el juego, el aprendizaje cooperativo y la gamificación. Cada niño y niña avanza en su aventura personal mientras colabora con su equipo para completar misiones y ganar el gran tesoro: una vida saludable!



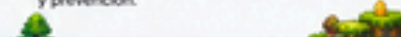
¿QUÉ INCLUYE?

- ★ Materiales didácticos y visuales.
- ★ Escenografía temática.
- ★ Dinámicas y juegos gamificados.
- ★ Diploma de "Héroe/heroína Saludable".
- ★ Informe final para el centro o entidad organizadora.



BENEFICIOS PARA EL MUNICIPIO Y LAS ENTIDADES

- ★ Promueve el bienestar infantil.
- ★ Fomenta hábitos saludables desde la infancia.
- ★ Potencia valores de convivencia y respeto.
- ★ Actividad educativa, divertida e innovadora.
- ★ Alineado con programas de salud, educación y prevención.



¡PREPARA TU MOCHILA Y COMIENZA LA AVENTURA!

Un taller inolvidable donde jugar, aprender y crecer es la mejor recompensa. Porque cuidar de hoy es construir un mañana saludable.

¿ACEPTAS EL RETO?



JUGAMOS



APRENDEMOS



NOS CUIDAMOS



SOMOS HÉROES DE NUESTRA SALUD



LAS MANOS TAMBIÉN CANTAN

TALLER DE LENGUA DE SIGNOS ESPAÑOLA



Aprendemos a comunicarnos



Descubrimos la diversidad



Creamos juntos



¡Y lo cantamos con las manos!



INCLUSIÓN
EXPRESIÓN
RESPECTO
COMUNICACIÓN

CREAMOS UN
DICCIONARIO
ILUSTRADO DE LSE



Y UNA CANCIÓN
SIGNADA QUE
NOS UNE



APRENDEMOS • COMPARTIMOS • CREAMOS • CANTAMOS • INCLUIMOS

DESCRIPCIÓN DEL TALLER

"Las manos también cantan" es un taller inclusivo y participativo que acerca la Lengua de Signos Española (LSE) a la infancia a través del juego, la creatividad y el trabajo cooperativo.

Durante el taller, el alumnado aprenderá vocabulario básico relacionado con su entorno, conocerá la comunidad sorda y elaborará dos productos finales significativos:

- Un diccionario cooperativo ilustrado de LSE.
- Una canción signada colectiva.

El proyecto promueve la comunicación, la empatía, la inclusión y el respeto a la diversidad.

OBJETIVOS

- Conocer y utilizar vocabulario básico en LSE.
- Fomentar el respeto y la empatía hacia las personas sordas.
- Promover la inclusión y la accesibilidad comunicativa.
- Desarrollar la expresión corporal y la comunicación no verbal.
- Potenciar el trabajo cooperativo y la responsabilidad compartida.
- Estimular la creatividad a través de actividades artísticas.
- Mejorar las habilidades sociales y comunicativas.
- Crear productos colectivos con valor educativo y social.

DESTINATARIOS

Niños y niñas de entre 5 y 12 años.
Adaptable a Educación Infantil y Primaria.
Número recomendado de participantes:
15 a 30 alumnos/as.

CONTENIDOS

- Introducción a la comunidad sorda y a la LSE.
- Saludos, expresiones básicas y alfabeto dactilológico.
- Vocabulario básico por campos semánticos.
- Expresión corporal y comunicación no verbal.
- Interpretación artística mediante canción signada.

METODOLOGÍA

Metodologías activas, participativas y cooperativas: aprendizaje basado en proyectos, gamificación, aprendizaje experiencial y educación inclusiva. El alumnado trabaja en grupos cooperativos, cada uno responsable de un campo semántico, favoreciendo la interdependencia positiva y la responsabilidad individual y grupal.

CAMPOS SEMÁNTICOS (GRUPOS)

- 1 Animales
- 2 Emociones
- 3 Familia
- 4 Alimentos
- 5 Colegio
- 6 Colores y números

PRODUCTOS FINALES

1 DICCIONARIO COOPERATIVO ILUSTRADO DE LSE

Cada entrada incluirá:

- Palabra escrita.
- Dibujo realizado por el alumnado.
- Fotografía del signo.
- Palabra en dactilológico.
- Frase sencilla de ejemplo.
- Categoría semántica.



2 CANCIÓN SIGNADA COLECTIVA

Interpretaremos juntos una canción utilizando los signos aprendidos.

Canción recomendada:
"Color Esperanza" - Diego Torres

METODOLOGÍA DE GRUPO

Dentro de cada grupo se asignan roles cooperativos que pueden ser:

- Ilustrador/a
- Signante
- Escritor/a
- Coordinador/a
- Portavoz

SECUENCIACIÓN (8 SESIONES DE 90 MINUTOS)

- 1 Presentación de la LSE y la comunidad sorda. Juegos de sensibilización. Saludos y alfabeto dactilológico.
- 2 Aprendizaje de nuevo vocabulario. Explicación de los campos semánticos y formación de grupos.
- 3 Práctica de signos del campo asignado. Elaboración de dibujos.
- 4 Profundización en el vocabulario. Juegos y dinámicas cooperativas.
- 5 Realización de fotografías de los signos. Organización de las fichas del diccionario.
- 6 Montaje y finalización del diccionario cooperativo. Revisión conjunta.
- 7 Aprendizaje y ensayo de la canción signada. Puesta en común y práctica.
- 8 Ensayo general. Exposición del diccionario. Actuación final y acto de clausura.

90 minutos por sesión

DURACIÓN Y PRECIOS

MODALIDAD COMPLETA "LAS MANOS TAMBIÉN CANTAN"

8 sesiones de 90 minutos
12 horas presenciales
2 productos finales
Diccionario + Canción signada

540 €
(material incluido)

MODALIDAD REDUCIDA "DESCUBRIENDO LA LSE"

4 sesiones de 90 minutos
6 horas presenciales
1 producto final a elegir:
Diccionario O Canción signada

270 €
(material incluido)

El precio incluye todo el material necesario para el desarrollo del taller y la elaboración de los productos finales.

RECURSOS INCLUIDOS

- Material fungible (cartulinas, folios, rotuladores, lápices de colores, tijeras, pegamento, etc.).
- Fichas y recursos didácticos propios.
- Cámara / dispositivo para fotografías.
- Impresión de fotografías.
- Encuadernación del diccionario.
- Material para la puesta en escena de la canción.
- Diplomas de participación.



¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

- Ayuntamientos y Concejalías (educación, igualdad, cultura, juventud).
- Asociaciones y entidades sociales.
- AMPAs y centros educativos.
- Bibliotecas, escuelas de verano, campamentos y ludotecas.



COMUNICAR SIN BARRERAS, INCLUIR CON EL CORAZÓN



CUENTO YOGA

HISTORIAS QUE SE VIVEN CON EL CUERPO

Un taller de movimiento, imaginación y bienestar para la infancia

A través de cuentos llenos de aventuras, los niños y niñas exploran posturas de yoga, respiración y valores positivos mientras se divierten, se relajan y desarrollan su creatividad.



Escuchamos una historia



Vivimos el cuento con posturas de yoga



Trabajamos emociones y valores



Creamos y expresamos nuestra historia

OBJETIVOS

- Favorecer la expresión corporal y emocional.
- Mejorar la atención, la concentración y la escucha activa.
- Desarrollar el esquema corporal y la coordinación motriz.
- Fomentar hábitos de relajación y bienestar.
- Estimular la creatividad y la imaginación.
- Potenciar la autoestima y la confianza.
- Promover la convivencia, la cooperación y el respeto.

¿CÓMO ES LA SESIÓN?

1 VIVIMOS EL CUENTO 35 min.

Proyectamos y narramos un cuento yoga mientras los participantes realizan las posturas y ejercicios de respiración que aparecen en la historia.



2 CREAMOS NUESTRA HISTORIA 25 min.

Realizamos una actividad creativa relacionada con las posturas y personajes del cuento:

- Colorear.
- Crear personajes o escenarios.
- Inventar un pequeño cuento.
- Compartir y celebrar...



BENEFICIOS



Mejora la atención y la concentración.



Reduce el estrés y la ansiedad.



Desarrolla la coordinación, la flexibilidad y el equilibrio.



Fomenta la autoestima y la seguridad personal.



Promueve valores como el respeto, la empatía y la cooperación.



Despierta la creatividad y la imaginación.

DURACIÓN

1 sesión de 60 minutos

35 min. Cuento yoga

25 min. Actividad creativa y cierre



DESTINATARIOS

Educación Infantil (3-6 años) y Educación Primaria (6-12 años)

Adaptable a escuelas de verano, ludotecas, actividades familiares e intergeneracionales.



INCLUYE

- Cuento yoga digital proyectado.
- Materiales para las actividades creativas.
- Fichas y recursos didácticos.
- Material fungible necesario.



¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

- Ayuntamientos y Concejalías (Educación, Igualdad, Juventud, Cultura, Familia).
- Bibliotecas municipales.
- Centros educativos y AMPAs.
- Ludotecas y escuelas de verano.
- Asociaciones y entidades juveniles y familiares.



PRECIO

Tarifa profesional

45 €/hora

Precio final del taller:

45 €

(material incluido)



Un cuento, un respiro,
un movimiento para crecer.



Relajación



Movimiento



Emociones



Creatividad



Conexión

APRENDAMOS
JUGANDO,
CRECEMOS
SINTIENDO
Y DISFRUTAMOS
MOVIÉNDONOS.

MISIÓN VENUS: DESCIFRANDO EL LENGUAJE HUMANO DEL AMOR

Para entender a los humanos
primero hay que aprender su idioma.

Quizá el problema
no es que no te quieran...
sino que estáis
hablando idiomas
diferentes.



DIRIGIDO A

Adolescentes de 12 a 18 años



DURACIÓN

1 sesión de 55 minutos



PRECIO

45 € por sesión



GRUPOS

De 4 a 6 participantes

OBJETIVO PRINCIPAL

Favorecer la inteligencia emocional, la empatía y la comunicación interpersonal mediante la comprensión de las diferentes formas de expresar y recibir afecto, apoyo y reconocimiento.



¿QUÉ CONSEGUIREMOS?

- ♥ Comprender que las personas expresan el cariño de formas diferentes.
- ♥ Mejorar la comunicación.
- ♥ Favorecer la empatía.
- ♥ Reducir malentendidos y conflictos.
- ♥ Potenciar relaciones más saludables.
- ♥ Aprender a expresar nuestras necesidades emocionales.



LOS CINCO CÓDIGOS HUMANOS



**PALABRAS
QUE CONSTRUYEN**



**TIEMPO
COMPARTIDO**



**PEQUEÑOS
DETALLES**



**AYUDA
Y APOYO**



**CERCANÍA
Y AFECTO**

VALORES QUE DESARROLLAMOS



EMPATÍA



COMUNICACIÓN



RESPECTO



ESCUCHA
ACTIVA



ASERTIVIDAD



INTELIGENCIA
EMOCIONAL



COOPERACIÓN



CONEXIÓN
HUMANA

IDEAL PARA

- ★ Institutos
- ★ Programas de convivencia
- ★ Tutorías
- ★ Ayuntamientos
- ★ Escuelas de verano juveniles
- ★ Programas de bienestar emocional



Entender es el primer paso para conectar.



¿QUIÉN FORJÓ TU ARMADURA?

Descubre los mensajes que llevas puestos y decide cuáles quieres conservar.

“No elegiste todas las piezas de tu armadura, pero sí puedes decidir cuáles quieres conservar.”



DIRIGIDO A

Adolescentes de 12 a 18 años



DURACIÓN

1 sesión de 55 minutos



PRECIO

45 € por sesión



GRUPOS

De 4 a 6 participantes

OBJETIVO PRINCIPAL

Favorecer una autoestima saludable y una percepción positiva de la autoeficacia mediante la identificación y el análisis de los mensajes externos e internos que han contribuido a construir el autoconcepto del adolescente.



LA METÁFORA

Imaginamos que cada persona lleva una armadura invisible. Con el tiempo, las palabras que escuchamos se convierten en piezas que nos protegen... o que nos pesan. En este taller aprenderemos a reconocerlas y decidir qué armadura queremos construir.



¿QUÉ TRABAJAREMOS?



Identificar mensajes positivos y negativos de nuestro entorno y diálogo interno.



Comprender cómo influyen en nuestro autoconcepto y en la imagen que tenemos de nosotros mismos.



Fortalecer la autoestima y la confianza personal a través del reconocimiento de nuestras cualidades y logros.



Desarrollar la percepción de autoeficacia: creer en nuestras capacidades para alcanzar metas.



Reforzar el pensamiento crítico para decidir qué mensajes queremos conservar y cuáles transformar o soltar.

¿QUÉ BENEFICIOS OBTENDREMOS?

- ✓ Mejorar la autoestima y el autoconcepto.
- ✓ Aumentar la confianza en nuestras capacidades.
- ✓ Aprender a identificar creencias limitantes.
- ✓ Reducir la influencia de mensajes negativos.
- ✓ Tomar decisiones más conscientes sobre cómo nos hablamos y cómo nos tratamos.
- ✓ Impulsar la motivación y la resiliencia ante los retos.
- ✓ Construir una identidad más auténtica y positiva.



VALORES QUE DESARROLLAMOS



Autoestima



Autoconocimiento



Resiliencia



Pensamiento crítico



Autoeficacia



Autonomía



Empatía



Aceptación personal

IDEAL PARA

- ♥ Institutos de Educación Secundaria.
- ♥ Ayuntamientos y áreas de juventud.
- ♥ Programas de bienestar emocional y tutorías.
- ♥ Escuelas de verano y campamentos juveniles.
- ♥ Programas de prevención en salud mental.



INCLUYE

- ★ Cuento introductorio motivador.
- ★ Materiales diseñados para la reflexión individual.
- ★ Dinámicas de reflexión personal y puesta en común (voluntaria).
- ★ Guía para la reflexión final y cierre positivo.



“Tu armadura cuenta tu historia, pero tú decides cómo quieres seguir escribiéndola.”



¿QUIÉN CONDUCE TU AUTOBÚS?

DIRIGIDO A
ADOLESCENTES
DE 12 A 18 AÑOS



TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA

Aprende a dirigir tu vida aunque
algunos pensamientos hagan mucho ruido.



DIRIGIDO A
Adolescentes de
12 a 18 años



DURACIÓN
1 sesión de
55 minutos



PRECIO
45 €
por sesión



GRUPOS
Equipos de
4 a 6 participantes



OBJETIVO PRINCIPAL



Desarrollar la inteligencia emocional, el pensamiento crítico y estrategias de reestructuración cognitiva que permitan a los adolescentes identificar pensamientos limitantes y tomar decisiones alineadas con sus valores y objetivos personales.

LA METÁFORA



Tu mente es un autobús y los pensamientos son los pasajeros. Algunos gritan, se quejan y quieren decidir por ti, pero tú eres el conductor. Puedes escucharlos sin dejar que conduzcan tu vida.

¿CÓMO SERÁ EL TALLER?

1 RECONOCE Y ESCUCHA



- Identificarás los pensamientos que suelen aparecer en tu día a día.
- Aprenderás a diferenciarlos de la realidad.
- Descubrirás cómo influyen en tus emociones, conductas y decisiones.

2 REFLEXIONA Y REESTRUCTURA



- Detectarás distorsiones cognitivas habituales.
- Aprenderás a cuestionar pensamientos que te limitan.
- Transformarás esos pensamientos en ideas más realistas, útiles y constructivas.

3 TOMA EL VOLANTE



- Tomarás decisiones alineadas con tus valores y metas personales.
- Practicarás estrategias para gestionar pensamientos difíciles.
- Diseñarás tu ruta personal hacia lo que realmente te importa.

DINÁMICA GAMIFICADA



Trabajarás en equipos para superar retos y situaciones reales de la vida adolescente.

- ✓ Identificaréis pensamientos que aparecen en cada situación.
- ✓ Detectaréis distorsiones cognitivas.
- ✓ Reformularéis pensamientos de manera más útil.
- ✓ Elegiréis la mejor decisión como conductores.



¡Ganaréis puntos, insignias y combustible emocional para avanzar en vuestro viaje!

¿QUÉ CONSEGUIREMOS?



- ✓ Identificar pensamientos automáticos negativos.
- ✓ Diferenciar pensamiento y realidad.
- ✓ Desarrollar estrategias de regulación emocional.
- ✓ Mejorar la autoestima y la autoconfianza.
- ✓ Tomar decisiones coherentes con tus valores.
- ✓ Aumentar tu bienestar emocional.

No se trata de eliminar pensamientos, sino de decidir quién lleva el volante.



VALORES QUE TRABAJAMOS



INTELIGENCIA EMOCIONAL



AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOESTIMA



RESPONSABILIDAD Y AUTONOMÍA



PENSAMIENTO CRÍTICO



RESILIENCIA

IDEAL PARA

- ★ Institutos y centros educativos
- ★ Ayuntamientos y áreas de juventud
- ★ Programas de bienestar emocional
- ★ Escuelas de verano juveniles
- ★ Programas de prevención en salud mental



ESCUCHA A TUS PENSAMIENTOS, PERO NO LES DEJES CONDUCIR.



TALLER

VIAJE AL PAÍS DE LOS BLANCOS

¿QUÉ HARÍAS SI TUVIERAS QUE EMPEZAR DE NUEVO CON SOLO 30 EUROS?

PONTE EN SU LUGAR,
COMPRENDE SU HISTORIA,
CAMBIA TU MIRADA.

DIRIGIDO A
JÓVENES DE
12 A 18 AÑOS



DURACIÓN

1 sesión de
55 minutos



PRECIO

45 €
por sesión



GRUPOS

Equipos de
4 a 6 participantes



OBJETIVO PRINCIPAL

Fomentar el pensamiento crítico, la empatía y la comprensión de las dificultades que afrontan muchas personas migrantes al llegar a un nuevo país.

LA MISIÓN

Cada equipo representa a una persona o familia que acaba de llegar a un país desconocido en busca de una vida mejor.

SOLO DISPONÉIS DE:

- 30 EUROS
- UNA PEQUEÑA MALETA con recursos limitados
- UN DESTINO ASIGNADO al azar

A partir de aquí, tendréis que decidir:

- ✓ Dónde dormir la primera noche
- ✓ Cómo alimentaros
- ✓ Qué necesidades son prioritarias
- ✓ Qué gastos pueden esperar
- ✓ Cómo buscar trabajo o apoyo
- ✓ Qué dificultades pueden surgir por el idioma, la burocracia o el desconocimiento del entorno



¿CÓMO SERÁ EL TALLER?

1 RECIBE TU DESTINO Y TU MALETA



Descubriréis vuestro destino al azar y los recursos con los que contáis para empezar de cero.

2 TOMA DECISIONES PARA SOBREVIVIR



Planificaréis vuestros gastos y tomaréis decisiones difíciles para cubrir vuestras necesidades básicas.

3 REFLEXIONA SOBRE EL VIAJE



Pondremos en común lo vivido y reflexionaremos sobre las emociones, los obstáculos y los aprendizajes.

¿QUÉ CONSEGUIREMOS?

- ♥ Comprender las dificultades de los procesos migratorios.
- ♥ Desarrollar empatía hacia las personas migrantes.
- ♥ Reflexionar sobre los privilegios y las desigualdades.
- ♥ Favorecer el pensamiento crítico.
- ♥ Aprender a tomar decisiones con recursos limitados.
- ♥ Valorar la importancia de la solidaridad y el apoyo comunitario.

EVALUACIÓN Y REFLEXIÓN

Cada equipo presentará su experiencia y reflexionaremos juntos sobre preguntas clave:

- ¿Qué ha sido lo más difícil de vuestro viaje?
- ¿Qué necesidades eran realmente urgentes?
- ¿Qué obstáculos os habéis encontrado?
- ¿Cómo nos sentiríamos en esa situación?
- ¿Qué podemos hacer para construir una sociedad más justa e inclusiva?



VALORES QUE TRABAJAMOS



EMPATÍA



SOLIDARIDAD



RESPECTO
INTERCULTURAL



JUSTICIA
SOCIAL



COOPERACIÓN



INCLUSIÓN



PENSAMIENTO
CRÍTICO

IDEAL PARA

- ★ Institutos y centros educativos
- ★ Ayuntamientos y áreas de juventud
- ★ Programas de convivencia e interculturalidad
- ★ Escuelas de verano juveniles
- ★ Actividades de derechos humanos y ciudadanía global

"No se trata de ir a su lugar, sino de entender su camino y construir juntos un mundo más humano."

UN TALLER QUE DEJA HUELLA

Más que un juego, una experiencia que abre los ojos, toca el corazón y genera ciudadanos más conscientes, críticos y solidarios.

ESPERANZA

TALLER LA ESCALERA DE LA IGUALDAD

Subiendo peldaños hacia
una sociedad más justa
e igualitaria



DECIDO MI FUTURO
TENGO LAS MISMAS
OPORTUNIDADES
MI VOZ CUENTA
SIN ESTEREOTIPOS,
SIN LÍMITES
IGUALDAD REAL,
SOCIEDAD MEJOR

Cada paso
cuenta.
Cada opinión
transforma.



DIRIGIDO A
JÓVENES DE
12 A 18 AÑOS



DURACIÓN
1 SESIÓN DE
55 MINUTOS



PRECIO
45 €
POR SESIÓN



OBJETIVO PRINCIPAL
Reflexionar sobre cómo los
estereotipos y las desigualdades
de género influyen en las distintas
etapas de la vida y promover
una mirada crítica, empática
e igualitaria.



**VALORES QUE
DESARROLLAMOS**

- ♥ Igualdad
- ♥ Respeto
- ♥ Empatía
- ♥ Pensamiento crítico
- ♥ Participación

¿QUÉ CONSEGUIREMOS?



IDENTIFICAR
Estereotipos y
situaciones de
desigualdad que
están presentes
en nuestro día a día.



COMPRENDER
Cómo estas situaciones
afectan a las decisiones,
oportunidades y
proyectos de vida de
las personas.



CUESTIONAR
Ideas preconcebidas
y prejuicios que
limitan la libertad
y la igualdad real.



REFLEXIONAR
Sobre diferentes
puntos de vista para
construir una mirada
más justa y empática.



IMPULSAR
El respeto, la escucha
activa y el diálogo
como herramientas
de cambio social.

“

No se trata de pensar igual,
sino de construir un mundo donde todas las personas
tengan las **mismas oportunidades**.

”



INSTITUTOS Y
CENTROS EDUCATIVOS



AYUNTAMIENTOS Y
ÁREAS DE IGUALDAD

IDEAL PARA:



PROGRAMAS DEL 8M
Y FECHAS SEÑALADAS



PROGRAMAS DE
CONVIVENCIA



CASAS DE JUVENTUD
Y SERVICIOS SOCIALES



LA IGUALDAD NO ES UNA IDEA LEJANA, ES UNA ELECCIÓN DIARIA.
SUBAMOS JUNTOS **CADA PELDAÑO**.



La IA
no te sustituye,
te potencia.

IA PARA ESTUDIANTES DEL SIGLO XXI

APRENDE A ESTUDIAR MEJOR
CON INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Un taller práctico y dinámico para convertir
la inteligencia artificial en tu mejor aliada
de estudio.



DIRIGIDO A
JÓVENES DE
12 A 21 AÑOS



DURACIÓN
1 SESIÓN DE
55 MINUTOS



OBJETIVO PRINCIPAL

Desarrollar un uso responsable,
ético y eficaz de la IA para
mejorar tus técnicas de estudio,
la comprensión y la organización
del aprendizaje.



PRECIO
45 €
POR SESIÓN

¿CÓMO SERÁ EL TALLER?

1

RESUME Y COMPRENDE



- Elabora resúmenes automáticos.
- Extrae ideas principales.
- Simplifica textos complejos.
- Adapta contenidos a tu nivel.

Menos tiempo, más comprensión.

2

ORGANIZA Y VISUALIZA



- Crea mapas conceptuales.
- Diseña esquemas y tablas.
- Aplica visual thinking.
- Organiza la información de forma clara y creativa.

Transforma la información
en aprendizaje.

3

DISEÑA TU ASISTENTE DE ESTUDIO



- Genera preguntas tipo examen.
- Crea autoevaluaciones.
- Planifica tu estudio.
- Obtén explicaciones alternativas cuando no entiendes algo.

Tu IA, tu estilo, tu éxito.

PRODUCTO FINAL ✨ MI KIT DE ESTUDIO CON IA

Cada participante se llevará su guía
personal con herramientas, ideas y
estrategias para usar la IA de forma
responsable, ética y eficaz.

- ✓ Prompts útiles
- ✓ Herramientas top
- ✓ Ideas y estrategias
- ✓ Consejos éticos
- ✓ ¡Y mucho más!



COMPETENCIAS QUE TRABAJAMOS

- Competencia digital
- Aprender a aprender
- Pensamiento crítico
- Comunicación lingüística
- Competencia emprendedora

VALORES QUE DESARROLLAMOS

- Autonomía y organización
- Creatividad
- Responsabilidad digital
- Curiosidad
- Confianza en uno mismo



Tu futuro empieza
con lo que aprendes hoy.



PRÁCTICO



VISUAL



DINÁMICO



ÚTIL



INNOVADOR

LA IA ES LA HERRAMIENTA.
TÚ ERES EL PROTAGONISTA.

"Tu propósito
es el mapa.
Tú decides
el camino."

TALLER ENCUENTRA TU

IKIGAI

DESCUBRE TU PROPÓSITO,
DESARROLLA TU POTENCIAL,
DISEÑA TU FUTURO.

Un taller vivencial para descubrir lo que
te apasiona, identificar tus talentos y
conectar con tu propósito de vida.

El **ikigai** es
la razón por la que
merece la pena
levantarse cada
mañana.



DIRIGIDO A
JÓVENES DE
13 A 18 AÑOS



DURACIÓN
1 SESIÓN DE
55 MINUTOS



OBJETIVO PRINCIPAL

Descubrir tu propósito,
desarrollar tus talentos
y potenciar tu mejor versión.



PRECIO
45 €
POR SESIÓN

¿CÓMO SERÁ EL TALLER?

1

DESCUBRE
QUIÉN SOY



2

CONECTA
TU IKIGAI



3

ACTÚA
TU MAPA POTENCIAL



PRODUCTO FINAL MI BRÚJULA DEL FUTURO

Cada participante se lleva
su dossier personal con:

- ✓ Sus fortalezas
- ✓ Sus intereses
- ✓ Sus valores
- ✓ Su ikigai personal
- ✓ Su plan de acción



COMPETENCIAS QUE TRABAJAMOS



Personal, social
y de aprender
a aprender



Emprendedora



Ciudadana

VALORES QUE FORTALECEMOS



Autoconocimiento



Autoestima



Motivación



Perseverancia



Responsabilidad



"Tú tienes el poder
de crear la vida que
quieres vivir."

CONÓCETE. CONÉCTATE. ACTÚA. TU FUTURO EMPIEZA HOY.



TALLER DE HIGIENE DIGITAL



PROTEGE TU MUNDO DIGITAL

Un taller gamificado para aprender a usar la tecnología de forma saludable, segura y responsable.

¿QUÉ ES?



Un taller práctico y gamificado en el que los participantes se convierten en Guardianes Digitales y superan misiones para proteger su identidad digital y su bienestar online.



OBJETIVO PRINCIPAL

Fomentar el hábito saludable de las redes sociales, la ciberseguridad y el uso responsable de la tecnología.



CIBERSEGURIDAD



BIENESTAR
DIGITAL



USO
RESPONSABLE



DECISIONES
SEGURAS



DIRIGIDO A

Niños y niñas
a partir de 10 años
hasta 18 años.



DURACIÓN

3 SESIONES
DE 1 HORA



PRECIO

45 €
POR SESIÓN



MEJOR CONECTADOS,
MÁS SEGUROS, MÁS FELICES.



APRENDE • PROTEGE • DECIDE • CONÉCTATE CON LO QUE IMPORTA



PONTE EN MIS ZAPATILLAS

CUENTO YOGA EN PAREJA
PARA LA EMPATÍA Y LA CONVIVENCIA

Un cuento que se vive,
posturas que se comparten,
emociones que se comprenden. 



Una experiencia de yoga cooperativo en pareja para descubrir la empatía, la escucha activa y el apoyo mutuo a través del movimiento y la narrativa.



OBJETIVOS

- ♥ Desarrollar la empatía y la capacidad de ponerse en el lugar del otro.
- ♥ Favorecer la convivencia positiva y las relaciones saludables.
- ♥ Mejorar la escucha activa y la comunicación interpersonal.
- ♥ Potenciar el respeto hacia las emociones y experiencias ajenas.
- ♥ Fomentar el apoyo mutuo y la cooperación.
- ♥ Promover el bienestar emocional y la conciencia corporal.
- ♥ Iniciarse en el yoga como herramienta de regulación emocional y bienestar.



¿CÓMO ES LA SESIÓN?



ACOGIDA Y CONEXIÓN

Dinámica inicial y breve práctica de respiración para centrar cuerpo y mente.



EL CUENTO QUE NOS UNE

Una historia cercana a la adolescencia que presenta situaciones cotidianas y desafíos emocionales.



YOGA EN PAREJA

Posturas de yoga cooperativo en pareja que nos invitan a comprender, acompañar y confiar en el otro.



REFLEXIÓN COMPARTIDA

Un espacio para compartir cómo nos hemos sentido y qué hemos aprendido sobre empatía y convivencia.



¿QUÉ TRABAJAMOS?



EMPATÍA

Para comprender mejor lo que sienten los demás.



ESCUCHA ACTIVA

Para aprender a escuchar más allá de las palabras.



APOYO MUTUO

Para acompañarnos y ayudarnos a construir relaciones sanas.



RESPECTO

Para valorar y aceptar nuestras diferencias.

No se trata de pensar como el otro, sino de sentir con el corazón abierto. 



DURACIÓN

1 sesión
de 60 minutos

- 10 min Acogida y conexión
- 35 min Desarrollo del cuento y yoga en pareja
- 10 min Reflexión compartida
- 5 min Cierre y despedida



DESTINATARIOS

- Alumnado de ESO
- Bachillerato
- Programas municipales de juventud
- Asociaciones juveniles

Edad recomendada:
12 a 18 años 



INCLUYE

- ✓ Narrativa digital proyectada
- ✓ Materiales para las dinámicas cooperativas
- ✓ Recursos de educación emocional adaptados a la adolescencia



¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

- Ayuntamientos y concejalías de Juventud, Educación e Igualdad
- Institutos de Educación Secundaria
- Asociaciones juveniles
- Programas de convivencia escolar
- AMPA's y comunidades educativas



PRECIO

Duración: 60 minutos
Tarifa profesional:
45 €/hora

PRECIO FINAL:

45 €
(material incluido) 

A través del cuento y del yoga en pareja, los adolescentes viven en primera persona el poder de comprender al otro, de escuchar sin juzgar y de apoyarse para crecer juntos. Una experiencia que deja huella.





ESCAPE ROOM DE SUPERVIVENCIA AFECTIVA

APRENDE · REFLEXIONA · ACTÚA · CONSTRUYE

Un taller vivencial y educativo para desarrollar relaciones sanas, detectar señales de riesgo y fortalecer la autoestima, la empatía y el respeto.



Dirigido a jóvenes de 12 a 21 años



¿QUÉ ES?

Una experiencia inmersiva basada en la gamificación y el aprendizaje cooperativo en la que los participantes deberán superar diferentes retos para "escapar" y convertirse en verdaderos supervivientes afectivos.

A través del juego, la reflexión y el trabajo en equipo, adquieren herramientas para construir relaciones respetuosas, libres y sanas.

OBJETIVOS

- ✓ Identificar conductas de riesgo en las relaciones afectivas.
- ✓ Promover relaciones sanas basadas en el respeto y la confianza.
- ✓ Desarrollar habilidades emocionales y sociales.
- ✓ Fomentar la autoestima y el autocuidado.
- ✓ Analizar críticamente los mitos del amor romántico.
- ✓ Potenciar la comunicación asertiva y la toma de decisiones responsables.



METODOLOGÍA

Aprendizaje cooperativo y gamificación en un entorno dinámico y participativo.



Trabajo en equipo



Retos y enigmas



Reflexión y debate



COMPETENCIAS QUE DESARROLLA

- Competencia personal, social y de aprender a aprender
- Competencia ciudadana
- Competencia en comunicación lingüística
- Competencia digital
- Competencia emprendedora

3 MISIONES PARA UNA MISIÓN COMÚN

1

DETECTIVES DE LAS BANDERAS ROJAS

Identifican y clasifican situaciones cotidianas, chats y comportamientos de riesgo. Conocen conceptos clave para poner nombre a lo que no siempre se ve.



2

REESCRIBIENDO LA HISTORIA

Representan diferentes situaciones y las transforman para mostrar cómo se vería una relación basada en el respeto, la confianza y la igualdad.



3

EL KIT DE SUPERVIVENCIA AFECTIVA

Construyen su propio kit con los elementos esenciales para cuidar y mantener relaciones sanas. Comprenden qué necesitan para estar bien y hacer bien a los demás.



DURACIÓN

2 sesiones de 55-60 minutos (2 horas en total)



DESTINATARIOS

Adolescentes y jóvenes de 12 a 21 años.

Adaptable a ESO, Bachillerato, FP y programas juveniles.



¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

- Ayuntamientos y Concejalías (Igualdad, Juventud, Educación).
- Institutos de Educación Secundaria.
- Asociaciones juveniles y asociaciones de mujeres.
- Centros de información juvenil.



INCLUYE

- ✓ Materiales didácticos y elementos del escape room.
- ✓ Guía para el profesorado o entidad organizadora.
- ✓ Producto final colectivo.
- ✓ Diplomas de participación.

**BUENAS RELACIONES.
MEJORES DECISIONES.
UN FUTURO MÁS LIBRE.**



Respeto



Comunicación



Confianza



Libertad



Autocuidado

**PORQUE EL AMOR SANO
NO ES UN JUEGO...
PERO APRENDER SÍ PUEDE SERLO.**

CONVIÉRTETE EN
EL
IDOL
DE LA
COMUNICACIÓN
POSITIVA

K-POP ACADEMY

ENCUENTRA TU VOZ

TALLER DE ASERTIVIDAD
A RITMO DE K-POP

TRAINEE

MISIÓN:
APRENDER A
EXPRESARTE
CON CONFIANZA,
RESPECTO Y
SEGURIDAD

TU VOZ
IMPORTA

DILO CON
RESPECTO,
¡ESCÚCHATE
Y ESCÚCHA!

SHINE
YOUR
VOICE



DIRIGIDO A
NIÑOS Y NIÑAS
DE 8 A 14 AÑOS



DURACIÓN
55 MINUTOS



TRABAJO EN EQUIPO,
CONFIANZA Y COMUNICACIÓN
PARA BRILLAR JUNTOS

¿DE QUÉ TRATA ESTA MISIÓN?

En esta academia K-Pop, no basta con cantar y bailar. Para debutar como grupo, deberéis aprender la habilidad más importante: saber comunicar lo que pensáis y sentís de forma clara, respetuosa y segura.

Superad las pruebas, ganad vuestras insignias y conviértete en el grupo debutado en comunicación asertiva.



OBJETIVOS

- ★ Comprender qué es la comunicación asertiva.
- ★ Diferenciar entre comunicación pasiva, agresiva y asertiva.
- ★ Aprender a expresar opiniones y emociones con respeto.
- ★ Practicar el uso del "no" de forma adecuada.
- ★ Mejorar la confianza y la autoestima.



TU PASAPORTE IDOL

Consigue los 4 sellos de la comunicación y podrás debutar como un verdadero idol.



EXPRESA
TU VOZ



PON LÍMITES
CON RESPECTO



ESCUCHA
ACTIVAMENTE



RESUELVE
CONFLICTOS

¡Completa tu pasaporte y obtén tu **RANGO DEBUTADO EN COMUNICACIÓN ASERTIVA!**

LAS PRUEBAS DE LA ACADEMIA

1 AUDICIÓN INICIAL

5 min

Conócete y descubre tu estilo de comunicación. ¿Eres pasivo, agresivo o asertivo?



2 MISIÓN 1

10 min

LOS TRES ESTILOS DE IDOL

Analiza situaciones reales de la academia y clasifícalas en pasivas, agresivas o asertivas.



3 MISIÓN 2

15 min

ENTRENAMIENTO DEL TRAINEE

Crea respuestas asertivas a diferentes situaciones usando la fórmula: "Yo siento... cuando... y me gustaría..."



4 MISIÓN 3

10 min

FAN COMMENTS

Responde a comentarios positivos, negativos o injustos de forma asertiva, como un verdadero idol.



5 SHOWCASE FINAL

10 min

DEBUT OFICIAL

Representa tu situación y demuestra tu respuesta asertiva. Gana tus insignias y debutas como grupo.



VALORES QUE TRABAJAMOS



Respeto



Empatía



Escucha activa



Confianza



Autoestima

¿QUÉ CONSEGUIREMOS?

- ✓ Expresarnos sin miedo.
- ✓ Decir "no" cuando lo necesitamos.
- ✓ Resolver conflictos con respeto.
- ✓ Trabajar en equipo y apoyarnos.
- ✓ Aumentar nuestra seguridad personal.



IDEAL PARA

- Centros educativos
- Ayuntamientos y áreas de juventud
- Programas de convivencia
- Prevención del acoso escolar
- Actividades extraescolares

TU VOZ TIENE PODER.



¡ENTRÉNALA, ÚSALA Y BRILLA!

¿Bailamos?

Del baile de la plaza
al primer mensaje:
cómo han cambiado las
formas de conocernos.

Antes era
un baile...

Las formas cambian.
La necesidad de conectar,
no.

Ahora puede
ser un mensaje...



DIRIGIDO A

Personas jóvenes y
personas mayores.

Equipos intergeneracionales
mixtos.



DURACIÓN

1 sesión
de 55 minutos.



PRECIO

45 €
por sesión.



GRUPOS

De 6 a 8 participantes
por equipo.

¿QUÉ EXPLORAREMOS?



EL PODER DE LA IMAGEN

- La primera impresión.
- Los cánones de belleza.
- Redes sociales, filtros y autoestima.
- La presión estética antes y ahora.



LAS FORMAS DE LIGAR

- Bailes y fiestas populares.
- Cartas y llamadas telefónicas.
- Messenger, WhatsApp y redes sociales.
- Aplicaciones y comunicación digital.



LO QUE NO HA CAMBIADO

- La necesidad de sentirse querido.
- El respeto, la confianza y la comunicación.
- La importancia de la autenticidad.

¿QUÉ CONSEGUIREMOS?



Comprender cómo han
evolucionado las relaciones
personales.



Favorecer la empatía entre
generaciones.



Reflexionar sobre el papel
de la imagen en la actualidad.



Desarrollar pensamiento crítico
sobre los modelos de belleza.



Identificar elementos esenciales
para relaciones saludables.



VALORES QUE DESARROLLAMOS



Respeto intergeneracional



Empatía



Pensamiento crítico



Autoestima



Comunicación



Escucha activa



Igualdad

IDEAL PARA



Ayuntamientos y Concejalías de Juventud,
Mayores e Igualdad.



Programas intergeneracionales y de convivencia.



Institutos y centros educativos.



Centros de participación activa y asociaciones.



Escuelas de verano y actividades comunitarias.



Porque cada generación
tiene su forma de amar,
pero todas buscan lo mismo:
sentirse importantes para
alguien.



COMPRENDER



ESCUCHAR



RESPETAR



CONECTAR



COMPARTIR



CONFIAMOS EN LA *educación*

COMO MOTOR DE CAMBIO



APRENDER

para comprender.



CONVIVIR

para crecer juntos.



TRANSFORMAR

para construir futuro.



INSPIRAR

para dejar huella.



CONECTAR

para cambiar
realidades.



650232297



noaformacion.info@gmail.com



www.noaformacion.es