FUNDACIÓN NO SOMOS INVISIBLES

Proyecto CERCLE

Fundación No Somos Invisibles

CONTENIDO

- Sobre el proyecto
- Justificación del proyecto
- Actividades
- Teambuildings
- Beneficios del programa
- Colabora con Cercle
- Contacto

SOBRE EL PROYECTO

El proyecto **CERCLE es un itinerario de desarrollo personal enfocado en el autoconocimiento**, a través de una serie de actividades que alcanzan diferentes aspectos de la persona: físico, emocional, intelectual, cultural y artístico.

Está especialmente diseñado **para personas con Parálisis Cerebral y otras discapacidades físicas severas (PC/DFS)**, pero **abierto a toda la comunidad.**

Las actividades que propone, **responden a las necesidades e inquietudes de las personas con PC/DFS** de la Fundación NSI, **creando espacios de convivencia e inclusión** al permitir la participación de cualquier persona interesada en compartir esta experiencia con nuestro grupo de participantes. Esta característica comporta **importantes beneficios tanto para las personas con PC/DFS como para la comunidad.**

Las actividades se ofrecen **gratuitas** y las personas interesadas podrán inscribirse al número de actividades que deseen hasta que se agoten las plazas.

Las actividades se realizarán **en el barrio de Bellvitge en L'Hospitalet de Llobregat,** pero están **abiertas a cualquier persona del área metropolitana y cercanías.**

JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

La **parálisis cerebral es una lesión irreversible** que ocurre antes de los tres años de vida, **afectando**, principalmente, **el movimiento, la postura y el habla,** lo que **genera una gran dependencia y escasas oportunidades de integración social.**

CERCLE se dirige a personas adultas con PC/DFS con más de un 65% de discapacidad y un alto grado de dependencia para las las actividades de la vida diaria, ofreciendo actividades que promueven su desarrollo personal, bienestar, empoderamiento e inclusión social.

La carencia de actividades y de espacios adecuados donde poder desarrollarse y realizarse como personas **es la principal barrera que tienen** actualmente, impidiéndolas tener una vida plena y sentirse parte activa de la comunidad.

La Fundación NSI diseña **estas actividades en colaboración con las personas con PC/DFS**, adaptándolas a sus necesidades y **fomentando la participación comunitaria, la inclusión social, mejorando su calidad de vida y su visibilización.**

ACTIVIDADES

Las actividades del programa **CERCLE abarcan distintos aspectos de la persona: físico, emocional, intelectual, cultural y artístico, y crean espacios de convivencia** entre personas con y sin discapacidad.

Yoga adaptado

Los Martes

CINEFORUM

Cineforum

Taller de Arte

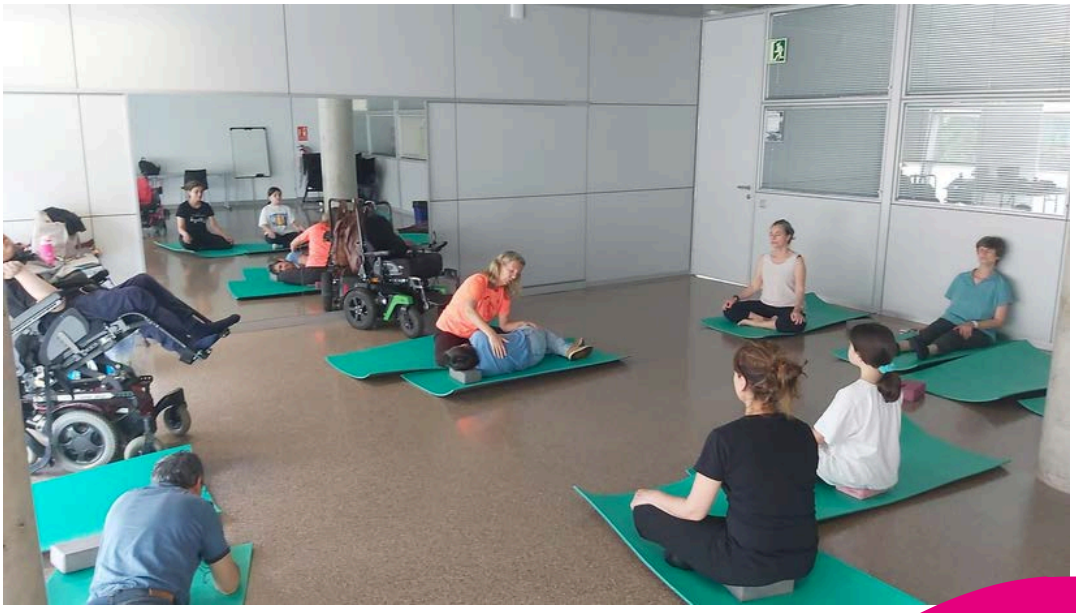
Art-NSI

Salidas culturales

YOGA ADAPTADO

Dos sesiones semanales de Kundalini yoga adaptado. En este tipo de yoga, conocido como el yoga de la conciencia, aparte del ejercicio físico, se utilizan técnicas de respiración, relajación, mantras, meditación y mudras.

La finalidad de las sesiones es conseguir un espacio donde tanto el cuerpo como la mente, puedan romper la tensión acumulada para así abrirse a nuevas posibilidades.



Actividad abierta a 12 personas con PC/DFS con apoyo individual y 8 personas sin discapacidad.

LOS MARTES

En esta actividad, que se realiza los martes, exploramos diferentes temas de interés para el grupo participante.

Basándonos en los intereses y preocupaciones recogidos, se escogen 6 temas sobre los cuales se analiza información, contando con la intervención de una persona experta en el tema, para después reflexionar y sacar conclusiones que quedan reflejadas en un artículo publicado en el blog.

Actividad abierta a 12 personas con PC/DFS y 6 personas sin discapacidad.

CINEFÓRUM

Actividad mensual que parte de un espacio lúdico y de reflexión sobre aspectos significativos en nuestras vidas, tomando como punto de partida un contenido audiovisual, seguido de un debate.

El objetivo de las sesiones es trabajar el pensamiento crítico, la gestión emocional, la comunicación activa y asertiva, la capacidad de atención y concentración, el silencio, el respeto a otras personas, la actitud constructiva y la participación.

Actividad abierta a 12 personas con PC/DFS y a la comunidad

TALLER DE ARTE

Un espacio concebido, sobre todo, para explorar el lenguaje personal de cada participante. Mediante diferentes técnicas y lenguajes expresivos, se busca que todas las personas encuentren y potencien su singularidad y perspectiva.

Art-NSI

Actividad abierta a 15 personas con PC/DFS y 5 personas sin discapacidad.

SALIDAS CULTURALES

Salidas mensuales programadas y escogidas por las personas participantes para ser partícipes y descubrir nuevos espacios de interacción y de inspiración. Tener la cultura como parte de nuestra vida diaria puede beneficiarnos de muchas maneras diferentes, algunas de las cuales son profundamente personales.

Es una fuente para disfrutar, y puede proporcionar experiencias emotivas e intelectuales que nos conectan, que nos ayudan a crecer y a compartir.

La actividad está abierta a todas las personas que participan al proyecto.

TEAMBUILDINGS

CERCLE ofrece 2 actividades de **Teambuildings para empresas**, en las que compartimos la actividad de yoga y el taller de Arte con el personal de la organización:

- Inhala / Exhala
- Taller: Todos y todas pintamos

TEAMBUILDING

BENEFICIOS DEL PROGRAMA

- Potencia el **autoconocimiento y la autoestima**.
- Fomenta la **conciencia corporal**.
- Estimula el **pensamiento crítico.**
- Cultiva la **expresión y la creatividad.**
- Promueve la práctica de la **comunicación activa y asertiva.**
- Mejora la **gestión emocional.**
- Permite **disfrutar y beneficiarse** de los espacios y la **oferta cultural de la comunidad**.
- Facilita **espacios de convivencia con otros colectivos** y realidades diversas.
- Aumenta la **inclusión** y las **relaciones sociales**.
- Da **visibilidad** al colectivo.

COLABORA

Es tu turno, decide cómo quieres colaborar con Cercle

Contratando nuestros Teambuildings

Comprando las obras de Art-NSI

Voluntariado para las actividades

Haciendo una donación

Otras formas de colaborar

Con tu ayuda seguiremos trabajando para que las personas con parálisis cerebral puedan realizarse plenamente y tengan una mayor participación social.

Colaborar con nuestras actividades te da más . . .

- Pueden formalizarse en concepto de factura o donación con su correspondiente **bonificación fiscal**.

- Son una herramienta para la **RSE** y para el cumplimiento de la **LGD**.

- Te permiten **colaborar con un proyecto de inclusión** de personas con discapacidad.

FUNDACIÓN NSI

COLABORAN CON CERCLE

SUBVENCIONANDO EL PROYECTO

BASÍLICA DE LA SAGRADA FAMÍLIA

Fons d'Acció Social de la Sagrada Família.

PATROCINANDO ACTIVIDADES

Obra Social Fundación "la Caixa"

FUNDACIÓ SERT

Fundación Antoni Serra Santamans

FUNDACIÓN NSI

CONTACTO

info@nosomosinvisibles.org

655 81 00 01/ 690 93 05 39

nosomosinvisibles.org

Domicilio social:
Paseo Manuel Girona, 41 Bajos 2
08034 BCN

FUNDACIÓN NOSOMOS INVISIBLES

Con tu ayuda seguiremos trabajando para que las personas con parálisis cerebral puedan realizarse plenamente y tengan una mayor participación social.

GRACIAS!!