



¡APÚNTATE COMO VOLUNTARIO/A!

VOLUNTARIADO CON PERSONAS CON TRASTORNO
MENTAL GRAVE EN ÁMBITO DEPORTIVO

- *Se buscan monitores/as de talleres.*
- *Varios horarios y disciplinas (fitness, aquagym y fútbol).*
- *Posibilidad de realizar prácticas.*
- *Certificación de horas realizadas.*

ASOCIACIÓN EN LUCHA POR LA SALUD MENTAL Y LOS
CAMBIOS SOCIALES (ALUSAMEN)

!APRENDE, PRACTICA Y DIVIERTETE!

Aprende competencias propias como monitor/a de disciplinas deportivas adaptadas a personas con discapacidad.

Practica impartiendo uno de los talleres (fútbol, aquagym o de fitness) con equipamiento e instalaciones adecuadas.

Sobre todo, **¡Diviértete!** Trabajar en equipo y con personas es algo gratificante, además de divertido y dinámico.



ACTIVIDAD DE FÚTBOL SALA

- *Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación.*
- *Mejora de la organización personal y la condición física.*
- *Manejo de la competitividad sana.*
- *Se realiza en dos días diferentes: Lunes de 12:30 a 13:30 entrenamiento del equipo; días de partido, diferentes viernes del año en horario variable de mañana.*
- *Posibilidad de jugar junto al equipo en los partidos.*
- *En CDM Ángel Nieto.*

ACTIVIDAD DE AQUAGYM

- *Trabajar la psicomotricidad en el agua.*
- *Práctica en el uso correcto de los objetos de piscina.*
- *Uso de vaso de enseñanza para la actividad.*
- *Se realiza en dos días diferentes (a elegir uno de los dos): Martes de 9:00 a 10:00 y Viernes de 11:00 a 12:00*
- *En CDM Entrevías.*



ACTIVIDAD DE FITNESS

- *Gimnasia adaptada de mantenimiento.*
- *Dinámicas individuales y en equipo.*
- *Trabajar la habilidad psicomotriz.*
- *Se realiza en dos días diferentes (a elegir uno de los dos): Martes de 16:30 a 18:00 y Jueves de 16:30 a 18:00*
- *En CC Lope de Vega.*





alusamen

CONTACTO

ASOCIACIÓN EN LUCHA POR LA SALUD MENTAL
Y LOS CAMBIOS SOCIALES (ALUSAMEN)

C/Peña Gorbea, 4
28053 Madrid

Tlf: 914771866/683244424

Mail: alusamen1990@yahoo.es

Web: www.alusamen.org.es

ASOCIACIÓN EN LUCHA POR LA SALUD MENTAL Y LOS
CAMBIOS SOCIALES (ALUSAMEN)