



Una de las actividades de esquí adaptado organizadas la pasada temporada por Anudi

Anudi ofrece a sus usuarios natación, esquí, taller de artesanía y musicoterapia

La asociación busca el bienestar físico y psíquico de los discapacitados

Redacción
Teruel

La asociación de personas con discapacidad Anudi comienza el 2014 ofertando diversas actividades para sus socios que combinan terapia, deporte y tiempo libre.

La musicoterapia y el taller de artesanías han comenzado ya. Esquí y natación empezarán en marzo. A continuación se ofertará equinoterapia y fisioterapia.

La musicoterapia, es impartida

por Irene Esteban Hernández. A través de sesiones individuales o grupales los participantes desarrollan las habilidades y destrezas necesarias para su actividad cotidiana, en un espacio que ofrece diversión y juegos. Entre sus objetivos están: desarrollar la orientación y locomoción, promover habilidades sociales y la comunicación interpersonal, expresar y desarrollar emociones sensoriales y elevar la autoestima.

En el taller de artesanías este

año hay una novedad, la actividad de telares. Se enseña a tejer en telar de bajo lizo y otras técnicas de telar de cintura donde la práctica y la teoría van de la mano.

Las artesanías están a menudo relacionadas con el concepto del bienestar, calidad de vida y aumento de la autoestima, por ello Anudi ve la conveniencia de realizarlas de forma permanente. Las manualidades también permiten crear un ambiente lúdico y de encuentro entre los socios

donde poder compartir una experiencia gratificante y motivadora.

Curso de esquí adaptado

Los aficionados al deporte blanco tendrán una cita en marzo. En la estación de esquí de Valdelinares y de la mano de los monitores de Araser, los jóvenes con discapacidad y los voluntarios disfrutarán de la nieve y también de la naturaleza en la montaña, espacio que a menudo queda fuera de nuestro colectivo.



Las personas con discapacidad aprenderán a usar un telar

Una de las novedades del taller de manualidades serán los telares de diferentes tipos.

Todos ellos podrán practicar esquí adaptado a su nivel y capacidades particulares, con el objetivo de disfrutar de unos días de convivencia e integración. “Desde la asociación realizamos todos los años esta actividad porque estamos convencidos de que el deporte favorece la inserción social de los jóvenes con discapacidad. Además tiene muchos beneficios por la sensación de libertad, movilidad y autonomía que aporta al que lo realiza”, subrayaron desde Anudi.

El curso de natación es muy demandado por los socios, esta actividad que comenzará en la piscina climatizada de Teruel, en el mes de marzo, y la imparte Rodrigo Jambrina. Se plantea con un propósito rehabilitador y creativo para iniciarse en el contacto con el medio acuático desde la flotabilidad, la respiración en el agua, el buceo y el aprendizaje más básico para que las personas con alguna discapacidad se sientan autónomas. Permite a los participantes mejorar su autoestima, sus relaciones sociales y su estado de salud.

Para el acceso al agua se emplea una grúa adaptada a personas discapacitadas. En el desarrollo del curso se emplean materiales como grúas, tablas, arcos, tubos, pelotas o manguitos.