



INTEC
INSTITUTO NACIONAL DE TECNOLOGIA

UNIBIO
UNIVERSIDAD NACIONAL DE BIENESTAR SOCIAL

Formas poma...
En los años 80 comenzó la actividad comercial...
Ello se logró a través de la creación de empresas que...
construyeron un modelo de desarrollo...
que se fundamenta en la integración de...
los recursos humanos, tecnológicos y...
financieros, generando un...
modelo de desarrollo...
que se fundamenta en la...
integración de los recursos...
humanos, tecnológicos y...
financieros, generando un...
modelo de desarrollo...

CONSEJO NACIONAL DE INVESTIGACIONES CIENTÍFICAS
CONICET

Trayectoria





FPdGi
Móvil de paz, fondo invisible. Se comenzó en el año del cincuenta por el Colegio SAGRADA FAMILIA y Fundación Infancia de Salamanca (FIS).
Hacia Infancia

INFORMACIÓN
El programa de actividades se desarrolla en el aula de informática del Colegio Sagrada Familia y Fundación Infancia de Salamanca (FIS).
Hacia Infancia

INFORMACIÓN
El programa de actividades se desarrolla en el aula de informática del Colegio Sagrada Familia y Fundación Infancia de Salamanca (FIS).
Hacia Infancia

En noviembre de 2014 la "Fundación Telefónica" decidió impulsar el proyecto "El Gimnasio de la Felicidad", siendo una de las iniciativas seleccionadas para acceder a la fase "SMART" del programa "Think Big Avenue". De hecho, durante este mismo año se organizó la sesión de co-creación "Dinámicas para mejorar el clima escolar" dentro del evento "Think Big - Do it yourself".
think big
Fundación Telefónica
<http://thinkbig.es/trackers/trackers.html>

Primeros pasos...

En sus inicios, "El Gimnasio de la Felicidad" comenzó realizando talleres formativos para promocionar el bienestar de **personas con autismo (T.E.A.) y familiares**. Dichas actividades se enmarcaban dentro del curso nacional "**Habilidades prácticas para la vida cotidiana**" (organizado por el Centro de Atención Integral al Autismo -InfoAutismo-, el Instituto Universitario de Integración en la Comunidad -INICO- y la Universidad de Salamanca).

    

<http://www.infoautismo.es/wp-content/uploads/2015/10/79%9C3%ADpticoIHPVC2013.pdf>

   

Más adelante, esta propuesta se hizo extensible a **personas con y sin discapacidad**, ofertándose como una alternativa de ocio nocturno saludable a través del programa "**Salamanca a Tope**", centrado en la prevención de las drogodependencias en jóvenes de catorce a treinta años (Asociación "Dinámika" – Ayuntamiento de Salamanca | Plan Nacional sobre Drogas).

<http://www.salamancaatope.org/>

Trayectoria



Primeros pasos...

En sus inicios, “El Gimnasio de la Felicidad” comenzó realizando talleres formativos para promocionar el bienestar de **personas con autismo (T.E.A.) y familiares**. Dichas actividades se enmarcaban dentro del **curso nacional “Habilidades prácticas para la vida cotidiana”** (organizado por el Centro de Atención Integral al Autismo -**InfoAutismo**-, el Instituto Universitario de Integración en la Comunidad -**INICO**- y la **Universidad de Salamanca**).



<http://www.infoautismo.es/wp-content/uploads/2015/10/tr%C3%ADpticoHHPVC2013.pdf>



Ayuntamiento
de Salamanca



Más adelante, **esta propuesta se hizo extensible a personas con y sin discapacidad**, ofertándose como una alternativa de **ocio** nocturno saludable a través del programa “*Salamanca a Tope*”, centrado en la prevención de las drogodependencias en jóvenes de catorce a treinta años (Asociación “Dinámica” – Ayuntamiento de Salamanca | Plan Nacional sobre Drogas).

<http://www.salamancaatope.org/>

En noviembre de 2014, la “**Fundación Telefónica**” decidió respaldar el proyecto “El Gimnasio de la Felicidad”, siendo una de las iniciativas seleccionadas para acceder a la fase “START” del programa “Think Big Jóvenes”. De hecho, durante ese mismo año se organizó la sesión de *crowdlearning* “*Dinámicas para mejorar el clima grupal*” dentro del evento “*Think Big: Do it yourself*”.



think
big

Fundación Telefónica

<https://thinkbigjovenes.fundaciontelefonica.com/>

FPdGi

Meses después, nuestro proyecto fue premiado en el concurso de propuestas para el “**Forum IMPULSA 2015 – Fundación Princesa de Girona**” (febrero de 2015).

<http://es.fpdgi.org/>



Abiertos a la comunidad...

A lo largo de este tiempo, también se han llevado a cabo **talleres abiertos e intergeneracionales en colaboración con recursos del entorno sociocomunitario**, como el celebrado en febrero de 2015 en el “*14-30 Espacio Joven*” (Dirección General de Juventud y Deportes | **Consejería de Educación, Juventud y Deporte** de la Comunidad de Madrid).



En octubre de 2015, tuvo lugar la concesión de uno de los **Premios al Talento Joven** Comunidad de Madrid, regulados en la **ORDEN 448/2016**. Dicho premio se otorgó como **reconocimiento a toda una trayectoria centrada en la mejora de la calidad de vida de personas con discapacidad o en riesgo de exclusión social**.



Comunidad de Madrid
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN,
JUVENTUD Y DEPORTE



<http://www.ccepiberia.com/noticias/cinco-jovenes-reciben-los-premios-de-talento-joven-2015>

Poco después, el Vicerrectorado de Innovación y Proyectos de la **Universidad Internacional Menéndez Pelayo** (UIMP) aceptó la propuesta formativa para la realización del **taller intergeneracional** “Recursos prácticos para la promoción del bienestar personal y social”, obteniendo el patrocinio de la organización “Carné Joven Madrid”.

Santander 2016 Programa académico

Taller intergeneracional “El Gimnasio de la Felicidad”
Recursos prácticos para la promoción del bienestar personal y social

Impulsor

Juan Francisco Alcañiz Morán
Licenciado en Psicología
Orientador Educativo, terapeuta familiar y de pareja
Jonatan Arroyo Ballesteros
Licenciado en Psicopedagogía
Educador social y orientador educativo

El taller se estructura en cuatro bloques: un módulo introductorio (“Bienestar BIENESTAR”), seguido de tres bloques significativos relacionados con la repercusión que tienen pensamientos, emociones y conductas en el bienestar (“¿gusto con lo que pasa por mi MENTE?”, “¿gusto con lo que SIENTO?”, y “¿gusto con lo que HAGO?”).

A lo largo de las diferentes sesiones se alternan técnicas de pedagogía de casos, técnicas de presentación, cuestionamiento, estimulación, afirmación y

Del 8 al 11 de agosto de 2016

Lunes 8

Bienestar BIENESTAR

10:00 h | Inauguración

10:30 h | Técnicas de pedagogía de grupo
Dinámicas de presentación, acercamiento, estimulación grupal e implicación espontánea

Evaluación inicial

12:00 h | El bienestar

¿Qué es, por qué es importante, características, tipos
Variables concretas a promover: factores de percepción, actitudinales y procedimentales. Fundamentos básicos

13:30 h | Mi manera de ver el Mundo
Percepción realista del entorno, de la vida y del ser
“¿V? Felicidad local. Actividades de generación

Martes 9

A gusto con lo que pasa por mi MENTE



UIMP
Universidad Internacional
Menéndez Pelayo

Santander 2016

TALLER INTERGENERACIONAL
“EL GIMNASIO DE LA FELICIDAD”
Recursos prácticos para la promoción del bienestar personal y social

Juan Francisco Alcañiz Morán
Jonatan Arroyo Ballesteros

Santander
Del 8 al 11 de agosto de 2016
www.uimp.es

<http://www.uimp.es/>

Este taller
se realiza
durante
los meses de

Este taller se celebró en Santander durante el mes de agosto de 2016, habiendo tenido bastante repercusión mediática. A continuación se citan algunos ejemplos:

- Noticia “El Gimnasio de la Felicidad abre sus puertas en la UIMP”.

<http://www.uimp.es/gabinete-de-comunicacion/actualidad-uimp/el-gimnasio-de-la-felicidad-abre-sus-puertas-en-la-uimp.html>

- Noticia de El Huffington Post: “El precio físico de la felicidad”.

http://www.huffingtonpost.es/2016/08/14/como-ser-feliz_n_11505038.html

- Noticia de El Confidencial: “La felicidad cuesta [...]”.

http://www.elconfidencial.com/ultima-hora-en-vivo/2016-08-14/la-felicidad-cuesta-y-tambien-hay-que-pagarla-con-sudor_989513/



UIMP
Universidad Internacional
Menéndez Pelayo

Última Hora
Temas y Cultura
Análisis | Opinión |
Economía

Buscar

Inicio | Gabinete de Comunicación | Actualidad UIMP | El "Gimnasio de la felicidad" abre sus puertas en la UIMP

Actualidad UIMP

El "Gimnasio de la felicidad" abre sus puertas en la UIMP

Lunes, 22 Agosto 2016

Compartir Actualidad UIMP (Reservado)

Santander. – El psicólogo Juan Francisco Alcalá y el psicopedagogo Jonathan Arroyo han presentado el taller intergeneracional El Gimnasio de la Felicidad. Recursos prácticos para la promoción del bienestar personal y social junto a la viceministra de Postgrado e Investigación de la Universidad Internacional Menéndez Pelayo (UIMP), Francisca G. Cebalero.

Arroyo ha indicado que este es un taller "muy humanista" en el cual se van a realizar una serie de actividades prácticas para "mejorar el bienestar personal y social". Así el codirector del curso ha destacado el inicio de las tareas desde la emoción, ya que "a partir de la emoción se genera aprendizaje", a lo que Alcalá ha añadido que "las dinámicas prácticas provocan un impacto emocional que genera cambio". El psicólogo también ha explicado que las tres módulos en los que se va a trabajar contribuyen "a la mente, la emoción y la conducta" como maneras de "cambiar el comportamiento, la actitud e incluso el mundo".

En el acto de inauguración, ambos han recordado su etapa de alumnos en la UIMP. "La idea de El gimnasio de la felicidad surgió a raíz de asistir a un curso de esta universidad y se ha hecho realidad", a lo que han agregado "agradecemos la confianza depositada en nosotros, ya que hoy en día los jóvenes no estamos acostumbrados a que sufran en nosotros".

Fotografía: Juan Manuel Serrano

Más adelante, el “boca a boca” generado hizo que el **Consejo de la Juventud** de Castilla y León (CJCYL) nos encargara organizar un taller de 10 horas dentro del evento “Comunidad Joven” (octubre, 2016), un espacio de encuentro para intercambiar experiencias y promover el movimiento asociativo.



Actualmente, dicho proyecto continúa su puesta en marcha mediante la planificación, la implementación, el seguimiento y la evaluación de acciones de educación no formal abiertas a la comunidad.



Han confiado en nosotros...







Nuestro horizonte:
tu BIENESTAR



