"MAÑANAS INCLUSIVAS" 2025

PROGRAMA DE APOYO FAMILIAR PARA PERSONAS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA

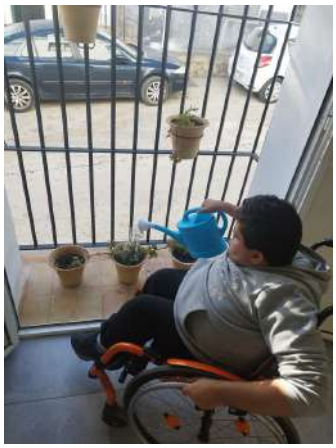
ASOCIACIÓN PER-AFÁN

Per-Afán
Asociación de personas con discapacidad

Asociación de Personas con Discapacidad física, psíquica, sensorial y orgánica.

TALLERES DE ESTIMULAIÓN COGNITIVA

El “Taller de Estimulación Cognitiva” nace con el módulo del grado medio de Atención a Personas en Situación de Dependencia que es ofertada por I.E.S el Convento, un instituto situado en Bornos (Cádiz). Nació con la idea de ayudar a las familias que tienen a su cargo algún familiar con alguna diversidad funcional a tener un respiro durante tres horas (10:00 a 13:00) de lunes a viernes.





















El Taller de Estimulación Cognitiva se lleva a cabo en la propia asociación y consiste en un programa de descanso para las familias, ellas dejan a su familiar en el centro y una vez aquí realizan actividades, manualidades, realizamos tareas como limpiar la mesa, fregar los platos del desayuno, juegos de mesa como puzles, bingos... aquí están seguros, entretenidos y adquiriendo nuevos conceptos como la autonomía, independencia, respeto. ect.

ACTIVIDADES REALIZADAS DURANTE EL TALLER DE MAÑANAS INCLUSIVAS

Actividades realizadas durante el mes de Enero.

Comenzamos el mes de Enero jugando con juegos de mesa que le han traído a algunos de nuestros socios los reyes magos. El juego fué un bingo y un puzzle con el que se podía realizar diferentes formas.

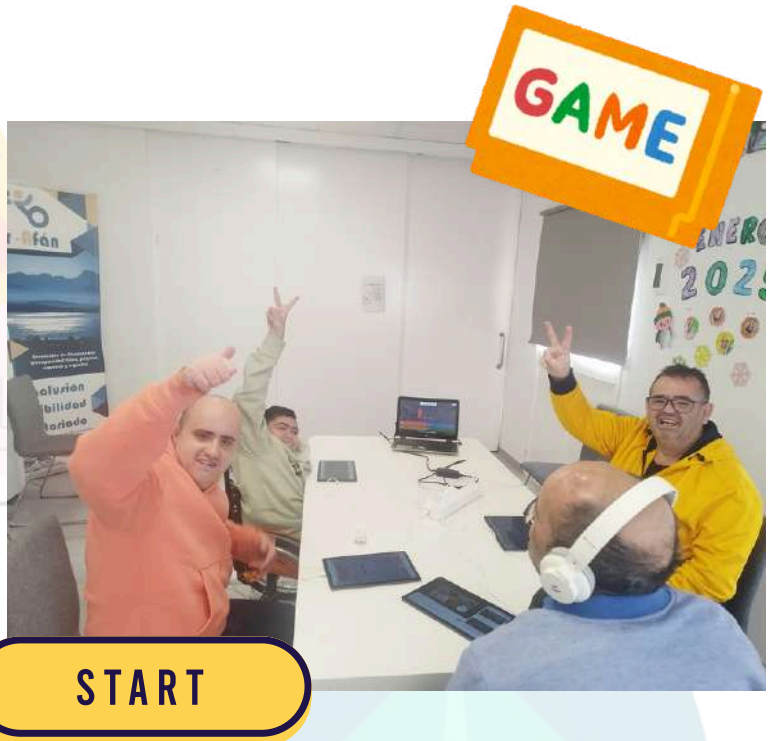






El miércoles 15 de Diciembre, celebramos el cumpleaños de nuestro socio Manolo que cumplió 59 años. En este día disfrutamos de un bizcocho en el cual se soplaron las velas.

En este mes, hemos añadido un juego nuevo, el Kahoot, este juego consiste en adivinar la respuesta correcta de la pregunta que nos hagan. Para poder jugar hemos utilizado las tablets y el ordenador, ya que en el se reflejaban las preguntas y en las tablets las repuestas.
Nos ha encantado este nuevo juego.



Actividades realizadas durante el mes de Enero.

Una actividad muy divertida que hemos realizado a sido crear un paraguas con diferentes texturas, suaves, ásperas, en relieve... Fue una actividad muy divertida y entretenida.













Otra de las actividades que hemos realizado a sido crear un muñeco de nieve con un tubo de papel, el cual pintamos con pincel 🖌️. Una vez pintado le creamos una nariz, boca y ojos.





Y otra de las actividades a sido colorear una bola de nieve que nos ha quedado preciosa 🌨️.



Actividades realizadas durante el mes de Enero.

El viernes estuvimos visitando a las alumnas del IES el Convento, allí nuestros socios estuvieron disfrutando de firentes juegos de mesa, el memori y el juego de acertar la comida. Se lo pasaron genial.











El jueves 30 celebramos el día de la Paz y la no Violencia. Para conmemorar este día creamos una paloma de la paz pegándole papelitos de color 💙.









Actividades realizadas durante el mes de Enero.

Como cada viernes hemos visitado a las niñas del IES el Convento. Hoy hemos jugado al juego de los gestos y de los sonidos. Además de crear una palabra con alguna letra del abecedario.







Actividades realizadas durante el mes de Febrero.

Comenzamos el mes de Febrero realizando actividades sobre el carnaval, ya que es una fiesta muy importante para los habitantes de Bornos. La actividad que tocó hacer fue colorear las letras del carnaval 🎭🎉.









El día 4 de Febrero celebramos el día Mundial contra el Cáncer. Durante este día hemos buscado, leído y realizado un mural sobre el tema del cáncer. Hemos descubierto como prevenirlo, las causas por la que puede darse, los tipos que hay .... Hemos aprendido muchísimo.

















Actividades realizadas durante el mes de Febrero.

Hoy hemos pintado unas caretas de carnaval con pinceles. Las hemos decorado y han quedado muy chulas. 🎭🎭







Cómo cada viernes visitamos a las alumnas del Grado medio de dependencia y a los alum@s del aula específica del IES el Convento. Está vez nos ha tocado jugar al juego de la Oca 🪿, el cual fue realizado por las alumnas.









Actividades realizadas durante el mes de Febrero.

Hoy hemos bailado y cantado canciones populares del carnaval de Bornos, además hemos hecho un gorro carnavalero para llevarlo por las calles en los pasacalles 🎭🎉











Hoy viernes hemos celebrado el cumpleaños 🎂 de nuestro compañero Mario, hemos disfrutado de una súper tarta y le hemos cantado cumpleaños feliz.
Luego como cada viernes hemos visitado a las niñas del instituto y hemos cocinado albóndigas con tomate y champiñones. 🍅🧆🍄
Nos han quedado super buenas, pero para realizarlo días antes hemos estado preparando y elaborando la receta.





















Actividades realizadas durante el mes de Febrero.

El 18 de Febrero celebramos el día Internacional del Síndrome de Asperger. Para ello hemos realizado y buscado información sobre él. Hemos aprendido mucho y además hemos conocido los síntomas.







El 19 de Febrero celebramos el cumpleaños de José Manuel 🎂, trajo una tarta super buena y lo celebraremos en la sede.

Este viernes nos ha tocado cocinar 🔪 pastel de 🥩, hemos cortado, hervido y montado el pastel de carne y aparte de salirnos súper bueno, lo hemos pasado genial.







Actividades realizadas durante el mes de Febrero.

En este mes también hemos realizado estás caretas tan bonitas para decorar aún más la sede. Nos quedaron muy bonitas.









Este viernes hemos cocinado pastel de carne 🥩 y nos ha quedado super buena. Lo hemos realizado junto al alumnado del aula específica y las alumnas del grado medio de dependencia.





















Actividades realizadas durante el mes de Febrero.

Para decorar la entrada de la sede, hemos realizado dos caretas a lo grande y palos de caña con papel de seda con diferentes colores. Nos ha quedado genial y hemos dado un toque carnavalero a la entrada de la asociación.



















El miércoles 26 tuvimos un taller sobre como hacer pitos de carnaval, para ello contamos con la experiencia de las personas mayores los cuales nos enseñaron a realizar los pitos con cariño y paciencia. También tuvimos la visita de los alumnos del aula especifica del IES el Convento que nos acompañaron durante todo el proceso.

















Actividades realizadas durante el mes de Febrero.

El jueves 27, estuvimos cocinando en el IES el Convento carne en salsa que nos quedó super buena y sabrosa, nos encanta cocinar con las alumnos y alumnas del IES el Convento.











Actividades realizadas durante el mes de Marzo.

Durante el mes de marzo hemos realizado algunas salidas fuera de la asociación entre ellas esta la visita a las naves del ayuntamiento de Bornos para ver las carrozas que salen en el domingo de piñata. Además de visitar el museo del carnaval que se encuentra en el castillo de Bornos y una exposición de un pintor polaco el cual pintaba con la boca y con los pies.




















Actividades realizadas durante el mes de Marzo.

El viernes 7 estuvimos en el pasacallles con el Colegio San Fernando, con el Colegio de San Juan de Rivera y con el IES el Convento. Todos íbamos de las emociones, de la película de Inside Out, lo pasamos genial y cantamos muchas canciones populares del carnaval de Bornos.







Para conmemorar el Día de la Mujer, hemos realizado una explosión en la sede en la que se pueden ver representadas las figuras femeninas de nuestro pueblo. Son mujeres que han conseguido entrar en el mercado laboral en su propia localidad a pesar de las trabas que se han ido encontrando a lo largo de su vida. Además de decorar la pared con algunas de las mujeres más importantes de la historia.







Actividades realizadas durante el mes de Marzo.

Hoy hemos estado realizando diferentes fichas, de sopa de letras y de ordenar palabras, así podemos mantener la mente activa y ayudar a prevenir el deterioro cognitivo 🧠.

Realizar este tipo de fichas ofrecen muchos beneficios tales como estimular su mente y mejorar su memoria. 👨‍🦱





El viernes estuvimos disfrutando de la película de Spiderman 🕷️🕸️, nos encantó y además estaba muy entretenida.




El día 19, celebramos el "Día del padre" 👦. Y hemos realizado unas corbatas super molonas y una copa🏆. Es un regalo para los padres.







Actividades realizadas durante el mes de Marzo.

El 21 celebramos el "Día Internacional del Síndrome de Down", y por este día hemos hecho una decoración de calcetines, manos de colores, símbolo de este día... Para decorar la sede, además de traer un calcetín de diferente formas.

























Actividades realizadas durante el mes de Abril.

Comenzamos el mes de Abril con la decoración 🦋🌼PRIMAVERAL🐞🐝. Para hemos hemos coloreado letras, insectos, como mariposas, abejas, mariquitas.....

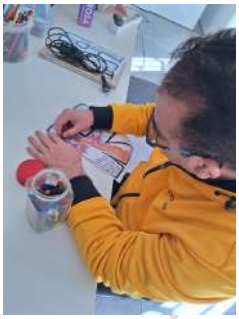












Que nos gusta una tarea, como "en el colegio" (como dice algunos de nuestros socios). Nos ayuda a la psicomotricidad fina y para ejercitar el cerebro. 🧠🧮











El viernes 28 nos tocó desayunar fuera de la asociación y paseíto mañanero 🌼 por las calles de Bornos.











Actividades realizadas durante el mes de Abril.

Comenzamos con los preparativos de semana santa 🐰🥚 y por ello hemos preparado estos huevos de pascua que nos han quedado super bonitos. Para realizarlo hemos necesitado globos, papel de cocina, cola, agua y acuarelas.






El Martes 15 estuvimos visitando los pasos de las iglesias de Santo Domingo de Guzmán y los de la calle Granada 🔔⛪













Actividades realizadas durante el mes de Abril.

El miércoles 16 disfrutamos de una súper excursión, visitamos el Rancho Cortesano 🐝, el cuál se encuentra en Jerez de la Frontera.

Hemos disfrutado de un súper desayuno 🥣, hemos visitado la colmena 🐝, hemos realizado velas de cera, hemos cogido miel, además de ver animales y darles de comer 🐄🐑.

Lo hemos pasado en grande 👌😊


















Actividades realizadas durante el mes de Abril.

23 de Abril, " Día del Libro " 📖📜. Días antes realizamos una decoración para el día del libro, unos marcapáginas y luego fuimos a la plaza a leer un trocito de libro 🔖.
















Actividades realizadas durante el mes de Mayo.

Durante las dos primeras semanas de mayo estuvimos preparando decoración, abalorios, regalos... para venderlo en la feria del caracol, que se celebra en Bornos, en el Castillo Palacio de los Rivera.

















El día 12 estuvimos visitando a las alumnas del IES el Convento, esta vez nos tocó realizar un taller de masajes, nos encantó y esperamos realizarlo de nuevo pronto.






Actividades realizadas durante el mes de Mayo.

Durantes unos días estuvimos trabajando la memoria con actividades de matemáticas y lengua. Pero esta vez de formal digital, con las tablets. Con ellas aprendemos mucho y es una forma diferente de realizar actividades. Por último finalizamos el día tomandonos un refresco










Durante este mes fuimos a visitar la presa de Bornos. Allí visitamos la presa y luego nos tomamos un refresco.












Actividades realizadas durante el mes de Mayo.

El miércoles 28 de mayo fuimos al IES el Convento para hacer una fiesta de despedida con las alumnas del grado medio de Atención sociosanitaria. Lo pasamos en grande💪.









Actividades realizadas durante el mes de Junio.

Empezamos el mes de Junio realizando un mural sobre el verano. Decoramos la pared con frutas, peces de colores, letras, palmeras....








A partir de ahora cada Viernes vamos a realizar una receta fresquita y saludable para combatir la calor. El viernes 7 nos ha tocado hacer una macedonia de frutas (plátano, kiwi, melocotón y piña).

Nos quedo super rica.









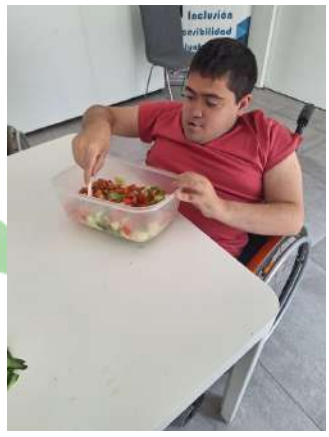



Actividades realizadas durante el mes de Junio.

El viernes 14 preparamos un picadillo de atún, para ello cortamos los tomates, el pimiento, la cebolla y el pepino. Nos quedó muy bueno y además estaba muy fresquito.








Actividades realizadas durante el mes de Junio.

El jueves 19 fue un día☀ muy guay en perafan. Hicimos una fiesta de despedida con los alumnos del aula específica del Instituto IES el Convento.

En la fiesta realizamos mochilas🎒 personalizadas con símbolos del verano👙🌞, fuimos a desayunado fuera🍞, hubo helado 🍦y regalos 🎁 para finalizar la fiesta.

Lo pasamos en grande con todos nuestros compañeros. 🥰



























Actividades realizadas durante el mes de Junio.

El viernes 20 de junio preparamos sándwich vegetal, le añadimos lechuga, pago, atún y mayonesa. Nos quedó riquísimo y muy delicioso.























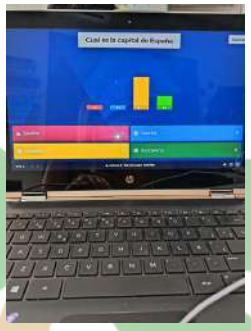
Actividades realizadas durante el mes de Junio.

El Lunes 23 empezamos con un Kahoot!, lo hemos realizado de fútbol, banderas de países, Disney, matemáticas....











El Jueves 26 realizamos helados frutales de mango y plátano 🍌. Para su elaboración hemos necesitado yogures griegos, leche y las frutas. Nos han salido super ricos y naturales.















Actividades realizadas durante el mes de Junio.

El viernes 27 disfrutamos de los helados que hicimos el jueves, además vimos la película de “maléfica”. Nos encantó.











El lunes 30 hicimos unos pulpos con platos reciclados y lana. Nos quedaron muy bonitos y coloridos.















Actividades realizadas durante el mes de Julio.

El miércoles 2 de julio realizamos esta manualidad, es un 🌞 con su arco iris🌈. Nos quedó muy bonito par poder decorar las ventanas de la sede.








El jueves día 3, nos tocó realizar gomitas saludables, para ello nos hizo falta gelatina de fresa y yogures griegos naturales azucarados. Nos quedaron muy buenos.










Actividades realizadas durante el mes de Julio.

El miércoles 9 realizamos el primer taller con los niños y con los socios de la asociación. Hemos realizado un neceser, un llavero de resina y luego para finalizar un juego, el cual consistía el tirar un aro y conseguir puntos. Ha sido un día magnífico.

























Actividades realizadas durante el mes de Julio.

El viernes 11 estuvimos haciendo batidos de mango🥭. Para su realización necesitaron leche y dos mangos. Una vez cortado los mangos en trozos pequeños y le añadimos la leche y lo batomos todo, quedando unos batidos super deliciosos.













El miércoles 16 tuvimos el II TALLER DE SOCIALIZACIÓN con los peques y nuestros socios. Esta vez nos tocó realizar una mochilas con estampados veraniegos, juegos y pulseras. Pasamos un día en grande 💪.





















Actividades realizadas durante el mes de Julio.

El jueves 17 hicimos gelatina de fresa 🍓 y el viernes la disfrutamos, que estaba riquísima 😋.

Y hoy viernes 18 hicimos brochetas de frutas con chocolate🍫, que ya podéis imaginaros como estaban de deliciosas.😍
















El Lunes 21, el Martes 22 y el Miércoles 23 estuvimos realizando imanes con arcilla, primero la moldeamos para darle la forma deseada, luego la dejamos a secar durante un día entero, después la pintamos y la volvimos a dejar a secar y el tercer día le pusimos el imán. Nos quedaron unos imanes preciosos.












Actividades realizadas durante el mes de Julio.

FIESTA DE DESPEDIDA DE LOS PERAFANES 👙 🍦🚤

El jueves 31 tuvimos una fiesta de despedida y lo celebramos a lo grande, primero desayunamos fuera de la asociación y luego hicimos una 🍴 🍕 🍔, lo pasamos super bien 👍🥰















SUMMER

Actividades realizadas durante el mes de Septiembre.

Comenzamos el nuevo curso el Martes 16 de Septiembre, y que mejor que comenzarlo con un buen desayuno.

Luego hicimos unas fichas para decorar la sede con objetos e imágenes relacionadas con el mes de Septiembre.

El viernes lo terminamos tomandonos un refresco acompañado de unas papas.












Actividades realizadas durante el mes de Septiembre.

Salidas y paseos mañaneros y para recuperar fuerzas un resfresquito con un picadillo.







El miércoles 24 desayunamos churros con chocolate🍫, que estaban deliciosos.



Visita a la exposición de fotos en el Castillo Palacio de los Ribera.





















Actividades realizadas durante el mes de Septiembre.

Damos comienzo al OTOÑO 🍁🍂🍃, y para ello hemos preparado este mural en la pared y terminamos el día comiendo papas y un refresco.



















Actividades realizadas durante el mes de Octubre.

Comenzamos Octubre con HALLOWEEN, durante este mes además de realizar manualidades, haremos recetas espeluznantes y deliciosas🤗

















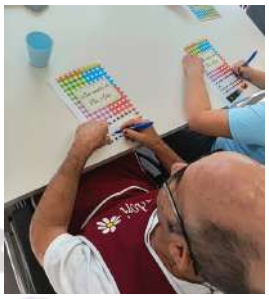
Actividades realizadas durante el mes de Octubre.

Comenzamos con el "Recetario de Per-Afan"🥔🥨🥭.

Durante todo el mes de Octubre vamos a realizar recetas de Halloween, las cuáles van a ser terrorificamentes deliciosas. La primera receta se llama " Galletas arañas", que son de oreo y chocolate blanco 🍫.


















Actividades realizadas durante el mes de Octubre.

Seguimos con la decoración de Halloween y está vez ha tocado hacer murciélagos para colocarlo en el rincón de la pared. Y fantasmas para colgarlos en el techo, una manualidad que sirve para la psicomotricidad fina.















El viernes estuvimos realizando una receta, PLÁTANOS FANTASMAS 🍌 👻, que nos quedaron suoer deliciosos y sanos. 🤗









Actividades realizadas durante el mes de Octubre.

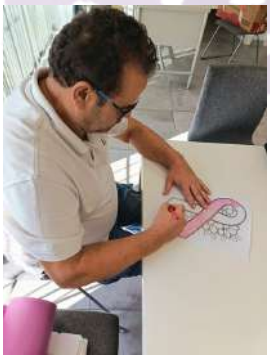
DÍA DEL CÁNCER DE MAMÁ ♀
para conmemorar este día hemos estado realizando diferentes manualidades y decorar la sede dándole ese toque rosa 💐. Hemos realizado rosas, carteles, el lazo conmemorativo, lazos para las blusas, bolígrafos Rosas...













El viernes 31 estuvimos visitando a las niñas del Instituto, allí estuvimos disfrutando de un gran desayuno y de actividades de Halloween 👻










Actividades realizadas durante el mes de Octubre.

HALLOWEEN EN PER-AFÁN

El viernes 31 celebramos la famosa fiesta de halloween y decoramos la sede de telarañas, esqueletos, arañas, ... tambien tuvimos barra con montaditos y bebidas y muchas chuches para los mas peques.








Recetas realizadas durante el mes de Octubre. Sandwiches tumbas y gelatina monstruosa. Dos recetas que nos han quedado muy ricas y deliciosas, además de pasarlo súper bien.













Actividades realizadas durante el mes de Noviembre.

Comenzamos nuevo mes: NOVIEMBRE.
Hemos empezado a decorar la sede con las letras de noviembre y con dibujos relacionados con dicho mes.








Hemos realizado un móvil de Otoño🍂🍁, hemos pintado hojas con los colores del otoño y hemos usado la técnica del estampado. Luego lo hemos recortado y le hemos introducido una cuerda y por último le hemos añadido un abalorio.













Actividades realizadas durante el mes de Noviembre.

Hoy hemos estado en el Instituto con las alumnas del grado medio de dependencia y con los alumnos del aula específica.

El juego de hoy a sido el "Teléfono roto" 📞 y colocar cada imagen por la letra que empezaba 🔡.

Lo hemos pasado super bien como siempre🥰








Hoy hemos tenido un taller de "MUSICOTERAPIA" 🎤🎼🎹🎶.

Ha sido un taller impartido por FEGADI, y la monitora ha sido Leticia. Con ella hemos bailado cantado y reído, lo hemos pasado muy bien🥰.







Actividades realizadas durante el mes de Noviembre.

Como cada viernes hemos visitado el Instituto para realizar actividades con las alumnas del grado medio de dependencia.

Hoy nos ha tocado jugar al tres en raya, a Simón dice, juegos de verdad o falso...

Como siempre lo hemos pasado en grande, estamos deseando de que sea el próximo viernes para ver qué nos tienen preparado.








Actividades Otoñales ☀️🍁🍃 que hemos realizado durante el mes de diciembre.

Hojas con bolitas de papel, para desarrollar la psicomotricidad fina al realizar bolitas de papel.

Manos hoja 🍃. En esta actividad nos hemos pintado la palma de la mano ✋ y luego la hemos puesto en el papel para realizar la silueta de la mano. Una vez seco la hemos decorado como si fuese una hoja de verdad.















Actividades realizadas durante el mes de Noviembre.

Actividad realizada en el Instituto con las alumnas del grado medio de Dependencia.

Ha sido una actividad muy chula y bonita, estamos deseando probarnos nuestra blusa navideña👚 🎄🎅🔔❄️















Actividades realizadas durante el mes de Diciembre.

Curso de Digitilización. Del 9 al 12 de diciembre estuvimos viendo y aprendiendo a usar el chap GPT, canva, a usar google maps, entre otras cosas. Nos gustó mucho hacerlo y lo pasamos muy bien

👚🎄🎅🔔❄️













Realización de maracas con las alumnas de el Ies el Convento, además de hacerlas estuvimos catando y bailando villancicos.







Actividades realizadas durante el mes de Diciembre.

Carta para los Reyes Magos de Oriente 👑🎄🎅🔔❄️






Taller Risoterapia a cargo de Fegadi y llevado a cabo por Leticia (monitora de Fegadi). Durante este taller estuvimos bailando, cantando y riendo. Lo pasamos genial, además de hacer ejercicio.







Taller de camisetas navideñas con las alumnas del Ies el Convento. Durante este día estuvimos pintando y decorando una camiseta navideña.



Actividades realizadas durante el mes de Diciembre.

Fiesta fin de Trimestre con las alumnas del Ies el Convento. Durante este día hemos estado realizando manualidades navideñas y un desayuno super rico.











Celebración del amigo invisible con los socios pertenecientes al taller de “Mañanas inclusivas”. Además de abrir los regalitos estuvimos desayunando fuera y haciendo un almuerzo.

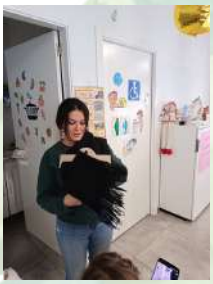

















Actividades realizadas durante el mes de Diciembre.

Terminamos el año con unas pre-uvas, pero esta vez con conguitos de chocolates y estaban buenísimos, bebimos champing y comimos papas fritas.











