



# EXPRES-ARTE CONTRA EL ESTIGMA

Acciones formativas y de sensibilización para la lucha contra el estigma de la enfermedad mental y la prevención de problemas de salud mental en jóvenes

## PROGRAMA DETALLADO

**Espacio para la Creación Joven**  
**20 y 27 de octubre y 3 de noviembre**

**JEREZ DE LOS CABALLEROS**

Organiza

Proyecto Subvencionado por el Instituto de la Juventud de Extremadura



**JUNTA DE EXTREMADURA**  
Consejería de Igualdad y Portavocía



**#tenemosunplan**  
VII PLAN DE JUVENTUD

### EMPATIZ-ARTE

Taller de sensibilización sobre el estigma de la enfermedad mental.

### EMOCION-ARTE

Taller lúdico de expresión artística, innovación y creatividad para compartir emociones y generar empatía.

### EXPRES-ARTE

Workshop - crea tu obra de arte, comparte tus emociones y sensibiliza sobre la enfermedad mental.

### FORMACIÓN ONLINE

Salud Mental y Técnicas de Expresión Artística Y Creatividad para Comunicar Valores y Generar Empatía

### CRE-ARTE

Acto final de clausura, entrega de diplomas y convivencia con los usuarios de nuestra fundación.

# RESUMEN DE LA PROGRAMACIÓN

FECHA	HORA INICIO	HORA FIN	ACTIVIDADES
20 de octubre	16:30h	20:30h	<p><b>EMPATIZ-ARTE</b> Taller informativo y de sensibilización sobre el estigma de la enfermedad mental</p> <p><b>EMOCION-ARTE (1ª PARTE)</b> Taller lúdico de expresión artística, innovación y creatividad para compartir emociones y generar empatía.</p>
27 de octubre	16:30h	20:30h	<p><b>EMOCION-ARTE (2ª PARTE)</b></p> <p><b>EXPRES-ARTE*</b> Workshop - crea tu obra de arte, comparte tus emociones y sensibiliza sobre la enfermedad mental. *Del 27 de octubre al 3 de noviembre facilitamos ayuda en remoto para la finalización de proyectos.</p>
3 de noviembre	17:00h	20:00h	<p><b>CRE-ARTE</b> Acto final de clausura, entrega de diplomas y convivencia con los usuarios de nuestra fundación.</p>
octubre y noviembre			<p><b>FORMACIÓN ONLINE</b> Salud Mental y Técnicas de Expresión Artística Y Creatividad para Comunicar Valores y Generar Empatía</p>

Todos los talleres tendrán lugar en el **Espacio para Creación Joven**

Carretera de Badajoz, 41  
(antiguo Silo)

Organiza



Proyecto Subvencionado por el Instituto de la Juventud de Extremadura

JUNTA DE EXTREMADURA  
Consejería de Igualdad y Portavocía



#tenemosunplan  
VII PLAN DE JUVENTUD

# CONTENIDO DE LAS ACTIVIDADES

## TALLER EMPATIZ-ARTE

Presentación del Programa y de la facilitadora, [María de las Cándelas](#). A María de las Cándelas se le diagnostica enfermedad mental en 2015, a lo largo de los talleres, transmitirá a los participantes su visión y su testimonio de superación.

Veremos del corto "[En la Piel de Uno de Cada Cuatro](#)" con gafas de realidad virtual.

Realizaremos dinámicas de [Role Play](#) para empatizar y conocer de primera mano qué siente una persona con enfermedad mental.

## TALLER EMOCION-ARTE

En este taller conoceremos algunas técnicas de expresión artística para comunicar valores, emociones, etc.

Tendremos una actividad práctica: María de las Cándelas nos guiará a través de su obra "[Retrospectiva a los 26](#)" que narra sus desventuras, desde que apareció su EM en 2012 y no sabía lo que le estaba ocurriendo, hasta que fue diagnosticada 3 años después.

## WORKSHOP EXPRES-ARTE

¡Manos a la obra! Hora de poner en práctica todo lo aprendido y crear un [proyecto artístico](#), en modalidad de libre elección (pintura, collage, video, etc), para compartir emociones y ser parte activa en la lucha contra el estigma que sufren las personas con enfermedad mental.

Los proyectos, que se pueden realizar individualmente o en grupo, formarán parte de la [exposición virtual \*Expres-Arte Contra el Estigma\*](#).

# CONTENIDO DE LAS ACTIVIDADES

## FORMACIÓN ONLINE

Formación online complementaria en salud mental y expresión artística para comunicar valores, para profundizar en los contenidos abordados en los talleres.

Módulos de corta duración, con ejemplos y material audiovisual complementario para que vayas [aprendiendo a tu ritmo](#). Te facilitaremos las claves de acceso con posterioridad a tu inscripción. Al finalizar el curso, deberás realizar un sencillo cuestionario de evaluación (tipo test) para obtener el [certificado de aprovechamiento](#).

## CRE-ARTE. ACTO DE CLAUSURA

Actividad final, donde habrá:

- [Convivencia](#) con los y las usuarias de Fundación Sorapán, personas con enfermedad mental que nos contarán sus testimonios y nos explicarán sus actividades en los talleres prelaborales de la Fundación.
- [Actividad práctica](#): realización de artículos de artesanía junto con usuarias, usuarios y monitores.
- Entrega de [certificados](#) de participación y aprovechamiento.

# INFORMACIÓN GENERAL

## MATERIAL NECESARIO

NO necesitas traer nada, isólo ganas de aprender y divertirte! Nosotros facilitamos los materiales: kit de formación, pinturas, lienzos, brochas, material para collage, papel, etc.

¡Eso sí! Necesitaremos que nos mandes una foto de tu DNI o pasaporte, para poder emitir tu certificado de participación y aprovechamiento.

## CERTIFICADOS

Si asistes a todas las actividades presenciales y realizas la formación online, obtendrás un CERTIFICADO DE APROVECHAMIENTO, valorado en 49 horas de formación, firmado y validado por Fundación Sorapán de Rieros. Si solo asistes a las actividades presenciales, obtendrás un certificado de participación.

## COMUNICACIÓN

Para mantener una comunicación fluida, resolver dudas e informar de todo lo que vaya sucediendo, crearemos un grupo de whatsapp donde se invitará a todos los alumnos a participar.

Teléfono: 637 19 33 78 (desde el cual os llegará la invitación). Las personas que no deseen participar pueden abandonar el grupo en cualquier momento.

¡OJO! Se recomienda hacer un uso responsable del mismo. Cualquier actitud inadecuada puede conllevar a la expulsión del curso.



# EXPRES-ARTE CONTRA EL ESTIGMA

Acciones formativas y de sensibilización para la lucha contra el estigma de la enfermedad mental y la prevención de problemas de salud mental en jóvenes

## INFORMACIÓN Y CONSULTAS



[fundacionsorapan.com/expresart](http://fundacionsorapan.com/expresart)



@FundacionSorapanDeRieros



rnunez.fsr@gmail.com



637 19 33 78 (Rosa Núñez) y 671 28 39 80 (Candelas Villa)



Organiza



Proyecto Subvencionado por el Instituto de la Juventud de Extremadura

JUNTA DE EXTREMADURA  
Consejería de Igualdad y Portavocía



#tenemosunplan  
VII PLAN DE JUVENTUD