

¿Qué se quiere conseguir?

- **Eliminar barreras** que dificultan el acceso a actividades inclusivas y tecnológicas.
- **Fomentar el bienestar** físico, social y emocional.
- Crear una **red de apoyo** y motivación.
- **Transformar** realidades.



Contáctanos a través de:



681 204 948



contamoscontigo@compartiendometas.org



[@compartiendometas](https://www.instagram.com/compartiendometas)

Proyecto

CONTAMOS CONTIGO

FUERTEVENTURA



¿Qué ofrece el proyecto?

- **Sesiones de realidad virtual**

Sesiones de realidad virtual y actividad física adaptada para personas con dificultades para acceder a ellas de otra forma por causas físicas, emocionales, económicas o sociales.

- **Dinámicas grupales**

Dinámicas grupales para mejorar el bienestar emocional de los y las usuarios/as.

- **Entrenamientos adaptados**

Entrenamientos suaves y adecuados a cada persona y a sus condiciones.

- **Actividades**

Actividades para combatir la soledad no deseada.

- **Acompañamiento y espacios de encuentro**

Acompañamiento para mejorar la autonomía y autoestima, además de proporcionar espacios de socialización, encuentro y motivación.



**MÁS QUE UN PROYECTO. ES UNA
NUEVA FORMA DE INCLUIR, MOTIVAR
Y TRANSFORMAR.**

¿CÓMO PUEDO INSCRIBIRME?

Si quieres formar parte de este proyecto puedes contactarnos a través del teléfono o correo establecido.

 681 204 948

 contamoscontigo@compartidendometas.org