

Tango, Salud y Belleza

- Jacqueline Silveira de Vereau
- Enrique Vereau

¿Qué es?

- Un modelo de procesos consistente en actividades y herramientas relacionadas
- Tango como motivación

Objetivo General del proyecto

- Hacer que el participante se sienta útil en la sociedad y que sienta que hay un espacio en el que hay aún muchas cosas por hacer.

Objetivos específicos

- Mejorar el estado físico y mental
- Combatir la depresión y mejorar la sociabilidad
- Generar mayores canales de comunicación entre los participantes y sus familias
- Socialización, inter-relación, aumento de autoestima y autosuficiencia.
- Mejorar la calidez como persona
- Generar indicadores de superación
- Conocer la realidad y recibir información de retroalimentación.
- Generar Calcio con el ejercicio

¿Cómo se Inició?

Antecedentes:

- la realidad del Adulto Mayor en Lima,
- Medicación en “Centros de Salud” causa dependencia y depresión
- “Tango, Salud y Belleza” en su primera versión
- Se aplica este proyecto con el nombre de “Clases de Tango” en un “Centro de Salud”.

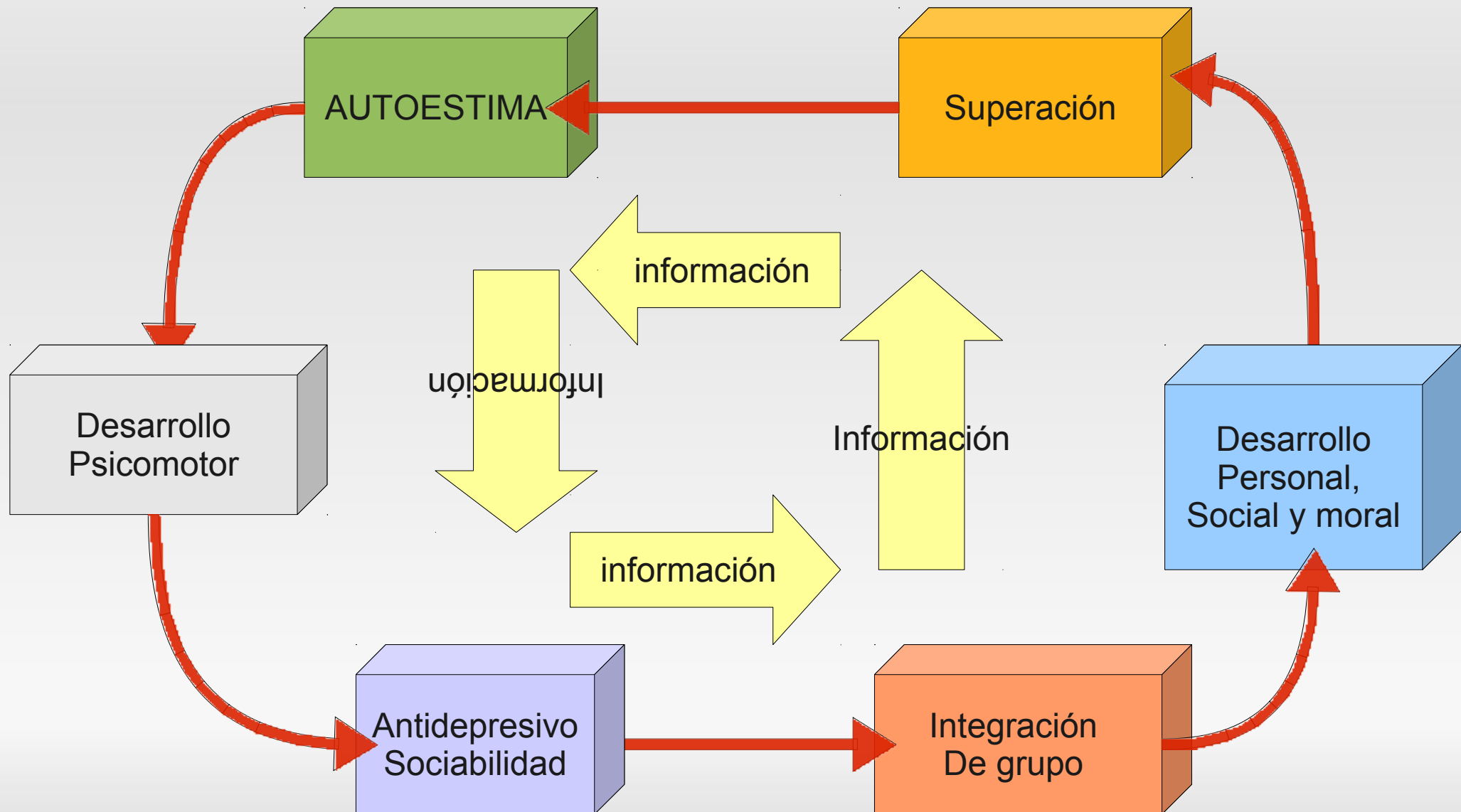
¿Cómo se Inició?

- En nueve meses:
 - Cero depresión
 - Cero dolores
 - Se olvidaron de los placebos
- Sin embargo, A los nueve meses todo fue suspendido ¿Causas?

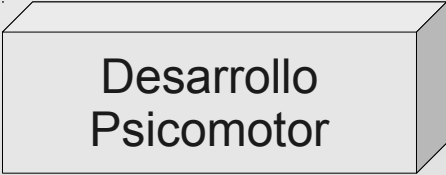
¿Cómo se Inició?

- El P.A.M. (Programa del Adulto Mayor), Miraflores de Lima, acepta poner en ejecución el Proyecto presentado el año 2,004.
- Se viene ejecutando hasta la fecha actual con exitosos resultados.

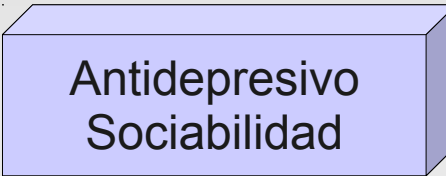
Componentes del modelo “Tango, Salud y Belleza”



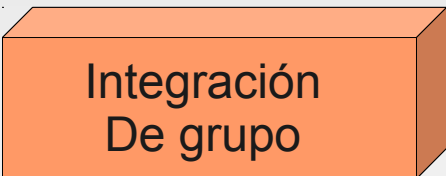
Desarrollo Psicomotor



Desarrollo
Psicomotor



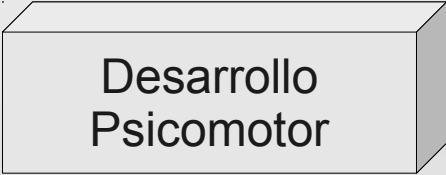
Antidepresivo
Sociabilidad



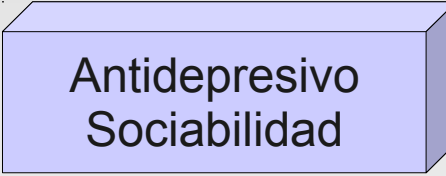
Integración
De grupo

- Son ejercicios para poder habilitar movimientos en personas con impedimentos de movilidad
- Se ofrece con el nombre de "Clases de Tango"
- Objetivo Específico: desarrollar habilidades para mejorar el estado físico y mental

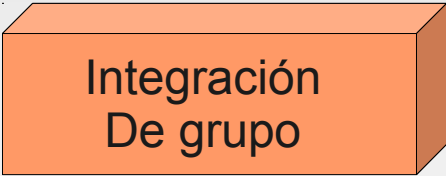
Desarrollo Psicomotor



Desarrollo
Psicomotor



Antidepresivo
Sociabilidad

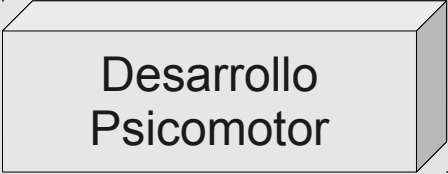


Integración
De grupo

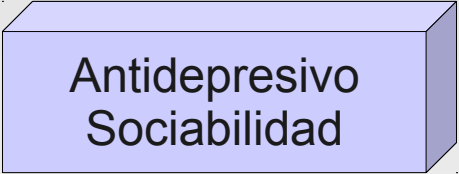
¿Quiénes participan?, personas que:

- Tuvieron accidentes y han tenido que aprender a caminar de nuevo
- Con Parkinson,
- Con Ruptura de cadera,
- Con Dislexia
- Osteoporosis
- Con Problemas en el Nervio Ciático
- Aneurismas

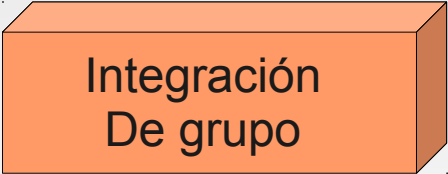
¿Cuál es la diferencia con una Clase regular de Tango?



Desarrollo
Psicomotor



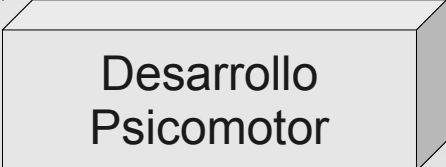
Antidepresivo
Sociabilidad



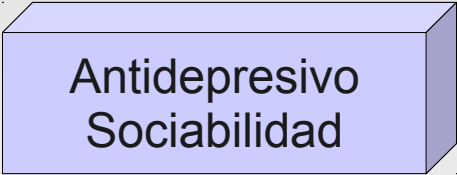
Integración
De grupo

- No es una clase regular de Tango
- Vamos ejercitando el cuerpo del participante de a poco con ejercicios fundamentales
- Utilizamos de fondo música de Tango.

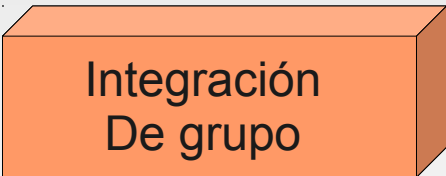
¿Cuál es la diferencia con una Clase regular de Tango?



Desarrollo
Psicomotor



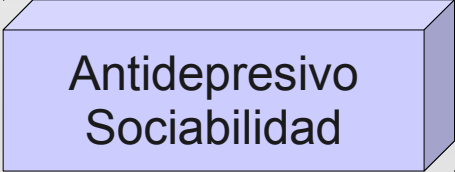
Antidepresivo
Sociabilidad



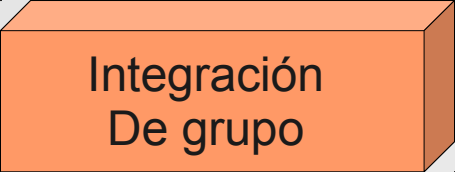
Integración
De grupo

- Sienten un baile y las emociones que se van despertando
- los motiva a seguir haciendo ejercicios.
- Usamos técnicas orientadas a ejercitar al adulto mayor.

Lonchecitos Tangueros



Antidepresivo
Sociabilidad



Integración
De grupo

- Puntos de reunión para participantes del proyecto en una etapa inicial.
- Objetivo específico: aumentar la intención de salir y vestirse bien y dejar actividades rutinarias atrás.

Portal Web Ci-Tango

WWW.CI-TANGO.COM
La Milonga de Lima

Home Acerca de Gardelia y Enrique Shows La milonga en Lima Clases de Tango Papussa

Entries Tagged as 'El Obelisco opina'

Fotos del EXPOTANGO 2009

Gracias a todos los participantes por su apoyo



Para ver las fotos:



ExpoTango2009

Tags: Códigos de Baile El Obelisco opina Entrevistas Fotos Presentaciones
Programación mensual respuestas a preguntas frecuentes por Enrique
No Comments » | Edit

Imagen de Tango: Fotos de Bailarines en Afiches

¿Por qué en los espectáculos de Tango presentan en su publicidad fotos de parejas de bailarines que no son las que

SEARCH

PÁGINAS

- Acerca de Gardelia y Enrique
- Clases de Tango
 - Clases Privadas y Semiprivadas
 - Lugares y Horarios
- La milonga en Lima
 - Album de fotos
 - Calendario de Milongas "Unidos por el Tango"
 - Normas de baile
 - Para Ellos
 - Para Ellas
 - Promociones CiTango
- Papussa
 - Papussa - Colores, Tallas y Precios
 - Resultados del Prototipo de Papussa, el Zapato de práctica de Tango para dama.
 - Técnicas para amarrarte el zapato
 - Video de Papussa de CiTango
- Shows

CATEGORÍAS

- Clases especiales
- El Obelisco opina
 - Códigos de Baile
 - Entrevistas

EL OBELISCO

subscribe

SHOWS DE TANGO



Gardelia y Enrique les dan la Bienvenida a CiTango!!

NOVEDADES

CiTango MODA Zapatos, Pantalones y Mucho más



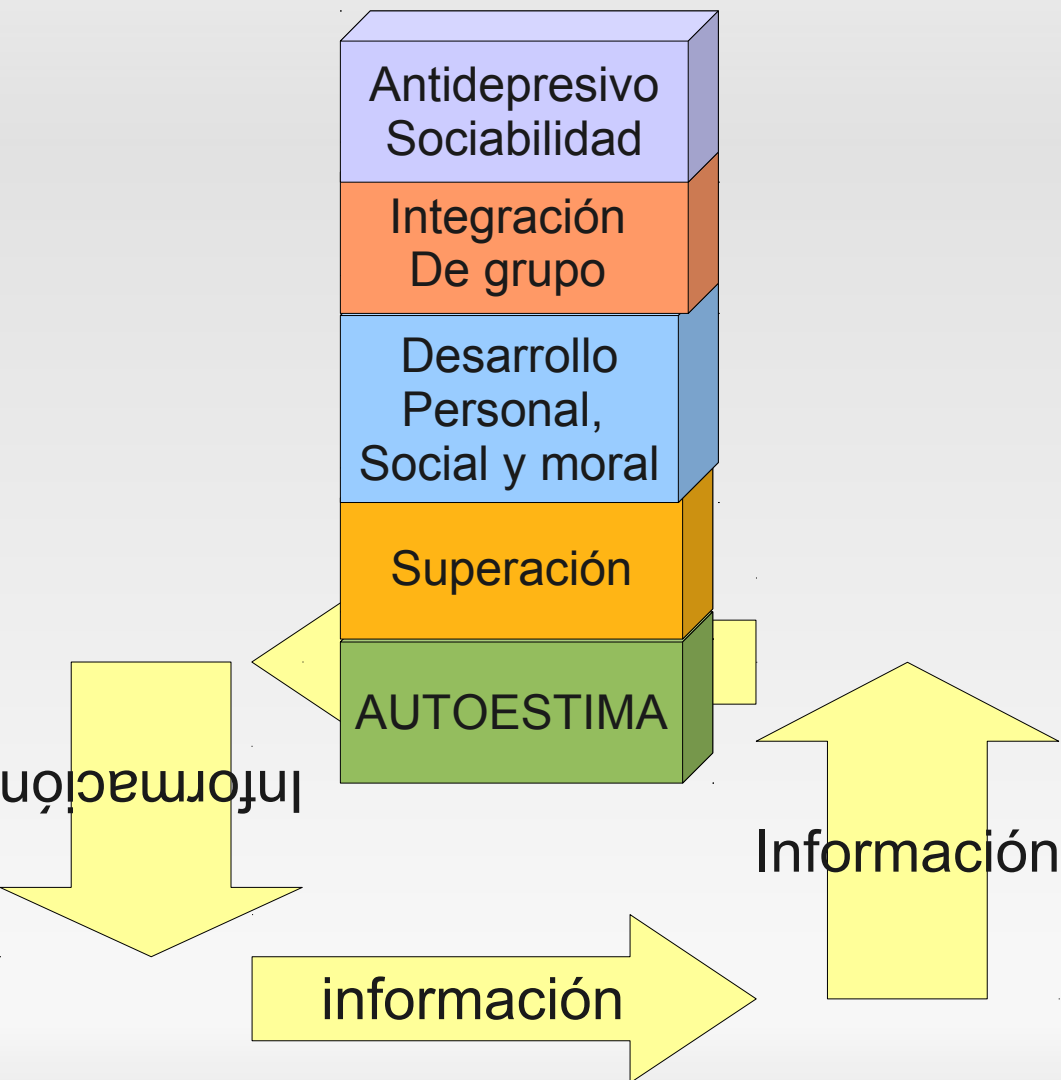
UNIDOS POR EL TANGO



enterate de la primera campaña de Tango en Perú.
EL BRAZO DE PLATA Y LOS ZAPATITOS DE PLATA

- Se publican todas las actividades y reuniones.
- Sitio Web con facilidades para publicación rápida de comentarios, textos y fotos.

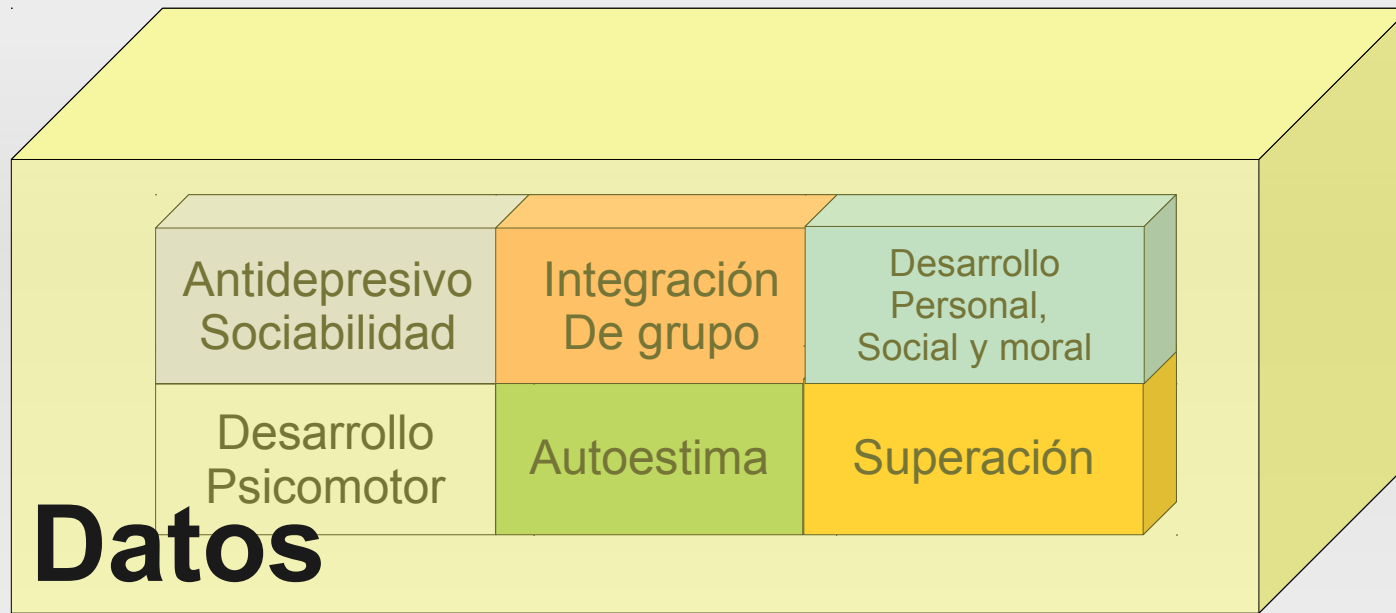
Portal Web Ci-Tango



Objetivo específico: COMUNICACIÓN

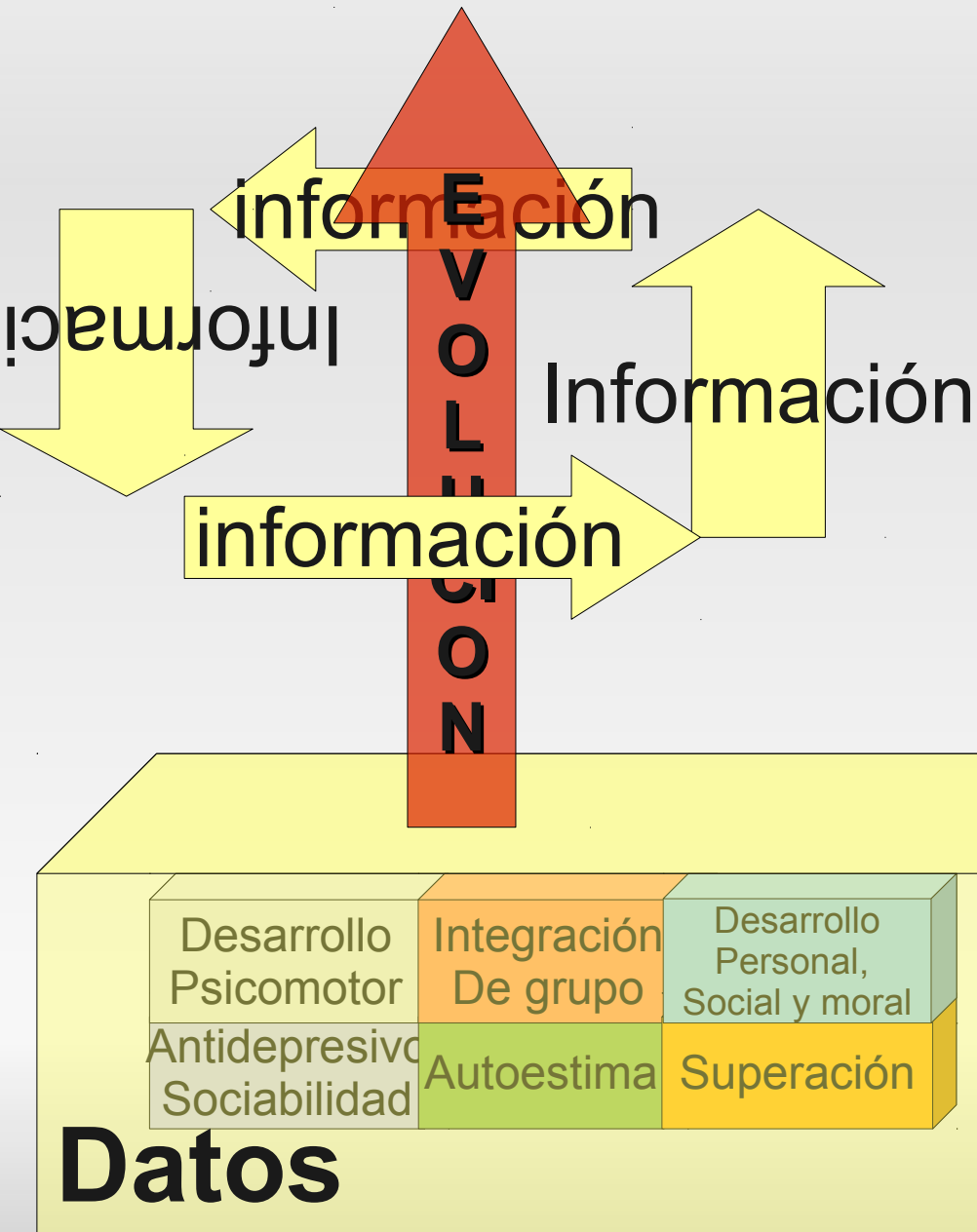
- canal de comunicación entre los participantes, familiares y amigos
- No hay barreras de distancia y tiempo,
- Investigación

Gestión de Información



- Técnicas para la recopilación de datos de:
 - Los participantes
 - Inter-relación ente ellos
 - Logros alcanzados
 - El entorno ambiental de los participantes

Gestión de Información

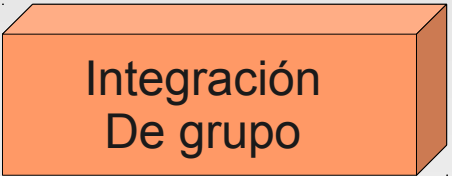


- Generación de información
- Estudio de la información generada (DataMart).
- Objetivo Específico:
 - Conocer la realidad
 - Retroalimentación.
 - Maduramiento.

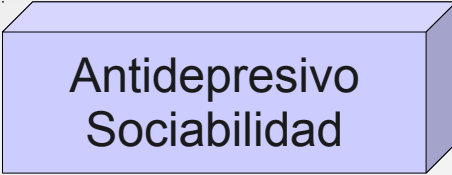
Milonga Ci-Tango



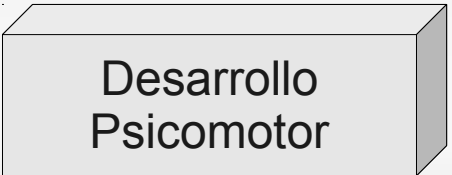
AUTOESTIMA



Integración
De grupo



Antidepresivo
Sociabilidad



Desarrollo
Psicomotor

- Milonga respetando los códigos
- Genera familiarización
- Orientada a público adulto mayor.
- Objetivo Específico: socialización, inter-relación, aumento de autoestima y autosuficiencia.

Milonga Ci-Tango

AUTOESTIMA

Integración
De grupo

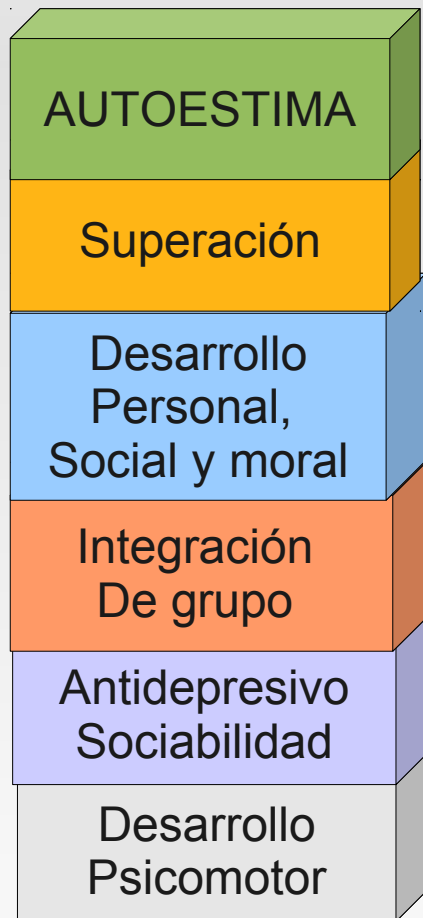
Antidepresivo
Sociabilidad

Desarrollo
Psicomotor

Autoestima

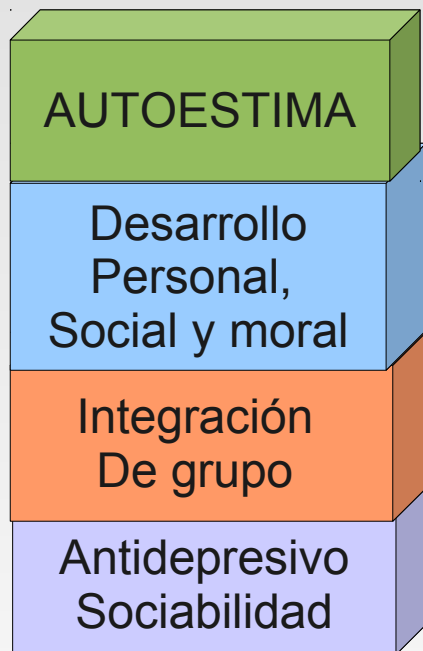
- Siempre se integra al nuevo
- Se saludan con besos y abrazos aunque no se conozcan
- Todos bailan con todas, se genera confianza al que no sabe bailar
- Buscan divertirse un día más

Presentaciones y Shows de Tango de Adultos Mayores



- Desarrolladas en:
 - Auditorios,
 - Centros de Salud,
 - Centros Psiquiátricos,
 - Parques
- Objetivo Específico:
 - autoestima y motivación
 - Mejora del estado físico y desenvolvimiento
 - nuevos integrantes.

Ayuda a la Comunidad

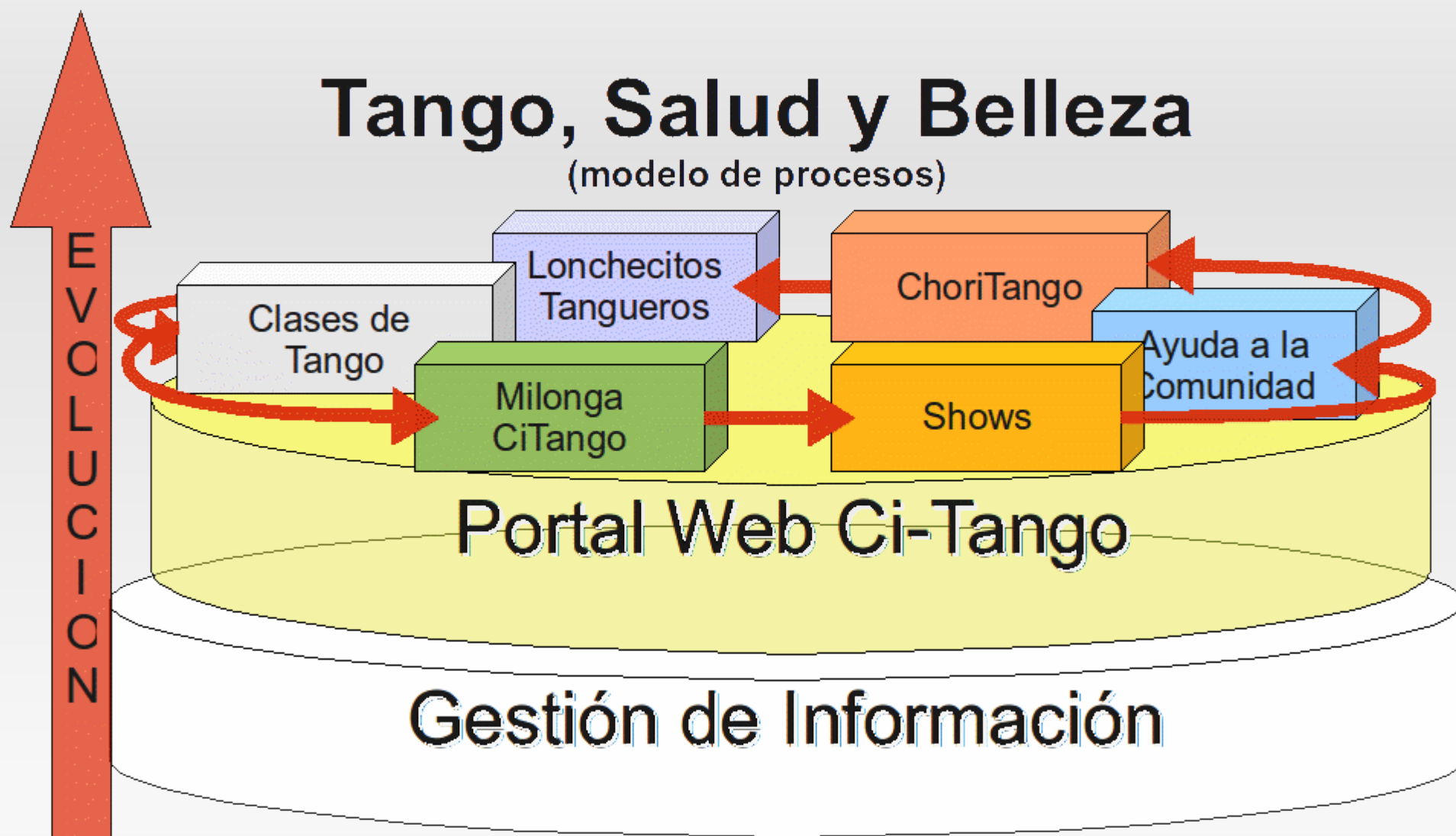


- Actividades de apoyo a las aldeas infantiles.
- Objetivo Específico: Hacer que el participante se sienta útil y hacer del Tango también una labor social.

El Modelo Evolutivo

Tango, Salud y Belleza

(modelo de procesos)



Resultados



- Ejecutado en tres distritos de Lima:
 - Miraflores
 - Barranco
 - La Molina.
- Más de trescientas personas participantes.



Resultados



- Indicadores de mejora en los participantes:
 - Muchas personas salieron de cuadros de depresión
 - Elevación de autoestima
 - Aprender a ser auto-suficientes y no depender de hijos, familiares, enfermeras, etc.
 - Mejorar la convivencia en grupo.



Resultados



- Manejar las cosas negativas y canalizarlas
- Mejoras en memoria, atención y concentración,
- Control muscular y sistema físico motor.
- La mejora en la postura, eje y equilibrio dan lugar a una considerable mejora en la apariencia física.



Muchas Gracias

Para comentarios:
www.ci-tango.com
www.tangoenperu.net

Email: gardenia@ci-tango.com