



**ACUDIM**  
ASSOCIACIÓ COL·LECTIU-UNIÓ  
D'INTEGRACIÓ AL DISCAPACITAT  
VILA-REAL

Butlletí mensual, núm. 7, setembre de 2021

## ACTIVITATS DE SALUT

En ACUDIM ens preocupem per la salut, en particular aquest mes **AUTOCURA** de la mà de la professional Janeth Ibarguen, amb ella hem descobert quals són els dos grans mals del nostre temps i com augmentar la nostra AUTOESTIMA. Podeu escoltar els **PODCASTS** en la Web i en el nostre Facebook

## I MARXA SOLIDÀRIA



En ACUDIM ens unim a la celebració de la setmana europea per la mobilitat, és per això que organitzem la **I MARXA SOLIDÀRIA**. Gràcies a totes les persones que ho van fer possible!

## PRÒXIMAS ACTIVIDADES

### CONCURS DE RELATS

T'apassiona llegir? T'agrada escriure i mai saps com i quan començar? Aquest és el moment. ACUDIM llança el seu 1r **CONCURS DE RELATS CURTS**. Agafa paper i boli i deixa volar la teva imaginació. Vols contar-nos la teva pròpia història? Fes-nos-la arribar!



Telèfono: 964 532 356  Whatsapp: 637 611 300

 Adreça: [acudim@acudim.org](mailto:acudim@acudim.org)  <http://www.acudim.org>

 C/ Calvari 118, baix 1, 12540 Vila-real



## ACTIVITATS D'OCI

En aquest mes de setembre hem donat inici a diferents activitats d'**OCCI**! Convertint d'ACUDIM una sala de **CINEMA** i una sala de **SCAPERROOM**. Aquelles persones que van participar ja estan desitjant repetir! I tu a que esperes?



## INICI DELS TALLERES

Arrenquem els tallers! Durant aquest mes hem realitzat una primera edició d'**ALFABETIZACIÓ DIGITAL**. I hem fet les primeres sessions dels següents tallers que continuarem durant el mes d'octubre:

- Musicoteràpia**: dilluns de 10:30 - 11:30 h
- Yoga adaptat**: dilluns de 17:00 - 18:00 h
- Alimentació saludable i nutrició**: 5, 7, 14, 19, 21 i 28 d'octubre de 17:30 a 19:30 h

### JORNADES RSC

Els dies **6, 7** i **8** d'octubre ACUDIM celebra les seves **III Jornades de Responsabilitat Social**, donant promoció als ODS on assistiran diferents professionals especialistes, per a tractar bones pràctiques en matèria de gestió en la diversitat.

### III JORNADES RSC

Gestió de la Diversitat  
Professional a Entitats Públiques







## ACTIVIDADES SALUD

En ACUDIM nos preocupamos por la salud, en particular este mes nos centramos en el **AUTOCUIDADO** de la mano de la profesional Janeth Ibargüen, con ella hemos descubierto cuales son los dos grandes males de nuestro tiempo y cómo aumentar nuestra AUTOESTIMA

Podéis escuchar los **PODCASTS** en la Web y en nuestro Facebook

## I MARCHA SOLIDARIA



En ACUDIM nos unimos a la celebración de la semana europea por la movilidad, es por ello que organizamos la **I MARCHA SOLIDARIA**. ¡Gracias a todas las personas que lo hicieron posible!

## PRÓXIMAS ACTIVIDADES

### CONCURSO DE RELATOS

¿Te apasiona leer? ¿Te gusta escribir y nunca sabes cómo y cuándo empezar? Este es el momento. ACUDIM lanza su 1er **CONCURSO DE RELATOS CORTOS**. Coge papel y boli y deja volar tu imaginación. ¿Quieres contarnos tu propia historia? ¡Háznosla llegar!



☎ Teléfono: 964 532 356

💬 Whatsapp: 637 611 300

✉ Correo: [acudim@acudim.org](mailto:acudim@acudim.org)

🌐 <http://www.acudim.org>

📍 C/ Calvario 118, bajo 1, 12540 Vila-real



## ACTIVIDADES DE OCIO

En este mes de septiembre hemos dado inicio a diferentes actividades de **OCIO**! Convirtiendo de ACUDIM una sala de **CINE** y una sala de **SCAPERROOM**. Aquellas personas que participaron ya están deseando repetir! ¿Y tu a que esperas?



## INICIO DE LOS TALLERES

¡Arrancamos los talleres! Durante este mes hemos realizado una primera edición de **ALFABETIZACIÓN DIGITAL**. Y hemos hecho las primeras sesiones de los siguientes talleres que continuaremos durante el mes de octubre:

- Musicoterapia**: los lunes de 10:30 - 11:30 h
- Yoga adaptado**: los lunes de 17:00 - 18:00 h
- Alimentación saludable y nutrición**: 5, 7, 14, 19, 21 y 28 de octubre de 17:30 a 19:30 h

### JORNADAS RSC

Los días **6, 7 y 8** octubre ACUDIM celebra sus **III Jornadas de Responsabilidad Social**, dando promoción a los ODS donde asistirán diferentes profesionales especialistas, para tratar buenas prácticas en materia de gestión en la diversidad.

### III JORNADES RSC

Gestió de la Diversitat  
Professional a Entitats Públiques

