

Conecta

Comparte

Motívate



FUNDACIÓN FEDERICA CERDÁ



TERAPIA ASISTIDA
CON CABALLOS
PARA ADULTOS MAYORES



QUIÉNES SOMOS

Somos una **fundación** especializada en **terapias** y **actividades asistidas** con **caballos** para personas con necesidades psicofísicas y cognitivas.

Nuestro objetivo es promover la **independencia**, la **autoestima** y la **integración social** de personas en situación de vulnerabilidad.

PROPUESTA

Grupo reducido:
4 a 6 participantes.

4 sesiones de 2h cada una.

ACTIVIDADES

Conocer al caballo.

Compartir sobre vínculos personales.

Cepillado y cuidado
(colaboración grupal
y autocuidado).

Circuito pie a tierra
(coordinación, comunicación
y cooperación).

Ejercicios de relajación,
propiocepción y manejo
emocional.

**Se requiere conservar cierto
nivel de autonomía y
capacidad cognitiva para
participar de manera segura
en las actividades
propuestas.*

OBJETIVOS

Promover el envejecimiento
activo mediante actividades
grupales con caballos.

Mantener una actividad
física adaptada
y estimulación cognitiva.

Reforzar autoestima,
autonomía y autocuidado.

Reducir ansiedad y estrés
en un ambiente tranquilo.

PARA QUIÉN

Personas mayores en situación
de soledad no deseada o con
signos de depresión y con
interés en mantenerse activos
e integrados socialmente
después de la jubilación.



CONTACTO

 **Sant Cugat del Vallès**

+34 93 674 64 89
info@fundacionfc.org

Lunes a Domingo
9:00h – 14:00h
(horas concertadas)

 fundacionfc.org
 @fundacionfedericacerda
 **Fundación Federica Cerdá**