

JARDÍN TERAPÉUTICO MUNICIPAL "LOS SENTIDOS"



Ángel Viveros Gutiérrez
Alcalde Presidente de Coslada

BOLETÍN
TERCER
CUATRIMESTRE
2024

*"Donde la naturaleza
sana el alma y cada
rincón florece con
bienestar."*



Mª Rosario Arroyo Lázaro
Concejala de Servicios Sociales y Mayores

Estimadas vecinas y vecinos de Coslada:

Nos complace compartir con ustedes un resumen de las actividades realizadas en el último cuatrimestre de 2024 en el Jardín terapéutico "Los sentidos" un espacio dedicado al bienestar, la conexión con la naturaleza y la inclusión. Durante estos meses, hemos llevado a cabo talleres de estimulación sensorial, encuentros de horticultura terapéutica, jornadas de relajación al aire libre, además de actividades artísticas inspiradas en la naturaleza. Cada una de estas propuestas ha permitido a los participantes reconectar con su entorno, compartir experiencias enriquecedoras y mejorar su bienestar físico y emocional.

Os invitamos a conocer el jardín y participar en nuestras actividades. Este es un espacio abierto, inclusivo y pensado para disfrutar con los sentidos.

¡Os esperamos para seguir creciendo juntos!

Atentamente,

Ángel Viveros, alcalde de Coslada

Charo Arroyo, concejala delegada de Servicios Sociales y Mayores



EN SEPTIEMBRE VOLVEMOS SIEMPRE CON MUCHAS GANAS DE REENCONTRARNOS

“En septiembre, a fin de mes, el calor vuelve otra vez.”

Septiembre trae al jardín la transición del verano al otoño, con días aún cálidos y brisas suaves que invitan a disfrutar al aire libre. Es el momento ideal para preparar el jardín para la nueva temporada, sembrando plantas de otoño y recogiendo los últimos frutos del verano. Las actividades terapéuticas se llenan de energía renovada, y los usuarios disfrutan del equilibrio perfecto entre la vitalidad del verano y la calma del otoño que comienza.



S
E
P
T
I
E
M
B
R
E

RECOGIENDO LOS ÚLTIMOS FRUTOS DEL VERANO



Y PREPARANDO EL HUERTO PARA LA COSECHA DE INVIERNO

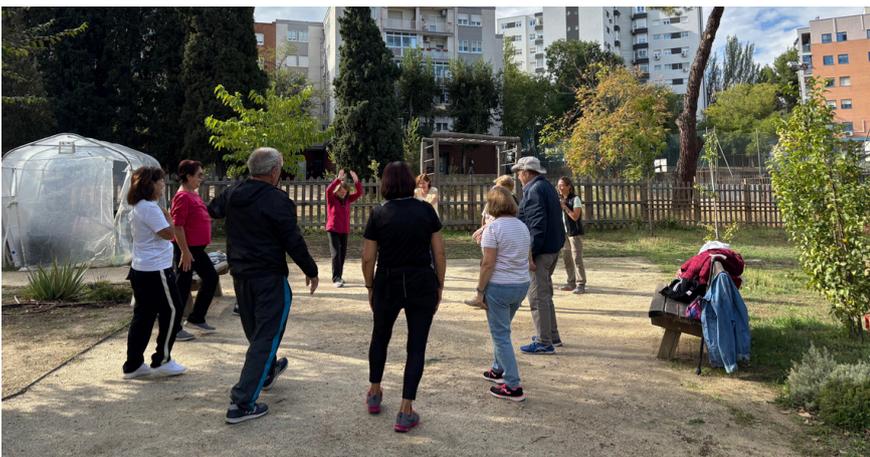




OCTUBRE ES UN BUEN MES PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE

"Octubre lluvioso, año copioso."

Octubre llena el jardín de tonos cálidos y una atmósfera acogedora. Es el mes perfecto para las actividades de recolección, como recoger semillas y frutos de temporada, que luego utilizamos en nuestros talleres terapéuticos. También disfrutamos de paseos bajo los primeros vientos frescos del otoño, dejando que el cambio de estación nos inspire y nos conecte con la naturaleza en su transformación.



O
C
T
U
B
R
E

TOMATES VERDES EN CONSERVA

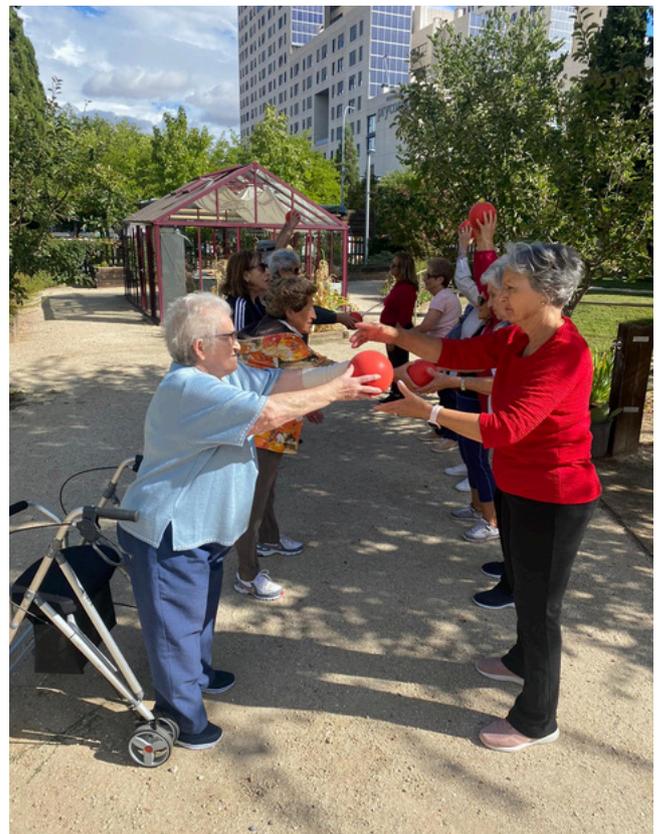
INGREDIENTES

- Tomates verdes
- Sal
- Vinagre
- Agua
- Ajos
- Laurel, tomillo y romero

1. LAVAR Y CORTAR LOS TOMATES.
2. TRITURAR LOS AJOS.
3. LAVAR Y CORTAR LAS PLANTAS AROMÁTICAS.
4. INTRODUCIR TODO EN UN TARRO DE CRISTAL.
5. ECHAR SAL AL GUSTO.
6. ECHAR VINAGRE AL GUSTO
7. RELLENAR CON AGUA EL RESTO DEL TARRO.



EN ESTOS MESES NOS ENCANTA HACER EJERCICIO FÍSICO AL SOL



NOVIEMBRE



NOVIEMBRE EMPIEZA BIEN CELEBRANDO HALLOWEEN

"Quien cava en noviembre, el tiempo pierde."

Noviembre es un mes especial en el jardín, cuando los colores del otoño nos envuelven y las hojas caídas se convierten en parte de nuestras actividades. Disfrutamos de talleres creativos con elementos naturales y de paseos terapéuticos, sintiendo el aire fresco y el crujir de las hojas bajo nuestros pies. Es un momento perfecto para conectar con la naturaleza y prepararnos para el invierno con energías renovadas.





EN NUESTRO JARDÍN NO SOLO EJERCITAMOS EL CUERPO. TAMBIÉN EJERCITAMOS LA MENTE Y PASAMOS MOMENTOS MUY DIVERTIDOS





FIESTA DE



HALLOWEEN





ESTE AÑO HEMOS DISFRUTADO DE UN
DICIEMBRE CON MUY BUENAS TEMPERATURAS

"Buen tiempo en septiembre, mejor en diciembre."

Diciembre trae alegría al jardín, donde disfrutamos de las manualidades navideñas y del ejercicio al aire libre, dejando que el sol nos reconforte en los días más fríos. También aprovechamos este mes para celebrar nuestra fiesta favorita, llena de momentos especiales y diversión.



D
I
C
I
E
M
B
R
E



ACTIVIDADES NAVIDEÑAS





FIESTA DE



NAVIDAD

