01

curriculum adelaMendiola

Coach Creativa

FORMACIÓN

02

- **Animadora Sociocultural**
- **UNED Acceso Universidad rama Sociología**
- **Habilitación para la Docencia en Grados A, B y C del Sistema de Formación Profesional 2025**
- **Arte Dramático**
- **Coaching Personal IESEC Valencia**
- **Coaching Empresarial y Ejecutivo IESEC Valencia**
- **Practicioner PNL TALENT INSTITUT Barcelona**

adelamendiolacoach@gmail.com

627523899

03

LO QUE SOY

CREATIVA

COMUNICADORA

CREADORA DE PROYECTOS EDUCATIVOS E INCLUSIVOS

REALIZADORA DOCUMENTALES SOCIALES

ESPECIALISTA EN DESARROLLO DEL TALENTO

TERAPEUTA EMOCIONAL

GUIONISTA

FORMADORA DE FORMADORES

DIRECTORA ESCÉNICA

COACH

FACILITADORA DE TALLERES DE CRECIMIENTO PERSONAL PRESENCIALES Y ONLINE

POETA

DRAMATURGA

CREADORA DE CONTENIDOS EN VALORES

AUTORA DE CUENTOS INFANTILES

ACTRIZ Y CUENTA CUENTOS

04

LO QUE PUEDO OFRECER

1. Teatro Social y Emocional.
2. Formadora de Formadores
3. Diseño de Proyectos de Educación en Valores
4. Creación y Organización de Eventos Sociales.
5. Cuenta Cuentos “Valory y su melena de Valores”
6. Taller Formación Cuentoterapia para Docentes.
7. Realización de Documentales Sociales.
8. Diseño de Proyectos creativos adaptados a las necesidades particulares de cada Colegio, Ayuntamiento, Empresa, Asociación u Organización.
9. Diseño de Proyectos Sociales Inclusivos - Discapacidad
10. Proyectos para la visibilización y concienciación sobre Salud Mental
11. Preparación Oposiciones – Exposiciones de Temas ante el Tribunal.
12. Diseño de ideas para marketing y plan de comunicación de Empresas.
13. Proyectos de Coaching y PNL para Personas, Autónomos, Empresas, Equipos de trabajo y diferentes colectivos.
14. Entrenamiento Cognitivo.
15. Coaching Personalizado.
16. Comunicación positiva.

COACHING

05

experiencia

1. Coaching y Comunicación para preparación de oposiciones.
2. Coaching enfocado a la orientación vocacional para estudiantes.
3. Talleres de Liderazgo y Autoestima para colectivos de mujeres - Concejalía Igualdad - Lorca.
4. Dinamización de Equipos Directivos Asociaciones de Mujeres - Concejalía Igualdad - Lorca.
5. Teatro-Terapia y Gestión Emocional para mujeres.
6. Proyecto Coaching Emocional y Creativo para mujeres afectadas de cáncer AECC Lorca.
7. Facilitadora de Creatividad y Brain Gym (Gimnasia Cerebral) Concejalía Igualdad - Lorca.
8. Talleres de “Apoyo Vital” - Concejalía Igualdad - Ayuntamiento de Águilas.
9. Sesiones Coaching Personal y Empresarial.
10. Coaching Grupal - Cohesión del Grupo.
11. Participación semanal en Emisora de Radio Local - Cadena Azul- con una colaboración especial de Coaching durante cuatro años.
12. Colaboración mensual en la revista La Placeta de Lorca con artículos de coaching.
13. Participación en talleres de resolución de conflictos con técnicas de creatividad y dramatización en Fundación CEPAIN, dentro del programa: "Acción integral para colectivos vulnerables".
14. Coaching para la Tercera Edad. Proyecto de Cuenta Cuentos para personas mayores. Concejalía del Mayor - Ayuntamiento de Lorca.
15. Curso Coaching "Conecta con tu mente" “Un Viaje por las emociones” en la Universidad Popular de Lorca.

06

experiencia

CONFERENCIAS

1. Conferencia ***"El Coaching, método de vida"*** para la Asociación de personas sordas de Lorca, ASPERSOLOR, Diciembre 2015.
2. Conferencia ***"Pensamiento creativo, un recurso para afrontar la vida"*** para la Asociación Española Contra el Cáncer, AECC dentro de la XI Jornadas de Salud organizadas en el Municipio de Lorca, Abril 2016
3. Conferencia ***"Pensamiento creativo, un recurso para afrontar la vida"*** para la Asociación de Amas de Casa Consumidores y Usuarios de Águilas, dentro de su XXI Semana Cultural, Junio 2016.
4. Conferencia ***"Alzheimer, un nuevo enfoque para la familia"*** para la Asociación de Alzheimer de Lorca, dentro de las jornadas de apoyo a las familias, Mayo 2016.
5. Conferencia **"El Color de la Vida"** en las 12ª jornadas de Salud organizada por la Junta Local de Lorca dela Asociación Española Contra el Cáncer. Marzo 2017
6. Conferencia **"Enchúfate a la corriente positiva"** para la Asociación de Amas de Casa Consumidores y Usuarios de Águilas, dentro de su XXII semana cultural, Julio 2017
7. Conferencia **"Semillas de Igualdad"** Concejalía de Igualdad – Puerto Lumbreras. Presentación programa 8 de marzo "Día de la Mujer" 2019
8. Conferencia **"Valory y su melena de Valores"** - Jornadas de Innovacion Educativa - Colectivo Innovamos Guadalentin. - Auditorio de Águilas 2021

07

experiencia

CHARLAS EDUCATIVAS

1. INSTITUTOS DE TOTANA - 4º ESO - Conmemoración del 25 de Noviembre 2021 - Día contra la Violencia sobre la Mujer. **"Valores Sociales que frenan la Violencia"**
2. INSTITUTOS DE TOTANA - 4º ESO - Conmemoración del 8 de Marzo 2022 - Día de los Derechos de la Mujer. **"La igualdad la creamos entre todos y todas"**
3. ACADEMIA OPOSITORES MAGISTERIO **- "ENCIENDE TU MENTE"** MOTIVACIÓN /2021
4. ACADEMIA OPOSITORES MAGISTERIO **- " CONEXIÓN CREATIVA"** CREATIVIDAD /2022
5. INSTITUTOS DE TOTANA 2º - 3º y 4º ESO - Conmemoración del 25 de Noviembre de 2023 con el proyecto **"EL CAMINO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO"**
6. INSTITUTOS DE TOTANA 1º - 2º Y 3º ESO - Conmemoración del 8 de Marzo de 2024 con el proyecto **"LA ANTORCHA DE LA IGUALDAD"**
7. IES Y CEIPS DE ÁGUILAS**: "EL TINTERO VIOLETA" 2023** Conmemoración del 8 de Marzo
8. IES Y CEIPS DE ÁGUILAS : "**EL ÁTOMO VIOLETA" 2025** Conmemoración del 8 de Marzo

DIRECTORA ESCÉNICA

1. **Directora Escénica en Talleres de Teatro** en Colegios, Institutos, Asociaciones de mujeres y Asociaciones del Mayor, en los municipios de Lorca, Águilas y Puerto Lumbreras
2. **Directora Artística de Documentales para LorcaBiciudad**
3. **Premio a la Mejor Dirección** en el IX CERTAMEN COMARCAL DE TEATRO PARA AFICIONADOS DEL TEATRO GUERRA en Lorca.
4. **Directora Escénica y Guionista del Espectáculo "Despierta Navidad"** para el Coro de Cámara MODUS NOVUS de Lorca, dentro de las jornadas navideñas a beneficio de Cáritas Española, el 28-12-2015.
5. **Directora de obras de teatro** creadas para la concienciación sobre violencia de género e Igualdad de Género
    a. **Guernica y Violencia de Género: Guerra y Horror. 2015**
    b. **La Odisea de una mujer maltratada. 2016**
    c. **El Abrazo Violeta. 2016**
    d. **Sociedad Fénix. 2016**
    e. **Aurora, un nuevo amanecer. 2017**

DIRECTORA ESCÉNICA

f. Valory, en busca de los valores perdidos. 2017
g. La Vida en un Tejío 2018
h. El camino plateado de la luna 2019
i. Tintero Violeta. 2023
j. Mujeres sin cuento. 2023
k. Atrapa tu sueño. 2024

6. Directora Teatro obra "MI HEMISFERIO IZQUIERDO" creada para la III Jornada de Innovación Educativa organizada por el Colectivo Innovamos Guadalentin de Lorca y la I Jornada para la Prevención del Suicidio organizada por el Hospital Psiquiátrico Román Alberca de El Palmar. 2022 Y 2023

10

experiencia

EVENTOS SOCIALES

1. **“LATIDO DE IGUALDAD”** Ayuntamiento de Lorca. 2015-2016-2017-2018
2. **“LATIDO DE IGUALDAD”** Ayuntamiento de Águilas. 2017-2018
3. **“LATIDO DE IGUALDAD”** Ayuntamiento de Totana. 2017-2018
4. **“LATIDO DE IGUALDAD”** Ayuntamiento de Alhama de Murcia 2019 - 2020
5. **“LATIDO DE IGUALDAD”** Ayuntamiento de Almoradí (Alicante) 2019
6. Creadora, Guionista y Presentadora del Evento Social **“PASARELA SOLIDARIA”** organizado para la Asociación Española Contra el Cáncer de Lorca (2016-2017) - **“II PASARELA SOLIDARIA”** (2019) - **III PASARELA SOLIDARIA** (2023) y **IV PASARELA SOLIDARIA** (2024)
7. **“VALORY Y LA MUJER RURAL”** Evento en el Colegio de Villaespesa de Lorca basado en el libro de Valory y su melena de Valores con motivo del día internacional de la Mujer Rural 2016
8. EVENTO **“RIOS VIOLETAS”** Ayuntamiento de Totana – 25 Noviembre 2021 Día Internacional contra Violencia de Género sobre la Mujer
9. Proyecto Audiovisual **“PONTE EN MIS ZAPATOS”** Corto contra violencia de género – Ayuntamiento de Águilas – 25 de Noviembre 2021
10. Coordinación, Presentación, Dirección escénica y Guion EVENTO **”ALMORADÍ, CIUDAD EDUCADORA”** – Ayuntamiento de Almoradí (Alicante) – 26 de Noviembre **2021** y 3 de Diciembre - **2022** y 10 de Diciembre - **2024**

11

experiencia

EVENTOS SOCIALES

11. **“LA ANTORCHA DE LA IGUALDAD"** Ayuntamiento de Águilas 2022 / Conmemoración del 8 de Marzo, Día Mundial por los Derechos de la Mujer.
12. **“LA IGUALDAD POR BANDERA"** Ayuntamiento de Totana 2022 / Conmemoración del 8 Marzo, Día Mundial por los Derechos de la Mujer
13. “**COMETAS DE LA LIBERTAD”** Ayuntamiento de Totana 2022 / Conmemoración del 25 Noviembre, Día contra la violencia de género hacia la mujer.
14. **"EL TINTERO VIOLETA"** Ayuntamiento de Águilas 2023/ Conmemoración del 8 de Marzo, Día Mundial por los Derechos de la Mujer.
15. **"LAS CARTAS VIOLETAS"** Mensajes de Dignidad e Igualdad para una Sociedad sin Violencia. Ayuntamiento de Totana 2023 / Conmemoración del 8 de Marzo, Día Mundial por los Derechos de la Mujer.
16. “**EL CAMINO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO”** Ayuntamiento de Totana 2023 / Conmemoración del 25 de Noviembre - Día contra la violencia de género hacia la mujer.
17. “**LA ANTORCHA DE LA IGUALDAD”** Ayuntamiento de Totana 2024 / Conmemoración del 8 Marzo - Día Mundial por los derechos de la mujer.
18. **“ATRAPA TU SUEÑO”** Ayuntamiento de Águilas 2024 / Conmemoración del Día 8 de Marzo. Proyecto Inclusivo

ACTRIZ

1. Miembro de la Compañía del Teatro Guerra de Lorca durante 12 años, realizando funciones de **ACTRIZ, PRODUCCIÓN, REGIDURÍA** en numerosos espectáculos infantiles y para adultos.
2. **CUENTA CUENTOS y ANIMADORA SOCIOCULTURAL** en Bibliotecas y en eventos culturales en Lorca, Puerto Lumbreras y Águilas
3. Diseño y **Realización Escenografías.**
4. Diseño y **Realización Vestuario.**
5. **LOCUCIONES-VOZ DRAMATIZADA** para radio y publicidad
6. Locuciones para documentales LORCABICIUDAD.
7. Diseñadora de Cuñas de publicidad con técnicas de neuromarketing
8. **ACTRIZ** en anuncios publicitarios para la Televisión Comarcal de Lorca y en Documentales para el Canal Sur.

12

experiencia

13

experiencia

DOCUMENTALES

1. Guion original y dirección documental **“MUJERES LIDERANDO EL CORAZÓN DE LA SOCIEDAD"** para la Concejalía de Igualdad de Águilas con motivo del día 8 de Marzo de 2021 **https://youtu.be/W4nnN6JA60Y**
1. Guion original, dirección y Realización del documental **“LORCA & LORCA”** con motivo el día internacional del libro, interpretado por el grupo **“LUCERNAS”**, formado por mujeres afectadas de cáncer. 2021 **https://www.youtube.com/watch?v=UuNgRkcAv70&t=57s**
1. Guion original, dirección y realización del documental **“DESPIERTA”** con motivo del día internacional del medio ambiente y el día de los océanos, interpretado por el grupo “**LUCERNAS**” y el **GRUPO SCOUT DE LORCA** 2021 **https://www.youtube.com/watch?v=ObLALj66Pn8&t=289s**
1. Guion original, Dirección y Realización del documental **“LÁGRIMAS ROJAS”** con motivo del día internacional contra la violencia sobre la mujer” interpretado por el grupo **LUCERNAS** y con la colaboración del **GRUPO SCOUT DE LORCA** 2021 **https://youtu.be/ARz6yrIlzKU**
1. Guion original y Dirección del Corto **“PONTE EN MIS ZAPATOS”** para la **Concejalía de Igualdad de Águilas** con motivo del 25 de Noviembre, Día Internacional contra violencia de género 2021 **https://youtu.be/GBiIOCRY4bU**

14

experiencia

DOCUMENTALES

1. Guion original, Dirección y Realización del Documental **"EL PARQUE DE LA MUJER"** para el día 8 de Marzo 2022, interpretado por el Grupo MUJERES LUCERNAS **https://youtu.be/jfTtALa14iM**
1. Dirección y Realización Vídeo Corporativo **ASOFEM - Asociación de Salud Mental de Lorca**
1. Guion - Dirección y Realización del Documental **"VUELVO A CASA"** **Hospital Román Alberca - El Palmar - Murcia -** "Día internacional para la Prevención del Suicidio" 2024. **https://www.youtube.com/watch?v=nMRZWpeHHJY**
1. Guion - Dirección y Realización del Documental Navideño **"EL ÁRBOL DE LA SUPERACIÓN" - Grupo MUJERES LUCERNAS -** Mujeres afectadas de Cáncer. 2024 **https://www.youtube.com/watch?v=z7GvoRbYmuc&t=48s**

ESCRITORA

15

experiencia

1. Primer premio Certamen Regional de Murcia de Relato Corto sobre Violencia de Género con el relato **“El corredor de la muerte”**
2. Creadora de Guiones para videos publicitarios promocionales. Proyecto audiovisual **APICOSE** (Asociación de Fabricantes de Piensos Compuestos del Sureste de España)
3. Desarrollo de ideas creativas adaptadas a campañas publicitarias.
4. Autora Obras Teatrales para talleres de teatro con diferentes colectivos: mujeres, mayores, adolescentes y niños.
5. Autora de la obra de Teatro **“Guernica y Violencia de Género, guerra y horror”** dentro del marco del Teatro para la concienciación social en materia de violencia de género (25 de noviembre)
6. Autora de la obra de Teatro **“La Odisea de una Mujer Maltratada”** creada para participar en los actos organizados para el 8 de Marzo de 2016. Teatro social y emocional.
7. Autora del Cuento infantil **“Valory y su melena de Valores”.**
8. **Preparación de Discursos Institucionales** para Concejalías de Igualdad con motivo del **25N y 8M,** Concejalías de Educación y Alcaldías.

16

experiencia

ESCRITORA

1. Autora de la Obra de Teatro Social **“El Abrazo Violeta”** creada y estrenada para el día contra la Violencia de Género en Lorca. 25-11-2016
2. Autora de la Obra de Teatro Social **“Sociedad Fénix”** creada y estrenada en Águilas para el día contra la Violencia de Género. 25-11-2016
3. Autora de la Obra de Teatro Social y Emocional **“Aurora, un nuevo amanecer”** estrenada el 25 de Noviembre de 2017 en el Teatro Guerra de Lorca con motivo del día contra la Violencia de Género.
4. Autora de la Obra de Teatro Social y Emocional **“Valory, en busca de los Valores perdidos”** estrenada en el Auditorio Infanta Elena de Águilas con motivo del 8 de Marzo, día internacional de la Mujer.(2018)
5. Autora de la obra de Teatro Social y Emocional **“La vida en un tejío”** estrenada en la Casa de Cultura de Águilas el 25 de Noviembre con motivo del día contra Violencia de Género(2018)
6. Autora de la obra de Teatro Social y Emocional **“El camino plateado de la luna”** estrenada en Teatro Guerra de Lorca con motivo del día 8 de Marzo de 2019

17

experiencia

ESCRITORA

7. Autora de la obra de Teatro infantil **“La magia de la Tierra”** - Ecología y sostenibilidad 2019
8. Autora de la Obra de Teatro Social “**Mi Hemisferio Izquierdo**” Salud Mental y Educación Emocional 2022
9. Autora del Cuento "**Una Historia con Alas y Valores**" Discapacidad y Educación en Valores 2022
10. Autora de la Obra de Teatro “**Mujeres sin cuento**” Igualdad y Edadismo 2023
11. Autora de la Obra de Teatro “**El Tintero Violeta**” Igualdad e Inclusión 2023
12. Autora de la Obra de Teatro “**El regalo de Dios**” Valores en Navidad 2023
13. Autora de la Obra de Teatro “**Atrapa tu sueño**” Igualdad y Discapaciad 2024
14. Autora de la Obra de Teatro **“Las Estrellas Violetas”** Igualdad y Edadismo 2024

18

experiencia

PROYECTOS EDUCATIVOS

DISCAPACIDAD

“UNA HISTORIA CON ALAS Y VALORES”

Cuento escrito por Adela Mendiola, basado en la historia real de una persona con discapacidad, creado para concienciar sobre la realidad de la discapacidad y conectar con los valores de las personas que tienen una discapacidad y con los valores de las personas que ayudan a su integración en la sociedad. (3º-4º-5º y 6º primaria)

“ATRAPA TU SUEÑO”

Proyecto Inclusivo para empatizar con las personas con discapacidad a través de sus sueños y anhelos. En colaboración con Asociaciones de Discapacidad.

“INVESTIGADORES DE LOS ESPACIOS INCLUSIVOS”

La discapacidad es una realidad que necesita mucha conciencia y la mejor manera de despertarla es meternos de lleno en su esencia, proponiendo a los alumnos y alumnas de 4º-5º y 6º de primaria que se conviertan en “Investigadores de los espacios inclusivos”, para identificar toda la señalética inclusiva que está situada en el colegio y así, poder hacer propuestas de mejora.

19

experiencia

PROYECTOS EDUCATIVOS

IGUALDAD

“LA ANTORCHA OLÍMPICA”
“ATRAPA TU SUEÑO”
“EL TINTERO VIOLETA”
“LA IGUALDAD POR BANDERA”
“CARTAS VIOLETAS”
“VALORY Y SU MELENA DE VALORES”
“EL ÁTOMO VIOLETA”

VIOLENCIA DE GÉNERO

“RIOS VIOLETAS“
“COMETAS DE LA LIBERTAD“
“EL CAMINO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO”
“LA MARGARITA DICE NO A LA VIOLENCIA”

20

experiencia

PROYECTOS EDUCATIVOS

MEDIO AMBIENTE

“VALORY, EN BUSCA DE LOS VALORES PERDIDOS”
“LA MAGIA DE LA TIERRA”
“LOS ÁRBOLES LEGENDARIOS DE MI CIUDAD”

VALORES Y EMOCIONES

“VALORY Y SU MELENA DE VALORES
“SOY TU ESPEJO”

DÍA DEL LIBRO

“VALORY Y EL LIBRO ORÍGINUS”

PLAN CORRESPONSABLES

TALLER DE ESCRITURA CREATIVA “CONEXIÓN CREATIVA”

FUNCIONES DIRECTIVAS

- Presidenta de la Asociación de Teatro “Compañía Teatro Guerra” de Lorca, realizando funciones de Administración, Dirección y Marketing.

- Presidenta de la Asociación OCRE & ALMA constituida para la concienciación social, desarrollando tareas de Administración, y funciones de agente de cambio social, gestora de ideas y elaboración de proyectos sociales.

- Directora de la Compañía de Teatro Social “TEATRO DE LA LUZ” de Lorca.

adelaMendiola

GRACIAS