

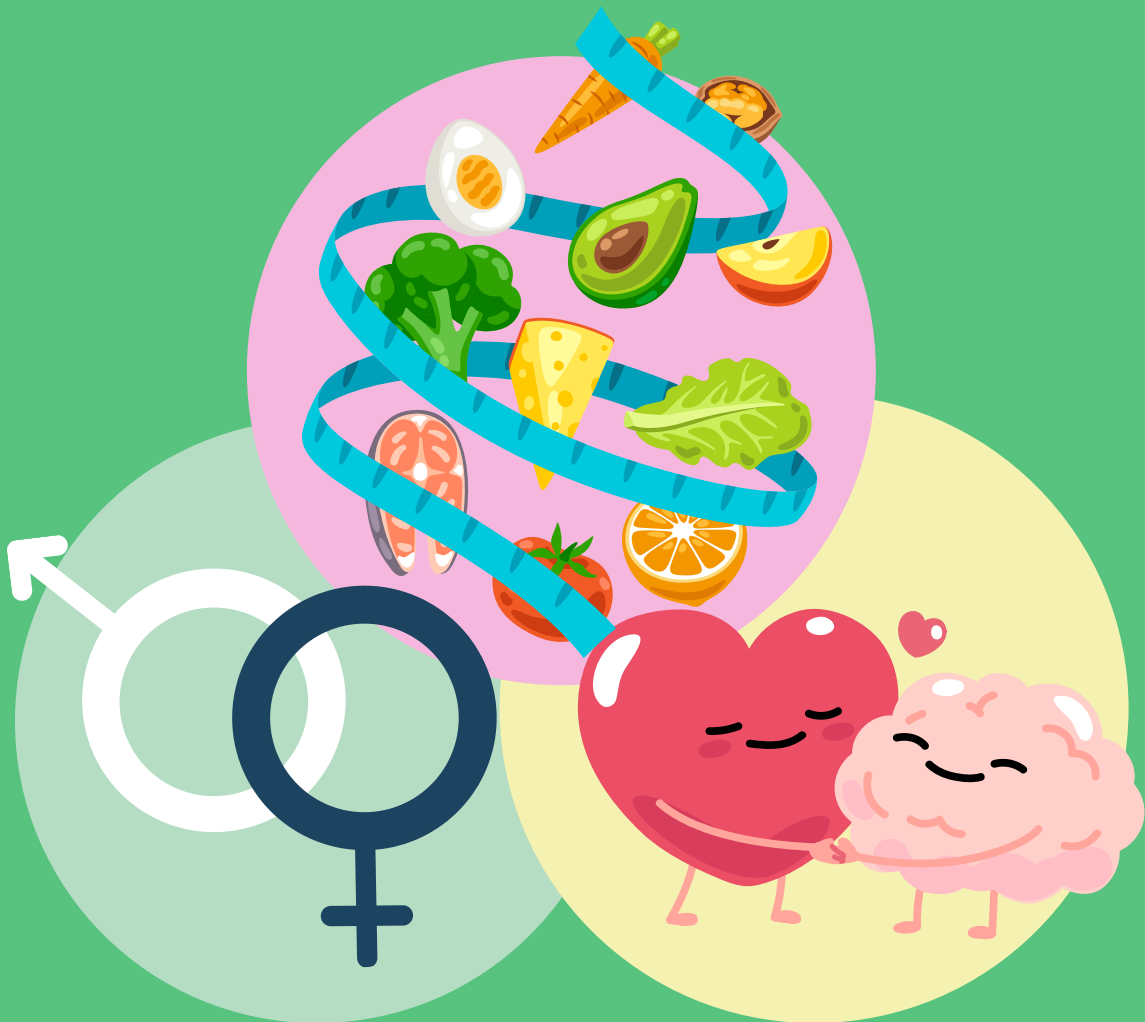
FIN DE SEMANA

de la

SALUD

para jóvenes y adolescentes

11 AL 13 DE OCTUBRE 2024



¡Participa en las actividades y llévate una esterilla de regalo para tus entrenos en casa!



Ayuntamiento de
Velilla de San Antonio

VIERNES 11 OCTUBRE

TEATRO Y COLOQUIO

"POR LA BOCA", CÍA. VENTRÍCULO VELOZ

11:30 horas

Auditorio Mariana Pineda

Actividad dirigida a alumnado del IES Ana María Matute.



Suena el despertador, son las seis y media de la mañana. Hoy es un día como el de ayer y, probablemente, igual que el de mañana. Sonia, una adolescente enferma de anorexia, comienza otra jornada con la enfermedad, un mal que a todos nos suena de lejos, pero del que, seguramente, sabemos muy poco. Sonia es una adolescente más que se bate en un duelo diario por la boca.

¿CUÁNTO SABES DE SEXO? - YINCANA

De 17:30 a 18:30 horas

Casa de la Juventud

Actividad gratuita dirigida a jóvenes y adolescentes

Organizada por el grupo de pequeños (11-13 años) de MEL (Montando El Local).

A través de diferentes pruebas y juegos las y los participantes podrán poner a prueba sus conocimientos sobre sexualidad.



"DISFRUTA DE TU SEXUALIDAD DE FORMA SEGURA". CHARLA.

A cargo de la matrona del Consultorio Local de Velilla, María Jesús Calero Chacón

De 18:30 a 20:00 horas

Casa de la Juventud

Actividad gratuita dirigida a jóvenes y adolescentes

Hablaremos sobre cómo cuidarnos para proteger nuestra salud y conoceremos las alternativas para planificar los embarazos y disfrutar de una sexualidad saludable. Podrás enviarnos tus preguntas o inquietudes en el formulario de inscripción y María Jesús las responderá durante la charla (de forma anónima).



¿NOS TOMAMOS ALGO?

De 20:00 a 21:00 horas

Casa de la Juventud

Cerramos este primer día de las jornadas compartiendo unos maravillosos cócteles sin alcohol que nos servirán los expertos de Manolo Manolo.



SÁBADO 12 OCTUBRE

"AnsiosaMENTE". TALLER SOBRE SALUD MENTAL

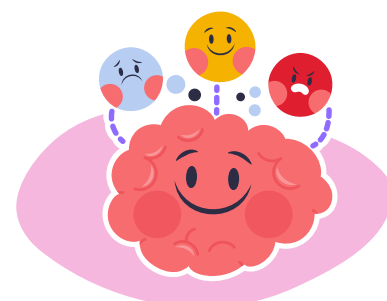
De 10:00 a 11:30 horas

Casa de la Juventud

Actividad gratuita dirigida a jóvenes y adolescentes.

Organizado por el grupo de adolescentes (12-17 años) de las Comisiones de Participación Velilla de San Antonio.

Nos explicarán cómo viven la ansiedad desde su propia perspectiva y finalizaremos con una actividad práctica en la que se propondrán técnicas y recursos para combatirla.



BREAK SALUDABLE

De 11:30 a 12:00 horas

Casa de la Juventud



Todas las actividades son gratuitas
Inscripciones [en este enlace](#)
y en el QR hasta el 4 de octubre



“NO TE COMAS EL COGO”. COLOQUIO

A cargo del psiquiatra Diego Figuera Álvarez.

De 12:00 a 13:30 horas

Casa de la Juventud

Actividad dirigida a jóvenes y adolescentes

Hablaremos sobre salud mental y soledad no deseada en jóvenes, reflexionando sobre los hábitos diarios que nos empujan a aislarnos, tomar conciencia de ellos y poder cambiarlos, en una etapa en la que la socialización es fundamental.



TALLER “LA BUENA COMUNICACIÓN”

De 16:30 a 18:00 horas

Casa de la Juventud

Actividad dirigida a jóvenes y adolescentes

Organizado por el grupo de mayores (13-15 años) de MEL (Montando El Local).

Mediante un role-playing, tanto adultos como adolescentes pondrán en práctica sus habilidades comunicativas. Posteriormente estos últimos guiarán la reflexión final.



“CÓMO COMUNICARTE CON TU ADOLESCENTE Y NO MORIR EN EL INTENTO”. CHARLA

A cargo de Yolanda Villanueva, educadora social de la Mancomunidad de Servicios Sociales Mejorada-Velilla.

De 18:00 a 19:30 horas

Casa de la Juventud

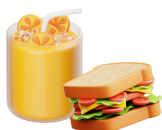
Actividad dirigida a padres, profesores y público general

Se abordarán los problemas de brecha generacional y adicción a las nuevas tecnologías, facilitando herramientas para un mejor entendimiento y consecución de objetivos que promuevan el bienestar de ambas partes en la relación.

MERIENDA SALUDABLE

De 19:30 a 20:00 horas

Casa de la Juventud



MONÓLOGO “SEXTING, GHOSTING Y ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL” Y COLOQUIO

De 20:00 a 21:30 horas

Casa de la Juventud

Actividad dirigida a adolescentes desde 14 años en el que aprender divirtiéndose.

Silvia Pérez Martínez, sexóloga y monologuista hablará sobre sexualidad y afectividad de manera divertida y nos empujará a la reflexión y a la empatía.



DOMINGO 13 OCTUBRE

“TÚ PUEDES SALVAR VIDAS. DONA MÉDULA”



El Centro de Transfusiones de la Comunidad de Madrid nos explicará cómo se realiza un trasplante de médula ósea y la importancia de registrarnos como donantes, un simple gesto que puede salvar muchas vidas. Si eres mayor de 18 años, podrás hacerte donante.

De 10:30 a 11:00 horas

Casa de la Juventud

Actividad dirigida a jóvenes y adolescentes



Al finalizar la charla, podrás recoger tu esterilla de regalo.



CONECTA CON LA NATURALEZA: CAMINATA Y PÍCNIC SALUDABLE

De 11:30 a 14:00 horas

Lagunas del Miralrío (punto de encuentro en la Casa de la Juventud)

Actividad dirigida a público general

Senda guiada por las lagunas de Miralrío. Al finalizar te invitamos a un picnic saludable para cerrar el Fin de Semana de la Salud. Organizado junto a SeoBirdLife.

Todas las actividades son gratuitas
Inscripciones [en este enlace](#)
y en el QR hasta el 4 de octubre.





Ayuntamiento de
Velilla de San Antonio

Organiza

CONCEJALÍA DE SANIDAD

Colaboran

Concejalía de Servicios Sociales
Mancomunidad de Servicios Sociales Mejorada-Velilla
Concejalía de Infancia y Juventud

Proyecto cofinanciado por:

