

Taller: EL PODER DE LOS HÁBITOS

Descripción del Taller

¿Te has parado a pensar cómo tus hábitos diarios influyen en tu bienestar?

El Poder de los Hábitos es un taller dirigido a jóvenes de entre 15 y 35 años de nuestro municipio que quieren conocerse mejor, mejorar su día a día y ganar en bienestar e independencia.

A través de dinámicas participativas, experiencias prácticas y un ambiente cercano, descubrirás cómo pequeños cambios pueden marcar una gran diferencia. Aprenderás herramientas útiles de autocuidado, fortalecerás tu autonomía y desarrollarás hábitos saludables que podrás aplicar fácilmente en tu vida cotidiana.

¡Anímate a participar y empieza a construir tu mejor versión desde hoy!



1/2

Fechas:

Inscripción: **del 5 al 11 de mayo** Realización: **13 Mayo**

Horario

Hora de inicio: **16:30** Hora finalización: **19:30**

Plazas Ofertadas

Nº de Plazas: **20**

Lugar

La Caja Blanca Avda. Editor Ángel Caffarena nº 8



Observaciones	
Requisitos de participación / Acceso	Los/as menores de edad deberán entregar, al inicio del taller, el modelo de autorización firmado por el responsable legal (padre, madre o tutor/a, acompañado de fotocopia del DNI del firmante). Para poder hacer inscripciones on line hay que estar dado de alta en la Base de datos del Área de Juventud. Para ello, previamente hay que enviar por correo electrónico (desde la cuenta de correo que quieras dar de alta) solicitándolo a juventud@malaga.eu adjuntando copia del DNI e indicar un nº de teléfono. Se podrá acceder al taller hasta un máximo de 5 minutos pasada la hora prevista de inicio. Pasado este tiempo, la plaza quedará libre a disposición de otros usuarios, sin derecho a ningún tipo de reclamación.
Imparte	Javier Rivas, Blanca Ortega, Francisca Romero, Alba Galiano y Rocío Rodríguez.
Recordatorio	Los/as jóvenes podéis realizar propuestas de iniciativas, relacionadas con la ocupación del tiempo libre, que fomenten el ocio educativo, la suma de esfuerzos y la implicación en proyectos que hacen ciudad. Las propuestas recibidas que finalmente sean seleccionadas, pasaran a formar parte de los Talleres BIJ. https://juventud.malaga.eu/es/actividades-y-programas-00001/banco-de-iniciativas-juveniles/
Si necesitas más Información	Puedes contactar: Asociación Generación Segura: asociaciongeneracionsegura@gmail.com Coordinador BIJ coordinadorbij@gmail.com Área de Juventud: juventud@malaga.eu