

# Comunidad Joven

---

20 - 21 - 22 julio

Valladolid

Programa



NOS  
IMPULSA



# FORMACIONES

## SALUD MENTAL Y GESTIÓN EMOCIONAL

- Salud Mental Colectiva.
- Mundo emocional: identificación, funcionalidad y gestión de las emociones; cuerpo emocional.
- Malestar, ¿Qué hacer con él?
- Autoestima: ¿Cómo nos han tratado?; identidad; ¿Cómo me miran otros ojos?
- Dinámicas y cuentos.

## EDUCACIÓN SEXUAL

### BLOQUE 1: El Hecho sexual humano

- ¿Qué entendemos por sexualidad? Aclarando conceptos
- Fisiología, autoconocimiento y autoestima
- Construcción de nuestra biografía sexual: roles y estereotipos de género en el desarrollo de la sexualidad
- Diversidad sexual: identidades sexuales y orientaciones del deseo sexual

### BLOQUE 2: La erótica satisfactoria

- El derecho al placer
- La Respuesta Sexual Humana
- Salud sexual: Anticoncepción, IVE, ITG...
- Erótica responsable: Consentimiento, deseo y consenso.
- Dificultades eróticas

### BLOQUE 3: Las relaciones sanas e igualitarias

- Los buenos amores: las claves de una relación sana o insana.
- La ética relacional y sistema de cuidados
- Comunicación y afecto
- Corresponsabilidad y negociación en los vínculos amorosos

# ORGANIGRAMA JORNADAS

## JUEVES, 20 DE JULIO

- 12:00 - 13:00: Recepción y acreditación de participantes
- 14:00 - 15:00: Comida
- 15:00 - 16:00: Dinámicas de presentación.
- 16:00 - 20:00: Actividad de voluntariado en Valladolid (Programa de Voluntariado Joven)
- 21:00 - 22:00: Cena
- 22:30 - 23:30: Actividad intercultural

## VIERNES, 21 DE JULIO

- 8:00 - 9:00: Desayuno
- 9:30 - 13:30: Formación "Salud mental y gestión emocional" o "Educación Sexual"

\*Cada participante seleccionará la formación en la que desea participar

- 13:45 - 15:00: Comida
- 15:00 - 20:30: Visita al Canal de Castilla en Frómista
- 21:00 - 22:00: Cena
- 22:00 - 23:30: Actividades de cohesión grupal

## SÁBADO, 22 DE JULIO

- 8:00 - 9:00: Desayuno
- 9:30 - 13:30: Formación "Salud mental y gestión emocional" o "Educación Sexual"
- 14:00 - 15:00: Comida
- 16:00 - 17:30: Conociendo iniciativas de entidades juveniles
- 17:30 - 18:00: Conclusiones y cierre del encuentro.
- 18:30: Transportes