

# SALUD MENTAL JUVENIL

SERVICIO DE PREVENCIÓN DE ELCHE Y PEDANÍAS PARA JÓVENES ENTRE 12 Y 30 AÑOS

## JUNIO

**GRATUITO  
SIN INSCRIPCIÓN**

- ✓ GESTIONAR EL MALESTAR
- ✓ REDUCIR CONFLICTOS FAMILIARES
- ✓ MEJORAR HABILIDADES LABORALES
- ✓ CONOCER GENTE INTERESANTE
- ✓ TIEMPO DE OCIO CON CALIDAD



LUNES	CJ Carrús	16:00 - 20:00
MARTES	CJ Pedanías	16:00 - 20:00
MIÉRCOLES	CCCE L' Escorxador	10:00 - 12:00
	CCCE L' Escorxador	16:00 - 20:00
JUEVES	CCCE L' Escorxador	10:00 - 12:00
	CCCE L' Escorxador	16:00 - 20:00
VIERNES	CCCE L' Escorxador	10:00 - 12:00
	CCCE L' Escorxador	16:00 - 20:00

### CJ CARRÚS

Carrer Antonio Brotons Pastor, 72,  
03205 Elx, Alicante (en el Centro  
Polivalente de Carrús).

### CJ PEDANÍAS

Torrellano, L' Altet, Las Bayas, La Hoya  
y La marina

### CCCE L' ESCORXADOR

C/ Curtidors, 23, 03203 Elx, Alicante  
(junto a la Concejalía de Juventud)



CANAL DE DIFUSIÓN

¡SÍGUENOS PARA ENTERARTE DE TODO!

### LA CLAU MENTAL - PODCAST

Grabamos todos los viernes ¿Te gustaría participar? Ponte en contacto con nosotros.

### TALLER PARA MADRES Y PADRES

La última semana de cada mes realizamos talleres prácticos para profesores/as, educadores/as y familias.

**657036229**

**657036240**

[prevencionsaludmentalelche@neuralsalud.es](mailto:prevencionsaludmentalelche@neuralsalud.es)



Excelentísimo  
AYUNTAMIENTO  
de ELCHE

calmamente

# SALUD MENTAL JUVENIL

SERVICIO DE PREVENCIÓN DE ELCHE Y PEDANÍAS PARA JÓVENES ENTRE 12 Y 30 AÑOS

#SALA\_JOVEN\_CARRÚS

## JUNIO

Lunes 1	
16:00 - 18:00	Laboratorio creativo: Diseña tu monstruo interior
18:00 - 20:00	Cómo expresar desacuerdo sin acabar discutiendo
Lunes 8	
16:00 - 18:00	Vida Adulta para Principiantes: Cómo no acabar odiando tu trabajo
18:00 - 20:00	Club de los socialmente torpes: sobrevivir a lo incómodo
Lunes 15	
16:00 - 18:00	Más independencia, menos conflictos
18:00 - 20:00	Cómo organizar un plan realista para tus próximos 3 meses
Lunes 22	
16:00 - 18:00	Club de los socialmente torpes: ¿Le caigo mal o me lo estoy inventando?
18:00 - 20:00	Lo que necesito de mi familia este verano
Lunes 29	
16:00 - 18:00	¿Quién quiero ser este verano?
18:00 - 20:00	Laboratorio creativo: museo de las cosas que no digo



657036229

657036240

prevencionsaludmentalelche@neuralsalud.es

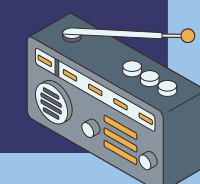


Excelentísimo  
AYUNTAMIENTO  
de ELCHE

calmamente

Todos los viernes grabamos el programa de radio de la Clau Mental ¿Te gustaría venir?

¡Contáctanos!



# SALUD MENTAL JUVENIL

SERVICIO DE PREVENCIÓN DE ELCHE Y PEDANÍAS PARA JÓVENES ENTRE 12 Y 30 AÑOS

#CENTROS\_JUVENILES\_PEDANÍAS

## JUNIO






<b>L'ALTET</b>	<b>Martes 3</b>
16:00 - 18:00	Vida Adulta para Principiantes: Cómo no acabar odiando tu trabajo
18:00 - 20:00	¿Por qué hacemos cosas que sabemos que nos perjudican?

<b>LAS BAYAS</b>	<b>Martes 10</b>
16:00 - 18:00	Vida Adulta para Principiantes: Cómo no acabar odiando tu trabajo
18:00 - 20:00	¿Por qué hacemos cosas que sabemos que nos perjudican?

<b>LA HOYA</b>	<b>Martes 17</b>
16:00 - 18:00	Vida Adulta para Principiantes: Cómo no acabar odiando tu trabajo
18:00 - 20:00	¿Por qué hacemos cosas que sabemos que nos perjudican?

<b>LA MARINA</b>	<b>Martes 24</b>
16:00 - 18:00	Vida Adulta para Principiantes: Cómo no acabar odiando tu trabajo
18:00 - 20:00	¿Por qué hacemos cosas que sabemos que nos perjudican?



-  HABILIDAD PARA MANEJAR EL MALESTAR Y SENTIRTE REALMENTE BIEN
-  PARA ECHARNOS UNAS RISAS, CONOCER GENTE Y HACER PLANES
-  HABILIDADES PARA CONSEGUIR UN BUEN TRABAJO Y DESCUBRIR TU PASIÓN
-  HABILIDAD PARA RELACIONARTE MEJOR CON LOS DEMÁS Y CONTIGO MISMO/A
-  HABILIDAD PARA MEJORAR LA RELACIÓN EN LA FAMILIA

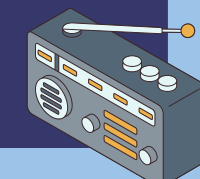
**657036229**

**657036240**

prevencionsaludmentalelche@neuralsalud.es

Todos los viernes grabamos el **programa de radio** de la Clau Mental ¿Te gustaría venir?

**¡Contáctanos!**



CANAL DE DIFUSIÓN  
¡SÍGUENOS PARA ENTERARTE DE TODO!



Excelentísimo  
AYUNTAMIENTO  
de ELCHE

calmamente

# SALUD MENTAL JUVENIL

SERVICIO DE PREVENCIÓN DE ELCHE Y PEDANÍAS PARA JÓVENES ENTRE 12 Y 30 AÑOS

#L\_ESCORXADOR\_CCC\_ELCHE

## JUNIO

### Miércoles 3

10:00 - 12:00	Laboratorio creativo: museo de las cosas que no digo
16:00 - 18:00	Hablar para resolver
18:00 - 20:00	Descubrir intereses profesionales

### Miércoles 10

10:00 - 12:00	Vida Adulta para Principiantes: Cómo no acabar odiando tu trabajo
16:00 - 18:00	Club de los socialmente torpes: sobrevivir a lo incómodo
18:00 - 20:00	Escuchar sin preparar tu respuesta

### Miércoles 17

10:00 - 12:00	Juegos de estrategia y cooperación
16:00 - 18:00	Vida Adulta para Principiantes: Cómo no acabar odiando tu trabajo
18:00 - 20:00	Laboratorio creativo: diseña tu monstruo

### Miércoles 24

10:00 - 12:00	FESTIVO
16:00 - 18:00	FESTIVO
18:00 - 20:00	FESTIVO

### Jueves 4

10:00 - 12:00	Pedir favores, poner límites y decir que no
16:00 - 18:00	Laboratorio creativo: museo de las cosas que no digo
18:00 - 20:00	Resolver conflictos sin ganar ni perder

### Jueves 11

10:00 - 12:00	¿Qué hago cuando me enfado?
16:00 - 18:00	Club de los socialmente torpes: sobrevivir a lo incómodo
18:00 - 20:00	Laboratorio creativo: diseña tu monstruo

### Jueves 18

10:00 - 12:00	Normas, libertad y responsabilidad
16:00 - 18:00	Construir hábitos que duren
18:00 - 20:00	Conversaciones difíciles

### Jueves 25

10:00 - 12:00	Club de los socialmente torpes: Cómo entrar en una conversación
16:00 - 18:00	Negociar acuerdos familiares
18:00 - 20:00	TALLER PARA MADRES, PADRES Y EDUCADORES

### Viernes 5

10:00 - 12:00	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	Lo que agradezco y nunca digo
18:00 - 20:00	Vida Adulta para Principiantes: Cómo no acabar odiando tu trabajo

### Viernes 12



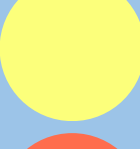



10:00 - 12:00	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	Tu cuerpo te avisa antes que tu cabeza
18:00 - 20:00	Pequeños cambios que mejoran la convivencia

### Viernes 19

10:00 - 12:00	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	Aceptar emociones sin obedecerlas
18:00 - 20:00	Sentirte parte del grupo

### Viernes 26

10:00 - 12:00	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	Mi plan de bienestar para verano
18:00 - 20:00	qué me llevo y qué quiero seguir construyendo

-  HABILIDAD PARA MANEJAR EL MALESTAR Y SENTIRTE REALMENTE BIEN
-  PARA ECHARNOS UNAS RISAS, CONOCER GENTE Y HACER PLANES
-  HABILIDADES PARA CONSEGUIR UN BUEN TRABAJO Y DESCUBRIR TU PASIÓN
-  HABILIDAD PARA RELACIONARTE MEJOR CON LOS DEMÁS Y CONTIGO MISMO/A
-  HABILIDAD PARA MEJORAR LA RELACIÓN EN LA FAMILIA
-  TALLER DIRIGIDO A MADRES, PADRES Y PROFESIONALES QUE TRABAJAN CON ADOLESCENTES. UNA VEZ AL MES

657036229

657036240

prevencionsaludmentalelche@neuralsalud.es

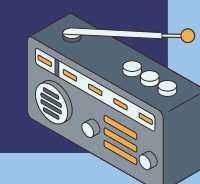


Excelentísimo  
AYUNTAMIENTO  
de ELCHE

calmamente

Todos los viernes grabamos el programa de radio de la Clau Mental ¿Te gustaría venir?

¡Contáctanos!



CANAL DE DIFUSIÓN  
(SIGUENOS PARA ENTERARTE DE TODO!)

# PROGRAMACIÓN POR ÁREAS

MAYO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	4	5	6	7	8
10:00 - 12:00	-	-	INTERFAMILIAS	SOCIAL	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	INTERFAMILIAS	INTERFAMILIAS	EMPLEABILIDAD	RECREATIVO	SOCIAL
18:00 - 20:00	SALUD	SOCIAL	SALUD	EMPLEABILIDAD	INTERFAMILIAS
	11	12	13	14	15
10:00 - 12:00	-	-	SOCIAL	SALUD	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	EMPLEABILIDAD	INTERFAMILIAS	INTERFAMILIAS	SOCIAL	RECREATIVO
18:00 - 20:00	SALUD	SOCIAL	EMPLEABILIDAD	SALUD	EMPLEABILIDAD
	18	19	20	20	22
10:00 - 12:00	-	-	SOCIAL	INTERFAMILIAS	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	RECREATIVO	EMPLEABILIDAD	SALUD	EMPLEABILIDAD	SOCIAL
18:00 - 20:00	EMPLEABILIDAD	SALUD	INTERFAMILIAS	SALUD	RECREATIVO
	25	26	27	28	29
10:00 - 12:00	-	-	SALUD	INTERFAMILIAS	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	SOCIAL	EMPLEABILIDAD	SOCIAL	EMPLEABILIDAD	SOCIAL
18:00 - 20:00	RECREATIVO	SALUD	INTERFAMILIAS	<b>TALLER MADRES, PADRES Y EDUCADORES/AS</b>	INTERFAMILIAS

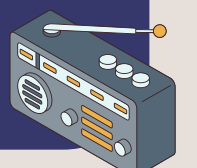
JUNIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1	2	3	4	5
10:00 - 12:00	-	-	SALUD	SOCIAL	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	SALUD	EMPLEABILIDAD	INTERFAMILIAS	SALUD	INTERFAMILIAS
18:00 - 20:00	SOCIAL	SALUD	EMPLEABILIDAD	SOCIAL	EMPLEABILIDAD
	8	9	10	11	12
10:00 - 12:00	-	-	EMPLEABILIDAD	SALUD	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	EMPLEABILIDAD	EMPLEABILIDAD	SOCIAL	SOCIAL	SALUD
18:00 - 20:00	SOCIAL	SALUD	INTERFAMILIAS	SALUD	INTERFAMILIAS
	15	16	17	18	19
10:00 - 12:00	-	-	RECREATIVO	INTERFAMILIAS	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	INTERFAMILIAS	EMPLEABILIDAD	EMPLEABILIDAD	SALUD	SALUD
18:00 - 20:00	EMPLEABILIDAD	SALUD	SALUD	SOCIAL	SOCIAL
	22	23	24	25	26
10:00 - 12:00	-	-	FESTIVO	SOCIAL	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	SOCIAL	RECREATIVO	FESTIVO	INTERFAMILIAS	SALUD
18:00 - 20:00	INTERFAMILIAS	INTERFAMILIAS	FESTIVO	SALUD	SOCIAL
	29	30	1	2	3
10:00 - 12:00	-	-	SALUD	EMPLEABILIDAD	RADIO - CLAU MENTAL
16:00 - 18:00	SOCIAL	RECREATIVO	SOCIAL	SOCIAL	SALUD
18:00 - 20:00	SALUD	INTERFAMILIAS	RECREATIVO	<b>TALLER MADRES, PADRES Y EDUCADORES/AS</b>	SOCIAL

¿Te gustaría que desarrolláramos un taller sobre un tema que te interesa? Como por ejemplo: "como superar una ruptura amorosa" o "cómo gestionar la ira".

¡Contáctanos y escríbenos tu idea!

Todos los viernes grabamos el programa de radio de la Clau Mental ¿Te gustaría venir?

¡Contáctanos!



Excelentísimo  
AYUNTAMIENTO  
de ELCHE

calmamente

657036229 657036240  
prevencionsaludmentalelche@neuralsalud.es