

“TALLER DE SALUD”

Objetivo General: Mejorar la salud psicofísica

Objetivos Específicos:

- Adquirir conocimientos sobre enfermedades y su prevención
- Impulsar hábitos de vida saludables (alimentación, higiene, actividad física, conductas adictivas, consumo de tóxicos...)
- Fomentar el autocuidado
- Modificar conductas y actitudes no saludables
- Favorecer la integración grupal
- Desarrollar habilidades de comunicación (participación individual, escucha empática, discusión razonada...)
- Mejorar la autoestima