

# TALLERES

## Sala Calderona

### "CRECIMIENTO ERÓTICO PARA MUJERES: JUGANDO CON LOS SENTIDOS DE LA EROTOFILIA"

Ana María López Lorente

#### Resumen:

Haremos un viaje a través de nuestra evolución sexual para ver en qué punto del camino nos encontramos y decidir por dónde seguir transitando de forma segura y sin ningún tipo de miedo, desde el respeto a mí misma, a través de mi Autobiografía Sexual, dándome permiso para seguir descubriéndome y dando rienda suelta a mi placer a través del AutocoNocimiento y el Autoerotismo.

#### Recomendaciones:

Asistir con ropa cómoda y con muchas ganas de aprender a dejarse llevar por las emociones....

## Sala Faro

### "APRENDER A SER MEJOR CADA DÍA"

Sandra Gisbert Ferrando

En este taller entenderemos juntos cómo nuestra forma de evaluar y procesar la realidad afecta directamente a nuestros pensamientos y emociones. Aprenderemos a transformar los pensamientos, abriendo nuestra mente, y a gestionar de forma equilibrada nuestras emociones. Todo el universo se rinde ante una mente en calma

## Sala Rincón del Mar

### "EL ABORDAJE COMUNITARIO DE LA REHABILITACIÓN COMO INSTRUMENTO DE PREVENCIÓN DE LOS CONSUMOS"

Alejandro Olalla Borrás

El modelo comunitario trata de pasar de la visión moralista de las adicciones a una visión más integral que incorpore todas las dimensiones de las personas, incluyendo sus factores cognitivos, familiares, sociales y estructurales. Desde esta perspectiva, y con un trabajo conjunto entre instituciones y asociaciones en la rehabilitación, se pueden generar dinámicas preventivas en la sociedad.



**Sala Palmeras**

## "MÚSICA Y DROGAS: NUESTRA HISTORIA A TRAVÉS DE CANCIONES"

Neus Jordà y Zenaida Torregrosa

Veremos y entenderemos la relación entre la música y las adicciones a lo largo de la historia, y seguramente sea un repaso a nuestra historia.

**Sala Morvedre**

## "EMOCIONES POCO ÚTILES: CULPA Y PREOCUPACIÓN"

Cristina Prados Herrero

Culpa y preocupación, pasado y futuro, dos emociones que nos bloquean y no nos dejan avanzar, crecer personalmente, disfrutar el presente. Aprenderemos estrategias y obtendremos herramientas para superar ese bloqueo, esa inmovilización y así tener la oportunidad de ser libres.

**Jardín**

## "TALLER DE YOGA"

Jaime Doménech Martínez

Conociendo el Yoga a través de un trabajo físico que engloba asanas o posturas pranayamas o ejercicios de respiración para equilibrar la energía y la mente a través de técnicas para controlar y calmar la mente.

**Sala Palancia**

## ¿QUÉ LE ESTÁN HACIENDO LAS TECNOLOGÍAS (TIC) A MI HIJO?

José José Gil

El taller sumerge a los participantes dentro del problema, dándoles todo tipo de información, para que sean ellos los que opinen y debatan sobre las respuestas más adecuadas a las dudas más habituales de las tecnologías: ¿A qué edad le puedo dar el móvil a mi hijo? ¿Cuándo debería de hablar de relaciones afectivo-sexuales con mi hijo/a? ¿Para qué sirven las redes sociales: Instagram, WhatsApp, TikTok? ¿Es el porno un buen tutor? ¿Qué debo saber sobre los videojuegos? ¿Las TIC como medio de vida?

**Nota:** El taller no contiene imágenes explícitas que puedan hacer sentir incómodos a los participantes

