Donde la educación y el bienestar van de la mano





SIN PANTALLAS. En el Hospital de Día de Barcelona también cuidamos cómo nuestros adolescentes disfrutan de su tiempo libre. Por eso generamos espacios de ocio saludable, sin pantallas, donde actividades como el ajedrez se convierten en una herramienta para trabajar la atención, la planificación, la tolerancia a la frustración y la conexión con los demás.

TALLERES. En Hospital de Día Madrid: autoconocimiento y cohesión. Las chicas del Hospital de Día de Madrid han participado en los talleres “Mi Mapa Secreto” y “Quién es quién”, dos dinámicas para trabajar el autoconocimiento, la autoestima y la cohesión grupal. A través de la creatividad, la reflexión y el intercambio positivo, han explorado sus fortalezas, emociones y valores, reforzando también la conexión entre ellas en un entorno seguro y participativo.



LAS EMOCIONES DEL DEPORTE. El ascenso del Málaga Club de Fútbol nos ha ofrecido una oportunidad muy especial para trabajar la identificación y expresión emocional con nuestros adolescentes. A partir del recuerdo del partido y de la celebración, reflexionaron sobre cómo vivieron ese momento, poniendo nombre a emociones como la ilusión, los nervios, la alegría, el orgullo o la euforia. Una actividad que nos recuerda cómo experiencias cercanas y significativas, como el deporte, pueden convertirse en grandes herramientas de autoconocimiento y crecimiento personal.



IMPACTO. Nuestro Presidente, Marc Masip, clausura la I Jornada de Prevención en Adicciones de Torrevieja con su ponencia magistral. Organizada por la Concejalía de Salud Pública del Ayuntamiento de Torrevieja y la UPCCA. Un encuentro que reunió a especialistas para reflexionar sobre los principales retos actuales en torno a las conductas adictivas, la adolescencia y la salud mental.

🌍 **Todo nuestro apoyo a Venezuela.** Desde Desconect@ queremos enviar toda nuestra fuerza, cariño y solidaridad al pueblo venezolano tras los graves terremotos que han sacudido el país en las últimas horas. En momentos tan difíciles, nuestro pensamiento está con las víctimas, sus familias, los heridos y todas las personas que están viviendo esta situación con miedo e incertidumbre.

🧭 **Desconect@ te recomienda...**

“Los sueños se cumple”.
Ascenso del Málaga CF

Click aquí para reproducirlo

🧠 **Reto familiar...**

“Una tarde al sol”

Aprovechando que no hay clase y llega el buen tiempo, os proponemos salir en familia sin pantallas: un paseo, un helado, parque o simplemente conversar al sol. Lo importante: estar presentes y disfrutar juntos.