



# TALLER DE BEBIDAS SALUDABLES

<https://www.youtube.com/watch?v=aMHvYj8T55s>

<https://youtu.be/VMcyNDUpZqg>

## Descripción

Es un taller donde compartir entre los/las jóvenes, un espacio ameno, divertido y saludable, para fomentar el consumo de bebidas sanas como alternativa al consumo de alcohol.

## Objetivos

- Informar acerca de bebidas saludables y bebidas no saludables y la repercusión que tienen en nuestro organismo.
- Informar acerca de las clases de frutas y sus combinaciones.
- Desmitificar las erróneas ventajas asociadas a la juventud y el alcohol.
- Informar sobre los problemas sociales que ocasiona el abuso y dependencia del alcohol.

## Metodología

Se trata de intervenciones de dos horas de duración, en las que en una primera parte los y las monitoras realizan una explicación del taller, motivando la participación de la juventud y el debate y la reflexión acerca del consumo de bebidas alcohólicas y las alternativas existentes.

En una segunda fase las/os jóvenes realizan la parte práctica facilitándoles el material necesario para la preparación de sus propias bebidas saludables.

## Población destinataria

Jóvenes con edades comprendidas entre los 13 – 20 años.

## Actividades

Los talleres tendrán lugar en los espacios que aporten las entidades que soliciten el desarrollo de los mismos.

## Materiales

La UPCCA aportará los materiales necesarios para el desarrollo del taller, a través de la empresa encargada de la gestión de los mismos.

## Temporalización

Durante todo el año, debiendo concertarse su realización con tiempo suficiente.

## Evaluación

Evaluación de resultados. Fundamentalmente cuantitativa (nº de participantes) y cualitativas (grado de satisfacción y cumplimentación de una encuesta)

## Como inscribirse

Enviando un e-mail con todos los datos de la entidad, número y edades de los/las participantes y propuesta de fecha para su realización a [alternativaspm�@valencia.es](mailto:alternativaspm�@valencia.es).

Para más información: 962 082 027 / 962 082 033

