

**SERVICIOS DE SALUD DE CHIHUAHUA**  
**Carta Descriptiva de Actividades**

**Nombre del Curso:** "TU SALUD ES LA NETA"... HABILIDADES PARA LA VIDA

**Tipo de Evento:** Curso-Taller

**Duración:** 4 horas

**Objetivo General:** Promover estilos de vida saludable en el adolescente, intensificando su conocimiento para que  
**Dirigido a:** Estudiantes de Secundaria

**Lugar:** HOTEL LUCERNA  
**Fecha:** 7 OCTUBRE 2009

HORARIO	ACTIVIDAD / TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO TEMÁTICO	AUXILIARES DIDACTICOS	RESPONSABLE	
8:30 A 9:00	Registro de Asistentes		Libre	Formato de registro de asistencia	Coordinación del Programa	
9:00 A 9:15	INAUGURACION		Ninguna	Ninguno	Dr. Héctor Puertas Rincones Dra. Elisa Aguilar	
9:15 A 10:00	"¿YO PAPA? ¿YO MAMA?"	Que el adolescente identifique las limitaciones y responsabilidades de un embarazo precoz	Expectativas de vida del embarazo en el adolescente	Mesas de Trabajo	Rota folio, cañón	Lic. Carlos Assmar Lic. Brenda Ibarra
				Taller-Dinámico	Rota folio, cañón	
10:00-10:45	"MOMENTOS DIFICILES"	Reforzar acciones claras y oportunas para fomentar estilos de vida saludable	Análisis de la problemática, para prevenir la depresión	Mesas de trabajo	Rota folios, tarjeteros y cañón	Lic. Carlos Assmar Lic. Brenda Ibarra
10:45 A 11:30.	"COMER ES UN PLACER"		Identificar las causas para prevenir alteraciones alimentarias	Mesas de trabajo	Rota folios, tarjeteros y cañón	
11:30 A 12:00	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA
12:00 A 13:00	"PROBLEMAS Y MAS PROBLEMAS"	Aumentar la percepción de riesgo del consumo de drogas legales e ilegales, con el fin de revertir la tendencia a la alza en el consumo de sustancias	Fases de la enfermedad de la Adicción	Taller / Conociendo esta enfermedad	Rota folios, tarjeteros y cañón	Lic. Carlos Assmar Lic. Brenda Ibarra
			Asertividad	Taller / Desarrollo de las habilidades	Rota folios, tarjeteros y cañón	