

Apellidos

Nombre Edad

Occupación Activa Jubilada Prejubilada Desempleada
Teléfono de contacto D.N.I.

E-mail.....

Dirección..... C.P.

Ciudad Provincia

Organización de procedencia

Interés por el curso.....

¿Participa como voluntaria en alguna asociación?.....

• **Cuota de inscripción: SIN COSTE** cumpliendo con un 80% de la asistencia y realizando al menos 1 intervención tras realizar la formación.

• **Enviar la ficha a:**
E-mail: wafa@columbares.org
Facebook: www.facebook.com/asociacioncolumbares
Twitter: [@Asoc_Columbares](https://twitter.com/Asoc_Columbares)
Web: www.columbares.org

A efectos de lo dispuesto en ley 15/99, de Protección de datos de carácter personal, los datos suministrados por el usuario quedarán incorporados a un fichero, titularidad de ASOCIACION COLUMBARES el cual será procesado con el fin de prestar los servicios solicitados por el usuario, el cual autoriza a ASOCIACION COLUMBARES para incluir sus datos personales en los respectivos ficheros, así como su utilización y tratamiento automatizado o no, para la gestión y registro de las operaciones suscritas entre las partes.

Asimismo, los usuarios autorizan igualmente y, al margen de la relación contractual, el tratamiento de sus datos personales para el envío de publicidad y ofertas comerciales por cualquier medio (correspondencia, teléfono, fax, mailing o cualquier otro medio telemático) propio o de terceros. En caso de que no desee que sus datos personales sean tratados con los fines señalados, puede ejercitar el derecho de oposición, junto con el de acceso, rectificación y cancelación mediante comunicación dirigida a CALLE ADRIAN VIUDES 9 - 30570 - BENIAJÁN (MURCIA)

He leído y acepto la política de protección de datos. Acepto recibir información comercial sobre las novedades y actividades de FUNDADEPS que puedan ser de mi interés.

TE INTERESA SABER

Dirigido a

Mujeres a partir de 25 años en situación de desempleo, jubiladas o prejubiladas y/o pensionistas o en activo pero con recursos medios-bajos.

Se requiere aval y/o venir presentada por una organización, asociación o entidad.

N.º de plazas limitadas

20 plazas.

Plazo máximo para la solicitud y envío de la inscripción al Curso de Formación: 1 de marzo.

Cuota de inscripción

Sin coste.

Tras la formación

Tras el curso (*talleres y actividades*) las participantes deberán transmitir lo aprendido a otras mujeres de su comunidad mediante, al menos, una intervención. Esta intervención será requisito indispensable para poder obtener el certificado acreditativo.

Lugar de celebración

Instalaciones de la Alcaldía de Beniaján

C/ Estación, s/n Beniaján
30570 Murcia

Horario del curso (Talleres y actividades)

De 9:30 a 12:30 h.

Datos de contacto

Asociación COLUMBARES

Wafa Kyali
Avda. Fabián Escribano, 3 - 2º 30570 Beniaján
Tlf.: 868 97 54 87 Ext 231
E-mail: wafa@columbares.org
Web www.columbares.org

CON LA COLABORACIÓN DE:



PROGRAMA

MUJERES INFORMADORAS COMO AGENTES DE SALUD



PROGRAMA MIAS 2019



¿QUIÉNES SOMOS?

- La **Fundación de Educación para la Salud (FUNDADEPS)**, es una organización no lucrativa nacida en el año 2003 en el seno del Hospital Clínico San Carlos de Madrid.
- FUNDADEPS tiene como finalidad fomentar la salud a través de la promoción de la salud, la educación para la salud y la investigación científica y técnica, aumentando la calidad de vida de la ciudadanía por medio de la Cultura de la Salud.

La Asociación Columbares colabora con esta iniciativa en la Región de Murcia para formar a mujeres como agentes de salud.

¿QUÉ ES EL PROGRAMA MIAS?

MIAS es un Programa que llevamos a cabo desde FUNDADEPS con el apoyo del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, dirigido a promover la salud integral de las mujeres, principalmente fomentando hábitos de vida saludables y la desmitificación de estereotipos negativos entorno a la mujer.

¿CÓMO?

Mediante la intervención socioeducativa y su participación a través de actividades formativas, culturales y de tiempo libre.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA

Objetivo General

Empoderar a las mujeres a través de talleres formativos y actividades vivenciales ofreciéndolas herramientas para que sean capaces de gestionar su salud con el objetivo de reducir la prevalencia de enfermedades más comunes en las mujeres y los niveles de peor salud autopercibida.

Objetivos Específicos

- Crear líderes promotoras de salud de sus comunidades.
- Impulsar y promover el avance y el bienestar de las mujeres.
- Promover el desarrollo personal y social de la mujer desmitificando y rompiendo estereotipos sociales negativos.
- Tratar y visibilizar la salud de la mujer de una forma integral no solo como salud sexual y reproductiva.
- Facilitar herramientas para que sean capaces de gestionar su salud.
- Favorecer y promocionar la relación intergeneracional entre mujeres.
- Desarrollo personal y profesional de las mujeres dentro del mundo del asociacionismo

PROGRAMACIÓN

FORMACIÓN y CURSOS PRESENCIALES POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS

CELEBRACIÓN EN MURCIA

TALLERES

- 14 Marzo** “Autocuidado mental y emocional: tomando nuestro poder personal” (Psicóloga)
- 14 Marzo** “Sexualidad y Planificación Familiar” (Matrona)
- 15 Marzo** “Liberándonos de estereotipos y roles de género” (Psicóloga)
- 27 Marzo** “Alimentación Saludable Familiar” (Nutricionista)
- 22 Marzo** “Comunicación Asertiva: Construyendo relaciones afectivas saludables”



(Psicóloga)

CELEBRACIÓN EN MURCIA

La Asociación Columbares se encargará de desarrollar y llevar a cabo el programa MIAS

Para más información: (Wafa Kyali)
wafa@columbares.org / 868 97 54 87 Ext 231

JORNADAS DE PRESENTACIÓN EN OTRAS COMUNIDADES

- Se realizarán varias jornadas de presentación en la Comunidad de Madrid, Castilla-La Mancha, Extremadura y Andalucía a lo largo del año 2019.

Para más información:
programas@fundadeeps.org
913 303 000 ext. 2524

INTERVENCIONES

Al finalizar la formación, las asistentes deberán poner en practica lo aprendido a través de al menos 1 intervención con otros colectivos.

LUGAR DE CELEBRACIÓN

Instalaciones de la Alcaldía de Beniján
C/ Estación, s/n Beniján 30570 Murcia

HORARIO DEL CURSO (TALLERES Y ACTIVIDADES)

De 9:30 a 12:30 h.