

SEMANA SIN ALCOHOL 2025 - ALREX BADAJOZ

- DEL 10 AL 16 DE NOVIEMBRE -

TALLER

PODCAST

TALLER

CINE FORUM

TALLER

STAND INFORMATIVO

TALLER

STAND INFORMATIVO

DÍA DE CONVIVENCIA

CAMPAÑA REDES SOCIALES

“Meditación Guiada”

Es un espacio práctico y reflexivo donde las personas que participen, aprenden y experimentan técnicas de meditación con una guía. Su propósito es fomentar la calma mental, la concentración y el bienestar emocional.

➡ **Alba Apostúa. Psicóloga.**

🕒 **18:00h - 19:00 h. 10 de Noviembre 2025.**

👉 **Dirigido a: Personas usuarias de Alrex Badajoz.**



“El Té de los Locos”

Programa semanal dedicado a la enfermedad del alcoholismo, en todos los ámbitos de la vida. Nos contarán relatos, trasladarán datos pero, sobre todo, será un espacio para la reflexión de toda la audiencia.

➡ **José Ángel Lucas y Guadalupe Albarca.**

🕒 **10:00h. Martes 11 de noviembre 2025.**



“Gestión de Emociones. La Culpa”

Un viaje a través de las emociones, centrado especialmente en una emoción con la que toda persona adicta convive a diario y que es un lastre en su propia rehabilitación, “La Culpa”.

➡ **Alba Apostúa. Psicóloga.**

🕒 **18:00h. Martes 11 de noviembre 2025.**



“The Fligth”

"Entre la verdad y la negación: Reflexiones sobre la adicción y la responsabilidad".

Tarde de cine, convivencia y reflexión. El taller, ofrecerá palomitas, refrescos y café.

➡ **Wenceslao Apostúa, Presidente Alrex Badajoz.**

🕒 **17:30h. Miércoles 12 de noviembre 2025.**



“Gestión del Craving”

Dirigido especialmente a personas adictas en rehabilitación aunque, también está abierto a familiares que necesiten saber más sobre el craving.

➡ **Carmen Nacarino, Psicóloga.**

🕒 **18:00h. Jueves 13 de noviembre 2025.**



“Día Mundial Sin Alcohol”

Para conmemorar el “Día Mundial sin Alcohol”, se instalará una mesa informativa en el Hospital Perpetuo Socorro de Badajoz, con el objetivo de informar y reflexionar sobre el impacto del alcohol en la salud física y mental. Además, se ofrecerá información sobre los recursos de atención a las adicciones a las personas que lo soliciten.

➡ **Voluntariado y Monitores/as Alrex Badajoz.**

🕒 **10:00h a 14:00 h. Viernes 14 de noviembre 2025.**

👉 **Hospital Perpetuo Socorro, Badajoz.**



“Pintura Terapéutica”

Usaremos esta expresión artística para manifestar nuestras emociones, en un taller de pintura con acuarela.

➡ **Carmen Nacarino, Psicóloga.**

🕒 **Duración: 18:00h - 19:00 h. Viernes 14 de noviembre.**

👉 **Dirigido: Personas usuarias de Alrex Badajoz.**



“Día Mundial Sin Alcohol” - DÍA 15N

Para conmemorar el “Día Mundial sin Alcohol”, se instalará una mesa informativa en el Paseo de Avda. Huelva-Esquina Corte Inglés de Badajoz, con el objetivo de informar y reflexionar sobre el impacto del alcohol en la salud física y mental. Además, se ofrecerá información sobre los recursos de atención a las adicciones a las personas que lo soliciten

➡ **Voluntariado y Monitores/as Alrex Badajoz.**

🕒 **10:00h a 14:00h. Sábado 15 de noviembre 2025.**



- Alrex Badajoz -

Organiza una **JORNADA DE CONVIVENCIAL AL AIRE LIBRE** dirigida a personas usuarias de la Asociación, así como a sus familiares y colaboradoras/es. Esta actividad busca **crear un espacio abierto que favorezca la interacción, la integración y el intercambio de experiencias entre quienes conviven con la problemática de las adicciones**, sin distinción de género, edad, tipo de consumo o etapa del proceso de rehabilitación.

La iniciativa propone un día de campo orientado a **promover la comunicación libre y constructiva**, complementado con actividades lúdicas y dinámicas de trabajo en equipo que refuercen los lazos comunitarios y el apoyo mutuo.

🕒 **10:00h. Sábado 15 de noviembre 2025.**



Semana Sin Alcohol, Alrex Badajoz 2025

Difundir a través de las redes sociales la problemática asociada al consumo de alcohol y dar a conocer el recurso ambulatorio de Alrex Badajoz, destinado a ofrecer apoyo y acompañamiento en el proceso de superación de la adicción.

➡ **Guadalupe Albarca, Técnica de Alrex Badajoz.**



APRENDER A VIVIR
SIN ADICCIONES
ES POSIBLE



ALREX BADAJOZ
www.alrexbadajoz.com
C/ Fray Luis de Granada, 25
06008, Badajoz.
Telf: 663 332 691

Colaboran:

