

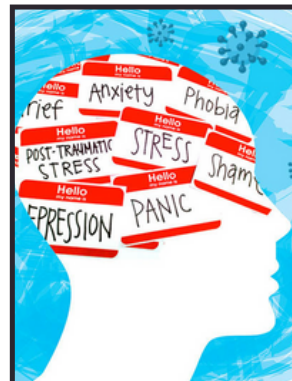


# Stay Healthy

## LÍNEAS DE ACTUACIÓN

### SALUD MENTAL

La adolescencia es una etapa de cambios y, a veces, complicada, por eso tenemos que cuidar nuestra salud mental y trabajar en ella. Desde aquí podremos hacerlo.

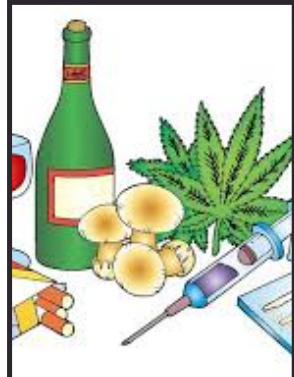


### NUTRICIÓN y EJERCICIO FÍSICO

Tener una buena alimentación y hacer ejercicio son primordiales para estar bien contigo mismo y tener energía para todas nuestras actividades. Aquí aprenderemos cómo estar en forma.

### SUEÑO

Es fundamental para estar sanos, dormir adecuadamente. Vamos a ver en Stay Healthy cómo hacerlo.



### ADICCIONES A SUSTANCIAS

Trabajaremos las causas y consecuencias, del consumo de drogas así como su prevención.

### ADICCIONES NTIC

Hoy día la adicción a las ntic es un tema muy preocupante. Desde esta plataforma ahondaremos en los peligros del abuso de las nuevas tecnologías.



# Enlaces para la inscripción del alumnado

*Si quieres trabajar con tu alumnado en estos temas:*

Entra en la página de STAY HEALTHY(<https://stayhealthyaulavirtual.es/>)

USUARIO: formajoven@iesvalledelazahar.com

CONTRASEÑA: 29700631

Con esta cuenta ya están inscritos todos los grupos del instituto en todas las líneas (menos Covid19) solo tenéis que proporcionarles a vuestros alumnos el enlace y el ID de su grupo para que se inscriban. (Si queréis también podéis inscribiros como profesores en STAY HEALTHY, crear vuestros propios cursos). Para cualquier duda contactar con María del Sol Narbona Luque (coordinadora de Forma Joven)

ID	Curso/grupo	Enlace registro alumnos
809	1ºACO	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b31e7c7b07.67770421">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b31e7c7b07.67770421</a>
791	1ºESO A	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a8f78e1e35.28776648">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a8f78e1e35.28776648</a>
792	1ºESO B	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a90b96e731.56056759">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a90b96e731.56056759</a>
793	1ºESO C	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a91f160a55.37304699">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a91f160a55.37304699</a>
794	1ºESO D	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a933e5e399.00649199">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a933e5e399.00649199</a>
813	1ºFPBE	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b367d98d03.10803793">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b367d98d03.10803793</a>
811	1ºGVEC	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b3420b2a73.86566509">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b3420b2a73.86566509</a>
790	1ºFPB	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a87a32dc30.95512838">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a87a32dc30.95512838</a>
810	2ºACO	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b32ee98db6.91796470">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b32ee98db6.91796470</a>
795	2ºESO A	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a9bcb82ba9.63643863">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a9bcb82ba9.63643863</a>
796	2ºESO B	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a9cdc41c40.87039895">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a9cdc41c40.87039895</a>
797	2ºESO C	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a9e0393767.25371443">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a9e0393767.25371443</a>
798	2ºESO D	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a9f47c99b2.77313688">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357a9f47c99b2.77313688</a>
808	2ºFPB	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357add961a656.65330392">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357add961a656.65330392</a>
814	2ºFPB2	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b3791c52c1.89892184">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b3791c52c1.89892184</a>
812	2ºGVEC	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b35523dd87.16596055">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357b35523dd87.16596055</a>
799	3ºESO A	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357aa0f41da94.80672004">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357aa0f41da94.80672004</a>
800	3ºESO B	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357aa249b4581.03875765">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357aa249b4581.03875765</a>
801	3ºESO C	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357aa3e8d1438.68249840">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357aa3e8d1438.68249840</a>
802	3ºESO D	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357aa4edf4eb6.73391065">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357aa4edf4eb6.73391065</a>
803	3ºESO E	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357aaafc889c73.79816757">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357aaafc889c73.79816757</a>
804	4ºESO A	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357acc9be60a1.81528829">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357acc9be60a1.81528829</a>
805	4ºESO B	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357ad914bf6d9.87363597">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357ad914bf6d9.87363597</a>
806	4ºESO C	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357ada50e9f29.75019332">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357ada50e9f29.75019332</a>
807	4ºESO D	<a href="https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357adbe739757.33283939">https://stayhealthyaulavirtual.es/registro-de-alumnos/?h=6357adbe739757.33283939</a>