



## FICHA DE ACTIVIDADES DEL VOLUNTARIADO CERCA

**ABRIL- MAYO Y JUNIO 2022**

### CONCEJALÍA DE CONSUMO – CERCA

Nombre y Apellidos: .....

Tfno. .... Mail: .....

INTERCAMBIA TU ROPA Y CUIDA EL MEDIO AMBIENTE	FECHAS Y HORAS	MARCA X
<p>Siempre hay ropa que guardamos, no utilizamos y no sabemos qué hacer con ella. Desde la asociación cósete.org proponemos “intercambiar esa ropa” para reducir el impacto medioambiental del “usar y tirar” y convertirnos así en consumidores más responsables.</p> <p><b>El martes 26 de abril procederemos al intercambio y a realizar un taller de cocina donde se realizarán batidos saludables.</b></p> <p><b>¡¡NO TE LO PIERDAS!!</b></p> <p><b>(2 € por persona para la compra de ingredientes, se entregarán el mismo día del taller)</b></p>	19 y 20 de abril de 11h. a 13h. Recogida de ropa en CERCA.	
	<p>Martes 26 de abril a las 11h.</p> <p><b>INTERCAMBIO + TALLER DE COCINA.</b></p>	

ALIMENTACIÓN SALUDABLE	FECHAS Y HORAS VIERNES	MARCA X
<p><b>“NUESTRA COCINA”</b></p> <p>Este taller lleva realizándose en CERCA desde hace más de 12 años y es un punto de reunión de los consumidores interesados en la cocina y la alimentación saludable. En el taller se cocinarán recetas sencillas y aprenderemos sobre hábitos saludables.</p> <p><b>(2 € por día para la compra de ingredientes, se entregarán el mismo día del taller)</b></p>	8 de abril a las 11h.	
	13 de mayo a las 11h.	
	10 de junio a las 11h.	

EJERCICIO FÍSICO	DÍAS Y HORAS	MARCA X
<p><b>“CAMINA, COMPARTE Y VIVE”</b></p> <p>Únete a caminar, aprender, conocerse y adquirir conocimientos sobre el Patrimonio Cultural.</p>	<p>Todos los LUNES A LAS 9:30H. Salida desde CERCA (plaza de las flores).</p>	

SALUD	DÍAS	HORAS	MARCA X
<p><b>“VACÍA TU MOCHILA”</b></p> <p>Actividad para dar pautas de comportamiento para llevar una vida más saludable tanto física como mentalmente, con recetas, consejos y curiosidades. ¡Vacía tu mochila y vuelve a cargarla positivamente!</p>	<p>Todos los VIERNES (dos turnos)</p>	10H A 11:15H.	
		11:30H A 12:45H.	