# JORNADA CIRCUITO RELIFE EN LOGROÑO
# 20 DE NOVIEMBRE DE 2026 EN RIOJAFOURUM

## Introducción y Objetivos

Esta jornada se enmarca dentro del 3º Circuito RELIFE, una iniciativa nacional de la Fundación RELIFE que cuenta con Obra Social CaixaBank como impulsor y que recorrerá 10 capitales de provincia durante el próximo curso 2026/27.
La jornada se configura como un espacio de encuentro, formación y sensibilización enfocado en la prevención de las adicciones, la educación en salud mental y entornos digitales de riesgo. El objetivo principal es dotar a los asistentes de herramientas prácticas, estrategias de detección temprana y un marco de reflexión basado en la experiencia práctica y la evidencia, además de fomentar hábitos saludables y sociales.

## Público Objetivo (A quién va dirigido)

La jornada está diseñada bajo un enfoque multidisciplinar, convocando a los agentes clave de la comunidad autónoma:

- Ámbito Educativo: Estudiantes y personal docente de centros de educación secundaria y bachillerato.

| | |
|---|---|
| 9:30 h - 10:00 h | **Recepción de asistentes** |
| 10:00 h - 10:10 h | **Apertura institucional** |
| 10:10 h - 10:50 h | **Julio Alberto Moreno**<br>Ponencia 'Enamórate de la vida' |
| 10:50 h - 11:20 h | **Miriam San José**<br>Ponencia 'Herramientas de prevención' |
| 11:20 h - 11:30 h | **Representante voluntariado CaixaBank**<br>Ponencia 'Nada dice tanto de mí' |
| 12:00 h - 12:50 h | **Descanso/Networking** |
| 11:30 h - 12:00 h | **Equipo mi huella digital**<br>Taller 'Bienestar y protección digital ¿Quién soy en internet?' |
| 12:50 h - 13:30 h | **Alejandro Vallet 'Boli'**<br>Ponencia 'Reír es salud' |
| 13:30 h | **Clausura jornada** |

## Ponentes y Breves Biografías

### Julio Alberto Moreno

Presidente de la Fundación Relife. Ex jugador profesional de fútbol en Atl. De Madrid, FC Barcelona y Selección Nacional. Dedicado en cuerpo y alma a la concienciación social, utiliza su gran impacto y su experiencia personal para liderar iniciativas de prevención y apoyo formativo en el ámbito de las adicciones y la salud mental. Es el encargado de abrir la jornada con la ponencia marco de sensibilización e impacto.

### Miriam San José

Especialista en acompañamiento y desarrollo personal a través de Atiempo Coaching. Cuenta con una dilatada experiencia aportando herramientas prácticas de gestión emocional, resiliencia y comunicación efectiva, claves para la intervención con jóvenes en situaciones de riesgo o vulnerabilidad

### Representante voluntariado CaixaBank

Representación del programa de acción social y voluntariado de la entidad. Aportan una visión integral sobre la implicación de los más jóvenes en proyectos sociales, destacando el valor de las redes de apoyo mutuo, los talleres prácticos sobre inclusión y el respaldo a iniciativas de transformación social en el territorio.

### Equipo mi huelladigital (Youforget.me)

Plataforma y entidad especializada en la concienciación sobre la huella digital y la privacidad en internet. Su intervención se centra en la educación para un uso responsable, seguro y consciente de las redes sociales por parte de los menores, aportando pautas legales y técnicas frente a los riesgos del entorno digital.

### Alejandro Vallet 'Boli'

Especialista en programas de acompañamiento en deshabituación de adicciones. Con un enfoque cercano y disruptivo para conectar con el público joven, aporta experiencias personales a través del humor y de la reflexión.