

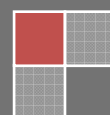
# Guía de Programas de Prevención e Educación para a Saúde

---

Ámbito Escolar e Familiar

---

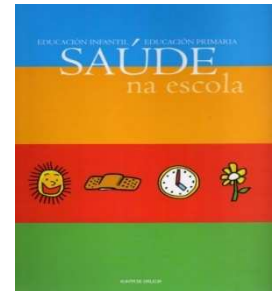
CURSO 2011-2012



## PROGRAMA “Educación para a Saúde na Escola”

### ¿Que é?

É un Programa de prevención que se sustenta na aplicación na aula duns contidos curriculares transversais adecuados á Educación Infantil e Educación Primaria, que teñen como finalidade reforzar uns hábitos saudables dende a primeira infancia.



### Obxectivos

- Coñecer e apreciar valores e normas de convivencia.
- Adquirir habilidades para a prevención e a resolución pacífica de conflitos.
- Valorar hixiene e saúde.

### ¿Como se traballa?

- Presentación do programa dirixida ao profesorado por técnicas de prevención.
- Formación do profesorado: **Optativo** (curso de 25 horas).
- Aplicación do material didáctico na aula por parte do/a titor/a.
- Seguimento da aplicación e apoio técnico.

### Contidos

- Coidado e mantemento da saúde.
- Autoestima, autonomía e responsabilidade e independencia persoal.
- Toma de decisións.
- Interacción social, presión de grupo, comunicación interpersonal.

### ¿Que se necesita?

- Guía metodolóxica para o profesorado.
- Carpeta para o profesorado.
- Cadernos para o alumnado: infantil.
- Cadernos para o alumnado: primaria.
- Cómic: 6º primaria.
- Fichas para nais/pais.

#### ¿A quen se dirixe?

- Nenos e nenas (3-6 anos)
- Nenos e nenas (6-12 anos)
- Adolescentes (12-16 anos)
- Mozos/as (16-18 anos)
- Adultos
- Profesores/as e educadores/as
- Pais e nais
- Poboación xeral

#### Compoñentes que traballa

- Cognitivo
- Autoimaxe e superación
- Toma de decisións
- Control emocional
- Adestramento de habilidades sociais
- Actividades de lecer
- Tolerancia e cooperación
- Intervención familiar

### COMO SOLICITAR O PROGRAMA:

Este Programa Escolar de Prevención Universal das Drogodependencias é de carácter gratuíto e pódese solicitar dirixíndose ao seguinte teléfono de información ou por correo electrónico:

Tel.: 986 61 44 07

e-mail: [info@erguete.org](mailto:info@erguete.org)

## PROGRAMA “Prevención do Consumo de Drogas na Escola”

### ¿Que é?

Programa que se sustenta na aplicación na aula duns contidos curriculares transversais adecuados á LOXSE, que teñen como finalidade dotar á comunidade educativa de instrumentos de traballo para un afrontamento racional do consumo de drogas e os seus problemas derivados, tratando de diminuílas posibilidades de consumir naqueles alumnos/as que participen.



### Obxectivos

Promover a adopción de estilos de vida saudables entre a poboación escolar, potenciando diversos factores de protección e reducindo o impacto de determinados factores de risco asociados ao consumo de drogas.

### ¿Como se traballa?

- Presentación do programa dirixido ao profesorado por técnicas de prevención.
- Formación do profesorado: **Optativo** (curso de 25 horas).
- Aplicación do material didáctico na aula por parte do titor/a.
- Seguimento da aplicación e apoio técnico.

### Contidos

- Información sobre o alcohol, o tabaco e outras drogas.
- Desenrolo da autoestima.
- Habilidades sociais e de resistencia.
- Fomento de valores saudables.
- Toma de decisións.
- Control emocional.
- Fomento de actividades de ocio saudable.

### ¿Que se necesita?

- Guía para o profesorado.
- Cadernos do alumnado: ESO.
- Cadernos do alumnado: Educación Secundaria Post-obrigatoria.

#### ¿A quen se dirixe?

- Nenos e nenas (3-6 anos)
- Nenos e nenas (6-12 anos)
- Adolescentes (12-16 anos)
- Mozos/as (16-18 anos)
- Adultos
- Profesores/as e educadores/as
- Pais e nais
- Poboación xeral

#### Compoñentes que traballa

- Cognitivo
- Autoimaxe e superación
- Toma de decisións
- Control emocional
- Adestramento de habilidades sociais
- Actividades de lecer
- Tolerancia e cooperación
- Intervención familiar

### COMO SOLICITAR O PROGRAMA:

Este Programa Escolar de Prevención Universal das Drogodependencias é de carácter gratuíto e pódese solicitar dirixíndose ao seguinte teléfono de información ou por correo electrónico:

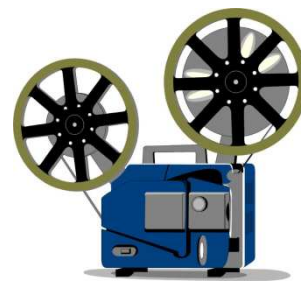
Tel.: 986 61 44 07

e-mail: [info@erquete.org](mailto:info@erquete.org)

## PROGRAMA "Cine e saúde"

### ¿Que é?

Sendo conscientes da influencia que o cine ten e que é un elemento de comunicación de innegable atractivo para o alumnado, utilízase como ferramenta de prevención nun Programa de Educación para a saúde no marco da prevención das drogodependencias.



### Obxectivos

Situar aos adolescentes ante a propia realidade da vida cotiá acompañándoos por medio da reflexión crítica.

### ¿Como se traballa?

A actividade proposta neste programa baséase na utilización didáctica do cine na aula a través de:

- 1º.- Visionado de dúas películas (na aula) distribuídas uniformemente ao longo do curso escolar.
- 2º.- Posterior traballo na clase de cada película a través das unidades didácticas.

É o propio titor o que dirixe as actividades.

### Contidos

- Fomento de valores saudábeis.
- Toma de decisións.

### ¿Que se necesita?

- Dúas películas debidamente seleccionadas en función de criterios educativos e a idade dos participantes.
- Guía para o profesorado.
- Unidades didácticas para o alumnado.

#### ¿A quién se dirixe?

- Nenos e nenas (3-6 anos)
- Nenos e nenas (6-12 anos)
- Adolescentes (12-16 anos)
- Mozos/as (16-18 anos)
- Adultos
- Profesores/as e educadores/as
- Pais e nais
- Poboación xeral

#### Compoñentes que traballa

- Cognitivo
- Autoimaxe e superación
- Toma de decisións
- Control emocional
- Adestramento de habilidades sociais
- Actividades de lecer
- Tolerancia e cooperación
- Intervención familiar

### COMO SOLICITAR O PROGRAMA:

Este Programa Escolar de Prevención Universal das Drogodependencias é de carácter gratuíto e pódese solicitar dirixíndose ao seguinte teléfono de información ou por correo electrónico:

**Tel.: 986 61 44 07**

**e-mail: [info@erquete.org](mailto:info@erquete.org)**

## PROGRAMA “Non pasa nada, ¿pasa algo?”

### ¿Que é?

É unha intervención selectiva e/ou indicada para aulas de segundo ciclo da ESO ou PCPI con alumnado en situación de risco.

### Obxectivos

- Proporcionar información sobre as drogas que se consumen.
- Dar a coñecer os factores de protección e de risco nos ámbitos persoal, familiar, escolar e comunitario.
- Ensinar habilidades de afrontamento de situacións.
- Intervir coa familia: informando, sensibilizando e apoiando en situacións de dificultade.



### ¿Como se traballa?

A intervención é realizada polas técnicas de prevención directamente na aula e en horario lectivo, previa selección das aulas en coordinación cos orientadores/as e titores/as. Consta de cinco sesións dunha duración aproximada de 50 minutos cada unha, con metodoloxía de exposición e técnicas interactivas.

### Contidos

- A diversión e o consumo de drogas.
- Efectos e consecuencias do consumo de drogas.
- Mitos, tópicos e falsas crenzas.
- Habilidades de afrontamento.
- Lecer saudable.

### ¿Que se necesita?

- Selección de aulas e alumnado: protocolo previo de valoración.
- Material gráfico e audiovisual.

#### ¿A quién se dirixe?

- Nenos e nenas (3-6 anos)
- Nenos e nenas (6-12 anos)
- Adolescentes (12-16 anos)
- Mozos/as (16-18 anos)
- Adultos
- Profesores/as e educadores/as
- Pais e nais
- Poboación xeral

#### Compoñentes que traballa

- Cognitivo
- Autoimaxe e superación
- Toma de decisións
- Control emocional
- Adestramento de habilidades sociais
- Actividades de lecer
- Tolerancia e cooperación
- Intervención familiar

### COMO SOLICITAR O PROGRAMA:

Este Programa Escolar de Prevención Selectiva ou Indicado das Drogodependencias é de carácter gratuíto e pódese solicitar dirixíndose ao seguinte teléfono de información ou por correo electrónico:

Tel.: 986 61 44 07

e-mail: [info@erquete.org](mailto:info@erquete.org)

## PROGRAMA “Intervención Socioeducativa: Comunicación e Habilidades Sociais”

### ¿Que é?

É un programa que trata de mellorar as habilidades de comunicación e as competencias persoais das/os adolescentes, para un mellor manexo das súas emocións e comportamentos.



### Obxectivos

- Favorecer unha mellor comunicación entre iguais.
- Potenciar unha elección de valores, actitudes e comportamentos saudables respecto as relacións cos demais.
- Favorecer a aprendizaxe de habilidades que melloren a xestión de futuros conflitos.

### ¿Como se traballa?

A intervención é realizada polas técnicas de prevención directamente na aula e en horario lectivo, previa selección das aulas en coordinación cos orientadores/as e titoras/es. Consta de cinco sesións dunha duración aproximada de 50 minutos cada unha, con metodoloxía de exposición e técnicas interactivas.

### Contidos

- Os procesos da comunicación.
- Autoestima e asertividade.
- Empatía.
- Autocontrol emocional.

### ¿Que se necesita?

- Material gráfico e audiovisual.

#### ¿A quen se dirixe?

- Nenos e nenas (3-6 anos)
- Nenos e nenas (6-12 anos)
- Adolescentes (12-16 anos)
- Mozos/as (16-18 anos)
- Adultos
- Profesores/as e educadores/as
- Pais e nais
- Poboación xeral

#### Compoñentes que traballa

- Cognitivo
- Autoimaxe e superación
- Toma de decisións
- Control emocional
- Adestramento de habilidades sociais
- Actividades de lecer
- Tolerancia e cooperación
- Intervención familiar

### COMO SOLICITAR O PROGRAMA:

Este Programa Escolar de Prevención Universal das Drogodependencias é de carácter gratuíto e pódese solicitar dirixíndose ao seguinte teléfono de información ou por correo electrónico:

Tel.: 986 61 44 07

e-mail: [info@erguete.org](mailto:info@erguete.org)



## PROGRAMA “Intervención Socioeducativa na aula: Navega con rumbo”

### ¿Que é?

É un programa que pretende potenciar o uso educativo das novas tecnoloxías, evitando a práctica desaxeitada e/ou problemática.

### Obxectivos

A finalidade é axudar a desenrolar pautas que delimiten claramente as fronteiras entre o bo uso, o abuso e a adicción mediante:

- Análise das interferencias sociais, académicas e familiares ocasionadas polo emprego inadecuado das novas tecnoloxías.
- Adquisición dunha conduta idónea para evitar o mal uso de internet, dos videoxogos e dos móbiles.



### ¿Como se traballa?

A intervención é realizada polas técnicas de prevención directamente na aula e en horario lectivo, previa selección das aulas en coordinación cos orientadores/as e titores/as. Consta de cinco sesións dunha duración aproximada de 50 minutos cada unha, con metodoloxía de exposición e técnicas interactivas.

### Contidos

- Concepto de adicción.
- Internet.
- Videoxogos.
- Teléfono móbil.
- Solución de problemas.
- Ocio e tempo de lecer.

### ¿Que se necesita?

- Material gráfico e audiovisual.

#### ¿A quen se dirixe?

- Nenos e nenas (3-6 anos)
- Nenos e nenas (6-12 anos)
- Adolescentes (12-16 anos)
- Mozos/as (16-18 anos)
- Adultos
- Profesores/as e educadores/as
- Pais e nais
- Poboación xeral

#### Compoñentes que traballa

- Cognitivo
- Autoimaxe e superación
- Toma de decisións
- Control emocional
- Adestramento de habilidades sociais
- Actividades de lecer
- Tolerancia e cooperación
- Intervención familiar

### COMO SOLICITAR O PROGRAMA:

Este Programa Escolar de Prevención Universal das Drogodependencias é de carácter gratuíto e pódese solicitar dirixíndose ao seguinte teléfono de información ou por correo electrónico:

Tel.: 986 61 44 07

e-mail: [info@erguete.org](mailto:info@erguete.org)



## PROGRAMA “Máis que un teito”

### ¿Que é?

É un programa de prevención familiar (adaptación das Escolas de Nais e Nais), que pretende crear un espazo para as familias onde poder tratar calquera temática de interese en relación á educación dos fillos/as.



### Obxectivos

- Promover unha maior implicación dos pais/nais e/ou titores como axentes de saúde.
- Fomentar a adquisición de coñecementos, habilidades e competencias persoais para desenvolver a importante tarefa educativa coas mellores ferramentas posibles.

### ¿Como se traballa?

O programa está deseñado inicialmente para a súa implantación ao longo do curso escolar. A intervención é realizada polas técnicas de prevención e por outros/as profesionais colaboradores/as. En función das necesidades, intereses e posibilidades das familias, estableceranse pautas en cada centro educativo ou comunidade. Como termo medio as sesións teñen unha duración de entre 90 e 120 minutos.

### Contidos

- A familia: primeiro axente de socialización.
- A educación en valores: respecto e responsabilidade.
- Autoestima e familia.
- Habilidades sociais e familia.
- Familia e comunicación.
- Aprende a pensar cos teus fillos/as.
- A conduta e os seus modificadores.
- Límites e normas desde a familia.
- A viaxe da vida.

### ¿Que se necesita?

- Material gráfico e audiovisual.
- Unidades didácticas para os pais/nais/titores.

#### ¿A quen se dirixe?

- Nenos e nenas (3-6 anos)
- Nenos e nenas (6-12 anos)
- Adolescentes (12-16 anos)
- Mozos/as (16-18 anos)
- Adultos
- Profesores/as e educadores/as
- Pais e nais
- Poboación xeral

#### Compoñentes que traballa

- Cognitivo
- Autoimaxe e superación
- Toma de decisións
- Control emocional
- Adestramento de habilidades sociais
- Actividades de lecer
- Tolerancia e cooperación
- Intervención familiar

### COMO SOLICITAR O PROGRAMA:

Este Programa Escolar de Prevención Universal das Drogodependencias é de carácter gratuíto e pódese solicitar dirixíndose ao seguinte teléfono de información ou por correo electrónico:

**Tel.: 986 61 44 07**

**e-mail: [info@erguete.org](mailto:info@erguete.org)**