



PROGRAMA DE
PROMOCIÓN DE LA
SALUD

PARA PERSONAS CON
DISCAPACIDAD INTELECTUAL

2024-2025

NO8DO

AYUNTAMIENTO DE SEVILLA

Edición:

EXCMO. AYUNTAMIENTO DE SEVILLA

Producción Editorial:

DPRINT

Equipo Técnico:

ÁREA DE DEPORTE Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Índice

PRESENTACIÓN	4
CONSIDERACIONES GENERALES	5
PROGRAMAS DIRIGIDOS AL ALUMNADO	6
Educación sexual “Yo también siento”	7
Alimentación saludable	8
Salud emocional	9
Prevención del consumo de tabaco y alcohol	11
Nuestro escenario: el teatro en la educación	12
Desayuno o merienda saludable	13
Visita a tus amigos los bomberos	14
Jornadas de educación para la seguridad vial y convivencia ciudadana	15
PROGRAMAS DIRIGIDOS AL PROFESORADO	18
Educación sexual “Yo también siento”	19
Alimentación saludable	20
Primeros auxilios y Soporte Vital Básico	21
Salud emocional	22
PROGRAMAS DIRIGIDOS A LAS FAMILIAS	24
Educación sexual “Yo también siento”	25
Alimentación saludable	26
Salud emocional	27
Primeros auxilios y Soporte Vital Básico	28
Salud digital	29
Prevención de las adicciones en el ámbito familiar	30
Prevención y extinción de incendios	31
PROGRAMA DE COMEDORES ESCOLARES. EVACOLE.	32
INSCRIPCIÓN	33
DATOS DE CONTACTO	34

Presentación

PROMOCIÓN DE LA SALUD, POR LA SALUD DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Las personas con discapacidad intelectual son personas vulnerables en muchas parcelas de la vida: social, emocional, psicológica, etc., que necesitan desarrollar y promover de manera especial sus virtudes y fortalezas para poder superar las situaciones de adversidad, alcanzar con éxito sus metas, y mejorar su calidad de vida.

La promoción de la salud, en este caso, tiene como objetivo ayudar a estas personas a desarrollar la capacidad de tomar decisiones razonables en lo relativo a su propia salud, de manera que puedan llevar una vida más sana, aprender unas pautas individuales y colectivas que ayuden a mantener una buena salud, y procurarse ayuda en caso de necesidad.

Conseguir una adecuada integración efectiva de este colectivo tan diverso requiere determinadas medidas, la existencia de recursos pero también de la sensibilización de la sociedad y la implicación de esta y de las distintas administraciones.

En este sentido, la promoción de la salud pretende involucrar a la persona, a la familia y a la comunidad, en un proceso de cambio orientado a modificar las condiciones de vida y los determinantes de la salud.

Desde esta perspectiva, el Área de Deporte y Promoción de la Salud del Excmo. Ayuntamiento de Sevilla, en colaboración con otras áreas municipales, oferta este "Programa de Promoción de la Salud" a todos los centros de educación especial, así como a las asociaciones para personas con discapacidad intelectual de la ciudad de Sevilla, con el objetivo de facilitar a los colectivos implicados como profesorado, familia, alumnado, jóvenes con discapacidad intelectual en general, personas trabajadoras de los centros y voluntariado, la labor de enseñanza y aprendizaje de las competencias, habilidades, capacidades y hábitos para la vida que les permitan organizarse de forma sana y equilibrada, facilitándoles experiencias de satisfacción y bienestar general.

Silvia Pozo Sánchez

Teniente de Alcalde Delegada del Área de Deporte y Promoción de la Salud

Consideraciones generales

Se recomienda que el centro realice una planificación adecuada de los talleres o actividades ofertados, con la finalidad de fomentar los hábitos saludables incluidos en el programa general.

INSCRIPCIÓN

Para facilitar al centro la inscripción, hemos elaborado unos formularios web que recogen todas las actividades y a los que se accede escaneando el código QR de la página 33 o el enlace que aparece debajo de cada código.

Para los programas de Policía Local y Bomberos, la inscripción se realizará según indicaciones de la página del programa.

FECHA LÍMITE DE RECEPCIÓN DE SOLICITUDES: 8 de noviembre de 2024

Tanto para las familias del marco educativo como para las entidades del medio asociativo, no hay establecida una fecha límite para la solicitud de los programas.

CRITERIOS DE PRIORIDAD

- Se priorizarán aquellos centros que hayan solicitado el programa para las familias y para el profesorado.
- Disponibilidad de profesionales para la cobertura de los talleres demandados.

CONTACTOS

En la última página del cuaderno aparecen los datos de contacto de la Sección de Promoción de la Salud, Sección de Prevención y Atención a las Adicciones y Unidades de Promoción de Salud de cada distrito.

ALUMNADO

En este apartado presentamos la oferta de talleres y actividades dirigidas a personas con discapacidad intelectual, tanto para el marco educativo como para el ámbito asociativo.

En el marco educativo nos centramos en el alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo:

1. Jóvenes y adolescentes de aulas de educación especial en centros ordinarios. Edades de 13 a 20 años.
2. Alumnado de centros específicos de educación especial:
 - 2.1 Formación básica de carácter obligatorio, tercer ciclo. Edades 13-18 años.
 - 2.2 Formación para la transición a la vida adulta y laboral (PTVAL). Edades de 16-20 años.
3. Alumnado de los programas específicos de formación profesional básica. Edades de 16 a 20 años.

En el marco asociativo, nos dirigimos a centros ocupacionales, unidades de día, etc. tanto a las personas con discapacidad intelectual como a familiares, profesionales, voluntariado...

CALENDARIO

Las actividades se desarrollarán durante el curso escolar, adaptándose al Plan de Centro.

LUGAR DE DESARROLLO

En el propio centro educativo, previa demanda del mismo, salvo la asistencia a la obra de teatro del programa Nuestro escenario: El Teatro en la Educación.

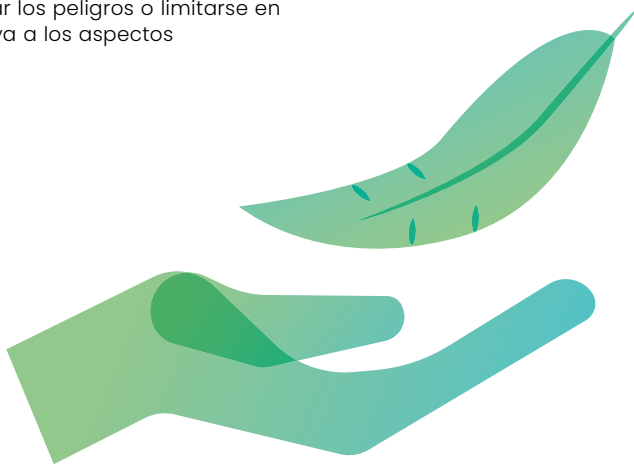
A continuación, realizamos una breve de presentación de los talleres.

Educación Sexual "Yo también siento"

Jóvenes y adolescentes con discapacidad intelectual necesitan tener acceso a la educación sexual para poder vivir su sexualidad y su afectividad de una manera saludable. Deben alcanzar conocimientos sobre el funcionamiento de sus cuerpos, cómo se produce un embarazo y cómo se puede evitar, cómo oponerse a prácticas que no se desean, cómo expresar emociones, sentimientos y afectos, cómo diferenciar los diferentes tipos de afectos, cómo aprender a relacionarse de manera sana, cómo aprender a quererse, cómo decir no a determinadas relaciones no deseadas... privar de esta educación sexual es exponerlos a riesgos e infelicidades además de obstaculizar el desarrollo de su intimidad y de vulnerar derechos fundamentales.

Hacer educación sexual, no solo es evitar los peligros o limitarse en exclusiva a los aspectos

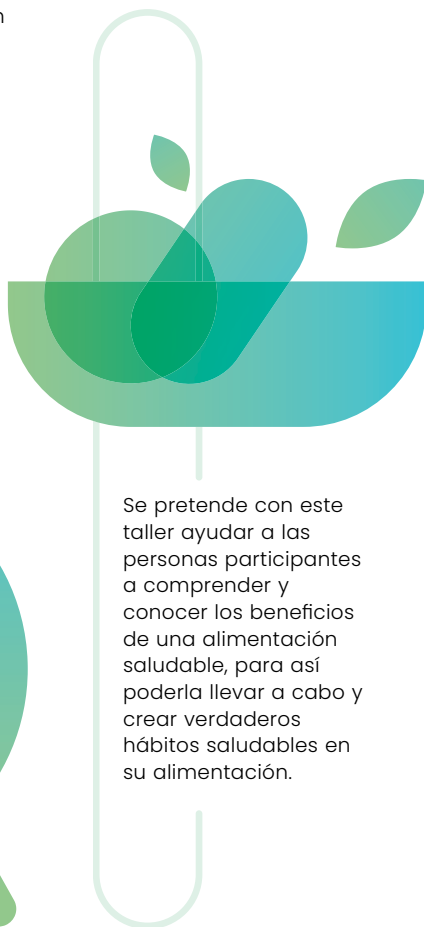
reproductivos o genitales. Incluye también trabajar las habilidades sociales, potenciar la autoestima y la autoimagen, las emociones, la prevención de abusos, la autonomía personal, el aprendizaje de normas de intimidad, las relaciones sociales, quererse y querer a otras personas, conocer, valorar y apreciar el propio cuerpo y el de otras personas, entre otros muchos aspectos. **Una educación sexual donde todas las personas se sientan en el que aceptarse y quererse y en el que establecer vínculos afectivos. Por ello es conveniente orientarles para el desarrollo de la propia sexualidad y afectividad, ya que es una dimensión más que hay que educar y cultivar.**



Alimentación saludable

Los hábitos alimentarios adecuados y el ejercicio físico marcan una diferencia entre una vida sana y el riesgo de sufrir enfermedades con el paso de los años.

La educación alimentaria es una herramienta que facilita la adquisición de conocimientos sobre alimentación saludable y sensibilizar sobre la importancia de adquirir hábitos adecuados, consiguiendo así la prevención temprana como medida eficaz para frenar la aparición de distintas patologías (diabetes, enfermedades cardiovasculares, algunos tipos de cánceres, etc.).



Se pretende con este taller ayudar a las personas participantes a comprender y conocer los beneficios de una alimentación saludable, para así poderla llevar a cabo y crear verdaderos hábitos saludables en su alimentación.

Salud emocional

Sentirse bien y vivir en armonía con las demás personas genera bienestar emocional y favorece un desarrollo saludable y positivo del ser humano.

Las actividades que se realizan en este taller tienen como objetivo el crecimiento integral de las personas, a través del desarrollo de las competencias emocionales (conocimientos, destrezas y actitudes) necesarias para comprender lo que sentimos, pensamos y hacemos, y expresarlo de forma adecuada, de manera que nos permita sentirnos bien y establecer relaciones positivas con los demás.

Estas aptitudes pueden ser aprendidas y entrenadas a lo largo de la vida por todas las personas, constituyendo un factor fundamental de protección de la salud.

Bloques de contenidos:

- I. CONCIENCIA EMOCIONAL: Identificación de las emociones propias y de las demás personas. Expresión emocional. Autoestima positiva.
- II. REGULACIÓN EMOCIONAL: Estrategias para gestionar o redirigir las emociones.
- III. COMPRENSIÓN EMOCIONAL: Relación entre emociones, pensamientos y conductas.
- IV. FACILITACIÓN EMOCIONAL: Generación de emociones y sentimientos que facilitan determinadas tareas del pensamiento. Automotivación.



Estos tres talleres se implementarán con la siguiente estructura y metodología:

Los talleres están estructurados en diferentes número de sesiones de 1 ó 2 horas de duración según la temática elegida y las necesidades del centro y del alumnado:

- Educación sexual: 8-9 sesiones.
- Salud emocional: 4-8 sesiones.
- Alimentación saludable: 3-6 sesiones.

La base conceptual y los contenidos se adaptarán a cada grupo, según la complejidad y profundidad del tema, tanto en el aspecto biológico como afectivo, la edad y madurez del alumnado y sus necesidades e inquietudes.

Se utilizará una metodología participativa y dinámica con instrumentos basados en la pedagogía activa, que faciliten la comunicación, desde un aspecto lúdico y vivencial (dinámicas de grupo, visionado de material audiovisual, expresión corporal, trabajos en grupo, pictogramas, dibujos, etc.).

Es fundamental tener información previa relativa a las características del grupo, por ello, previa a la ejecución del taller, se realizará una reunión con cada centro para conocerlas.

Con respecto al tamaño del grupo, sería conveniente que este oscile entre 6 y 15 personas, dependiendo de las necesidades de apoyo.

Por otro lado, es imprescindible que esté presente la persona del centro responsable de ese grupo, con el objetivo de canalizar y continuar con el trabajo realizado una vez finalizada la intervención.

Asimismo, se considera esencial para la consecución de los objetivos de los programas y de la continuidad de los mismos en el centro, el trabajo con el profesorado y las familias del alumnado, a través de la ejecución de los programas destinados a estos colectivos en la medida de las posibilidades del centro.



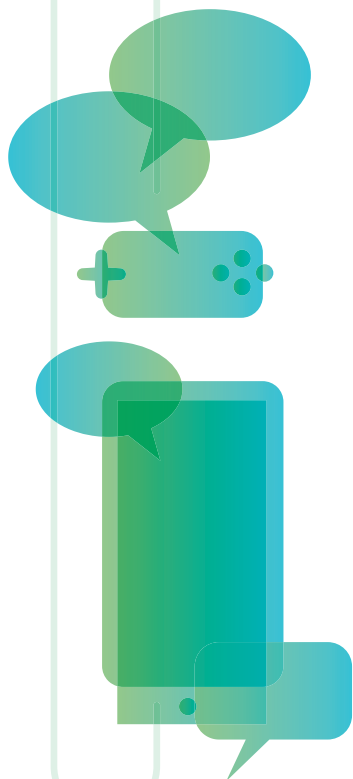
Prevención del consumo de tabaco y alcohol

Se trata de un taller estructurado en varias sesiones de una hora de duración. En dichas sesiones se utilizará una metodología adaptada a la población de educación especial y se abordarán contenidos relacionados con los efectos y las consecuencias del consumo del tabaco y la cachimba, los mitos y creencias, riesgos del consumo de alcohol y herramientas para proteger ante la influencia del grupo de iguales hacia el consumo.



Nuestro escenario: el teatro en la educación

A través del teatro se pretende potenciar la formación del alumnado en valores saludables, potenciar habilidades sociopersonales, así como reflexionar sobre las adicciones con sustancia (tabaco, cachimba, alcohol) y sin ella (peligros de las redes sociales, adicción al móvil, videojuegos, etc).



A distinguir:

- Centros que deseen realizar **un montaje teatral**: a dichos centros se les facilitará un asesoramiento de carácter técnico, desde el Negociado de Prevención de las Adicciones en relación a los contenidos preventivos a trabajar en las representaciones; y de carácter escénico, por parte de personal especializado en teatro, para el desarrollo artístico de la obra. Las obras podrán ser representadas en Centros Cívicos de la ciudad, en el propio centro escolar o en otros espacios comunitarios. Los centros educativos podrán participar con un sólo montaje teatral por centro.
- Centros que participen como **espectadores activos**: asistirán a las representaciones realizadas por otros grupos de alumnado y participarán en un debate para promover la reflexión sobre las obras.

Desayuno o merienda saludable

El desayuno es la primera oportunidad del día para comer de forma saludable y sostenible.

En nuestra dieta mediterránea abundan los alimentos de origen vegetal, los hidratos de carbono complejos, las legumbres o semillas, fuentes de proteínas, vitaminas y minerales. Así pues, esta nos permite elaborar diferentes tipos de desayunos saludables a partir de los alimentos más adecuados y sanos, por ello, no existe un único modelo de desayuno saludable.

Frecuentemente, el desayuno se ha convertido en la comida más desequilibrada del día junto con la merienda. En estas comidas es habitual que se incluyan alimentos muy azucarados, salados o con grasas de mala calidad nutricional; algunos ejemplos de ello son: los cereales "tipo desayuno", galletas, zumos, batidos lácteos, bollería industrial, embutidos e incluso bebidas refrescantes y snacks. Es importante evitar estos productos alimenticios y sustituirlos por

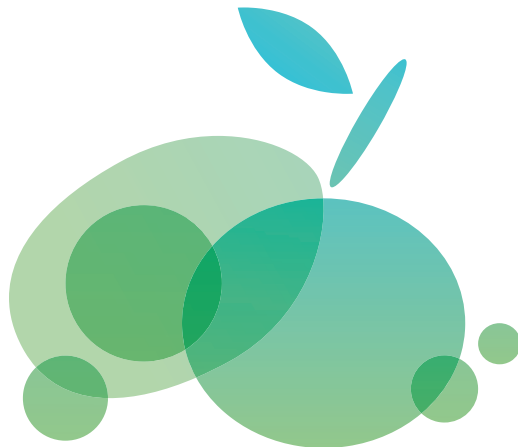
alimentos saludables como las frutas, el pan integral, los frutos secos, el aceite de oliva virgen o la leche entera.

Además, existe una gran coincidencia entre los alimentos más saludables y los más sostenibles; por tanto, una alimentación saludable también es una apuesta por la sostenibilidad medioambiental.

El desayuno saludable ofrecido por el Servicio de Salud consta de pan integral, aceite de oliva virgen extra, fruta y leche entera. Los tres primeros alimentos son ecológicos, de temporada y de proximidad.

La actividad se desarrollará durante el curso escolar y en el propio centro educativo, concretando la ejecución de la misma con la UPS que corresponda.

En el caso de entidades del marco asociativo, esta actividad podrá sustituirse por una merienda, la cual consistirá en frutas variadas y frutos secos.



Prevención, extinción de incendios y salvamento

Una visita a tus amigos los bomberos.

Ofrecemos la posibilidad de venir al Parque de Bomberos o te visitamos en tu centro escolar.



¿EN QUÉ CONSISTE?

Previa información del profesorado y adaptándonos a las capacidades especiales del alumnado, de manera lúdica y participativa les mostraremos comportamientos básicos de prevención y qué hacer en una emergencia por incendio.

Nuestros recursos serán: el EPI del Bombero, camión, extintor, mangueras, etc. y si las capacidades lo permiten proyectar películas educativas.

DURACIÓN DE LA VISITA

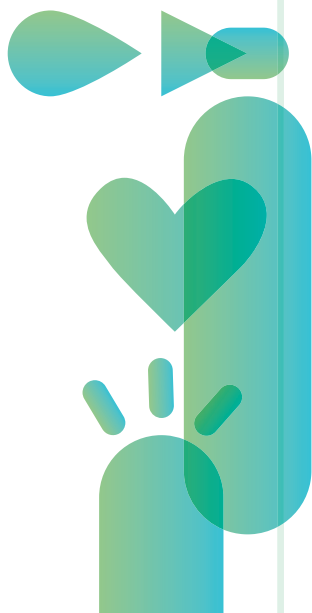
2 horas. Máximo de 25 persona por visita.

Centro:	Tlf:
Dirección:	Horario:
Distrito:	CP:
Persona de contacto:	Cargo:
Email:	Tlf:

Actividad solicitada:

Número de personas participantes:

Enviar al correo electrónico: publicas.seis@sevilla.org



Talleres preventivos de Educación Vial, violencia entre iguales, Consumo de Alcohol y drogas en menores, Redes Sociales y peligro de Internet

¿EN QUÉ CONSISTE?

Los centros podrán elegir entre las siguientes actividades, en las cuales se tratarán diversos temas previamente consensuados y trabajados con el profesorado del centro.

EDUCACIÓN VIAL

Prevención de accidentes, carril bici, consumo en la vía pública y normativas diversas, siempre con contenidos adaptados al alumnado. Esta jornada consta de una sesión cuya duración será a convenir con el profesorado, pudiéndose repetir en fechas posteriores. Según la situación específica de cada centro o grupo de alumnado, se podría completar con la **pista de tráfico**.

ENTORNO ESCOLAR SEGURO

Salidas a la vía pública con monitores por el entorno cercano, observando peligros y practicando hábitos ciudadanos y cívicos. Esta actividad de salida es complementaria a la sesión de Educación Vial, concretándose la fecha con el profesorado en caso de ser demandada.

La metodología en las sesiones será activa y participativa, interactuando el o la policía con el alumnado, utilizando material audiovisual, ejemplos de casos reales, mostrando sus equipos, etc., y adaptándose siempre a la capacidad del alumnado.

Se aportarán fichas coloreables, pegatinas del escudo, carnet infantil de policía y marionetas.

INSCRIPCIÓN

La inscripción comenzará en septiembre, pudiéndose realizar durante todo el curso escolar.

Se dará respuesta a la demanda recibida en función de los medios disponibles.

Para la inscripción de las actividades habrá que enviar mediante correo electrónico la ficha de la página siguiente.

Datos de contacto:

TELÉFONOS DE CONTACTO

955 472 272

CORREO ELECTRÓNICO

Agentetutorsevilla.pl@sevilla.org



Educación especial curso 2024-2025

FICHA DE SOLICITUD EDUCACIÓN VIAL

Centro:	Teléfono:
Dirección:	Fax:
Persona de contacto:	
Horario de contacto:	Teléfono móvil: (solo se usará como alternativa en caso necesario)
Correo electrónico: (escribir claro, por favor)	
Mes preferente para realizar la actividad:	
Preferencia horaria de la actividad:	<input type="radio"/> Mañana <input type="radio"/> Tarde
Solicitud de actividades:	<input type="radio"/> Educación vial <input type="radio"/> Circuito práctico

	EDADES				
Nº UNIDADES					
Nº ALUMNADO					
TOTAL Nº ALUMNADO					
PIZARRA DIGITAL					
TIPO NECESIDADES DE APOYO ESPECÍFICO					

1. ¿Alguna circunstancia que debiéramos saber?

2. ¿Algún tema en el que debamos incidir más?

REQUISITOS DEL CENTRO PARA REALIZAR CIRCUITO PRÁCTICO:

- La pista se oferta atendiendo a nuestra disponibilidad según demandas recibidas.
- El alumnado que posea casco deberá traerlo, en caso contrario la policía le prestará uno.
- El patio debe tener unas medidas aproximadas de 15 x 10 metros, pavimentado y con tomas de corriente cercanas.
- Fácil acceso al transportista con el fin de no interrumpir el tráfico al descargar los elementos.
- Lugar cerrado para guardar 25 bicicletas, señales de tráfico, isletas, semáforos y cableado.



PROFESORADO



Educación sexual

“Yo también siento”

La formación en este terreno, es necesaria para capacitar a profesionales y voluntariado con herramientas y recursos que les ayuden a atender, orientar y prestar apoyos a la sexualidad y a la afectividad de las personas con las que trabajan, así como poder corresponsabilizar a las familias en el abordaje de este tema. Y no únicamente facilitar pautas y estrategias para que puedan abordar situaciones concretas con las que se encuentran en su ámbito de actuación.

Es importante que, como profesionales y en consenso con las familias, se les oriente en el desarrollo de la sexualidad y de la afectividad del alumnado, desde sus capacidades, autoestima, expresiones, emociones...

Estas aportaciones son importantes de cara a trabajar el currículo oculto de cada centro: lo que se educa no es solo lo que se trabaja de manera formal en el aula, sino todo lo que sucede en el centro, las propias actitudes del personal, las normas implícitas, la forma en que el profesorado se relacionan entre ellos y ellas y con el alumnado, la organización de los espacios, tiempos y actividades, el tratamiento de la intimidad, las manifestaciones sexuales y las relaciones afectivas.

Por ello, es necesario que todo el equipo de profesionales pueda analizar y consensuar criterios de actuación con todas las posibles situaciones que se pudieran dar en el centro.

Con respecto a los y las profesionales, se plantean diferentes acciones formativas encaminadas a facilitar herramientas, procesos, contenidos y materiales para llevar a cabo una adecuada educación para la sexualidad. Con la idea de que la misma tenga continuidad y quede integrada en el currículum de cada centro.



LUGAR DE DESARROLLO

Según demanda

CALENDARIO

Según demanda

INSCRIPCIÓN

Para realizar la inscripción de los programas del profesorado se debe cumplimentar la ficha vía online accediendo al enlace de la página 33.

REQUISITO

Para el desarrollo de este taller es necesario un mínimo de 10 asistentes. Podrán agruparse en un mismo taller docentes de varios centros educativos.

Alimentación saludable

El objetivo de este taller es aportar información y herramientas útiles al profesorado que apoyen la implementación de los programas con el alumnado.

En este taller se abordan, entre otros temas, conceptos básicos de alimentación saludable y su relación con la salud, la alimentación en la etapa infantil y la juvenil, necesidades nutricionales y aprendizaje para la confección de menús saludables, frecuencia de consumo de alimentos, planificación de menús equilibrados, la reflexión sobre los mensajes que nos transmite la publicidad y sobre su efecto en nuestro consumo, la interpretación del etiquetado de los alimentos como una herramienta indispensable para un consumo responsable, alimentación y discapacidad intelectual y actitudes de las personas adultas ante los hábitos alimentarios de este colectivo.

La propuesta formativa, impartida por profesionales de la dietética y nutrición del Servicio de Salud, supondrá la realización de un curso estructurado en tres sesiones y adaptando las mismas a las necesidades concretas de cada grupo. Los contenidos están relacionados con los aspectos antes mencionados, aplicando una metodología práctica y participativa.



LUGAR DE DESARROLLO

Hogar Virgen de los Reyes.

CALENDARIO

· 21, 28 de enero y 4 de febrero 2025
Martes 17-20 h.

LUGAR DE DESARROLLO

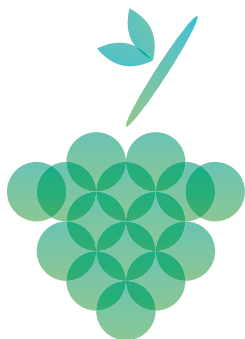
Hogar Virgen de los Reyes.

INSCRIPCIÓN

Para realizar la inscripción de los programas del profesorado se debe cumplimentar la ficha vía online accediendo al enlace de la página 33.

REQUISITO

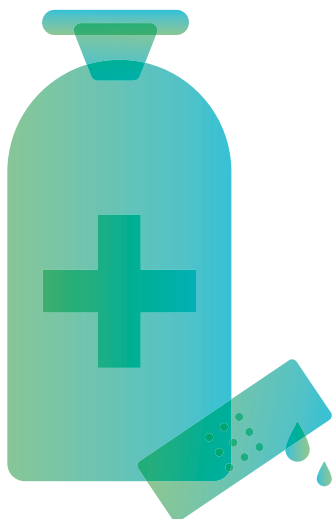
Para el desarrollo de este taller es necesario un mínimo de 10 asistentes. Podrán agruparse en un mismo taller docentes de varios centros educativos.



Actuar bien para salvar vidas. Primeros auxilios y Soporte Vital Básico

Los objetivos de este curso consisten en adquirir habilidades en primeros auxilios que permitan responder de forma adecuada a situaciones de riesgo para la salud, así como obtener la sensación de seguridad suficiente para actuar sabiendo lo que se debe hacer.

Los contenidos a impartir incluyen: toma de conciencia de la importancia de la ayuda hasta la llegada de la asistencia médica; qué hacer en situaciones que pueden poner en peligro la vida (pérdida de conciencia, atragantamiento, hemorragia, quemaduras, traumatismos, etc.); qué hacer en situaciones que en principio no suponen un riesgo vital (heridas, mordeduras, convulsiones, picaduras, reacciones alérgicas, etc.); cómo actuar ante un accidente de tráfico y el aprendizaje del Soporte Vital Básico.



LUGAR DE DESARROLLO

Hogar Virgen de los Reyes.

CALENDARIO

La formación se desarrollará según el siguiente calendario con máximo 40 participantes:

- 11, 18 y 25 de febrero de 2025 (martes) de 16 a 19 h.

Estos cursos se implementarán según la demanda recibida y la disponibilidad de profesionales en las Unidades de Promoción de Salud.

Se ruega indiquen la opción deseada en la fecha de inscripción.

INSCRIPCIÓN

Para realizar la inscripción de los programas del profesorado se debe cumplimentar la ficha vía online accediendo al enlace de la página 33.

REQUISITO

Para el desarrollo de este taller es necesario un mínimo de 15 asistentes. Podrán agruparse en un mismo taller docentes de varios centros educativos.

Educación emocional desde la psicología positiva

Las competencias socioemocionales del profesorado tienen un peso importante en el proceso educativo, pues no solo son responsables de instruir en los conocimientos teórico-técnicos de las materias, sino que además por la propia naturaleza de su misión, establecen una relación personal y emocional con el alumnado durante todo este tiempo.

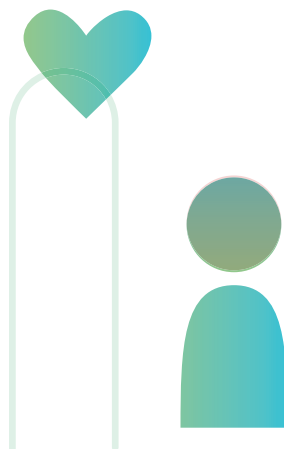
Por tanto los y las docentes deberían gozar de un bagaje sólido en materia de emociones y competencias emocionales, como aspecto esencial del desarrollo profesional y como herramienta fundamental para potenciar el desarrollo óptimo del alumnado.

El objetivo de este taller es ofrecer al profesorado estrategias y recursos para aplicar la educación emocional en su práctica docente, y puedan gestionar eficazmente las variables emocionales que afectan al alumnado en su aprendizaje.

El taller se desarrolla en gran parte de modo vivencial, pues como es sabido los aprendizajes que mejor se retienen y perduran en el tiempo, son aquellos que están vinculados a una emoción.

El taller consta de 3 sesiones presenciales de 4 horas de duración, existiendo la posibilidad de su ampliación a 20 horas con la presentación de un trabajo práctico.

Los contenidos a desarrollar son los siguientes: Educación emocional. Emoción. Regulación de las emociones. Pensamiento. Motivación. El Yo positivo. Aplicaciones prácticas de la educación emocional.



CALENDARIO Y LUGAR

Según demanda.

INSCRIPCIÓN

Para realizar la inscripción de los programas del profesorado se debe cumplimentar la ficha vía online accediendo al enlace de la página 33.





FAMILIAS

Durante años venimos avanzando en el fomento de estilos de vida saludables con la población infantil, juvenil y personas con discapacidad intelectual, resultando necesaria la implicación de las familias para la adecuada consecución y normalización de hábitos positivos.

Este programa pretende estimular a las familias y personas cuidadoras como agentes idóneos para llevar a cabo una función de transmisión de mensajes, valores y aprendizajes dirigidos a la prevención de las drogodependencias y la promoción de la salud.

Este taller está dirigido a AMPAS, asociaciones diversas y, en general, familias y personas cuidadoras del alumnado.

¿EN QUÉ CONSISTE?

Proponemos la formación mediante talleres grupales y dinámicos sobre los temas de interés para la educación de los y las jóvenes o personas adultas de este colectivo, con disponibilidad de material didáctico complementario.

INSCRIPCIÓN

Para realizar la inscripción de los programas de familias se debe cumplimentar la ficha vía online accediendo al enlace de la página 33.

No está establecida una fecha límite de recepción de solicitudes.

FECHAS Y HORARIOS

Una vez recepcionada la demanda, se establecerá con cada grupo el número de sesiones en función de los intereses, y en la medida de lo posible, se adaptarán las fechas y horarios a sus preferencias.

LUGAR DE DESARROLLO

En el propio centro educativo o bien en sedes de asociaciones, centros cívicos de la ciudad o cualquier otro espacio que se considere oportuno. En el caso del taller de prevención y extinción de incendios para familias, será desarrollado en el Parque de Bomberos de Polígono Sur.

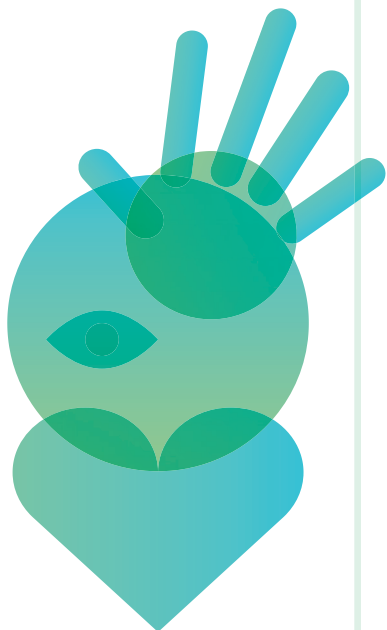
Educación sexual "Yo también siento"

Se oferta a los diferentes dispositivos sesiones de sensibilización con las familias, una antes de comenzar el programa con las personas con discapacidad y otra, de manera opcional, al finalizar el mismo.

A través del diálogo y la reflexión, las familias pueden ser un instrumento de inclusión y solidaridad con sus hijos e hijas, contribuyendo así a una vida digna, justa con salud y placer.

La idea es integrar la sexualidad de forma armoniosa a la personalidad y no mutilando el aspecto humano de las relaciones interpersonales como la amistad, las relaciones sociales, de pareja...

Dinamizar a los padres y madres, otros familiares y personas cuidadoras en el marco de la educación sexual que pueden brindar a sus hijos e hijas, significa aportarles un rol activo en su crecimiento, reconociendo sus saberes y potenciándolos. **Se pretende generar un espacio de encuentro y reflexión acerca de la sexualidad y de la educación sexual de las personas con discapacidad intelectual.**



Importancia de reflexionar sobre los siguientes conceptos:

- De qué educación sexual partimos.
- La educación sexual empieza con la educación de los afectos.
- ¿La sexualidad/las relaciones sexuales?
- El cuerpo propio y el de otras personas: conocimiento, respeto y cuidados.
- Intimidad: si no existe intimidad, se exteriorizan conductas que tendrían que ser íntimas en lugares poco adecuados.
- Privacidad: consecuencia de la intimidad.
- Sobreprotección e infantilización.
- Las relaciones sociales y afectivas.
- Pautas, criterio y orientaciones generales.

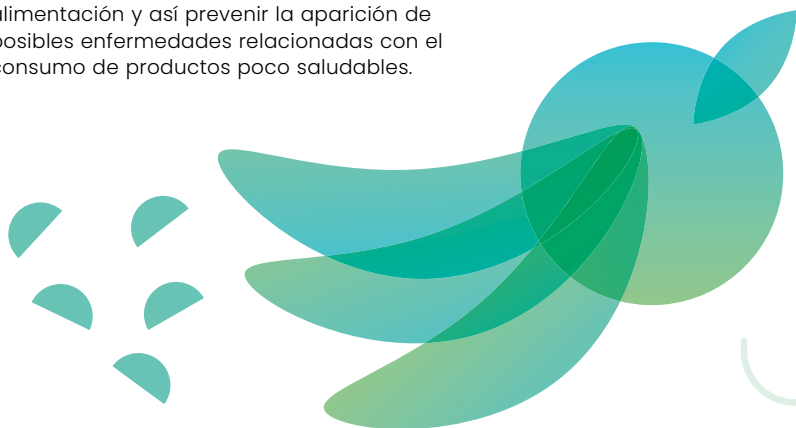
Se proponen sesiones de 2/3 horas cada una, tanto de manera presencial como formato online.

Alimentación saludable

Con la realización de este taller se pretende dotar de conocimientos específicos de alimentación saludable a las familias y otras personas adultas cuidadoras, entendiendo que estas personas son las responsables de la elección de los alimentos que consumen y de fijar unas pautas con respecto a los hábitos alimentarios, por lo que constituyen un elemento clave para el cuidado de la salud de las personas de este colectivo.

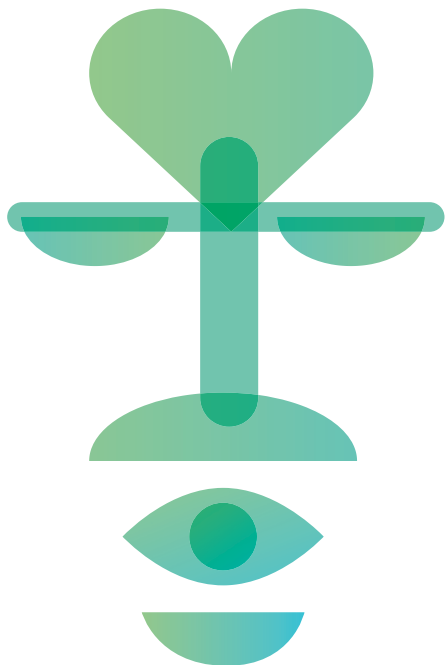
En este taller se abordan, la alimentación saludable y su relación con la salud. Conceptos básicos, hábitos familiares saludables con respecto a la alimentación, necesidades nutricionales y confección de menús saludables, recomendaciones para la frecuencia de consumo de alimentos, planificación de menús familiares y la reflexión sobre los mensajes que nos transmite la publicidad y sobre su efecto en nuestro consumo y la interpretación del etiquetado de los alimentos como una herramienta indispensable para un consumo responsable.

Se trata de que a partir de esta formación las familias y/o personas cuidadoras y de manera indirecta esta población, adquieran hábitos de salud protectores en relación a la alimentación y así prevenir la aparición de posibles enfermedades relacionadas con el consumo de productos poco saludables.



Salud emocional

El objetivo principal de este programa es facilitar que las familias y otras personas cuidadoras con responsabilidades educativas familiares, adquieran estrategias emocionales y educativas que les permitan potenciar el bienestar emocional y tener una experiencia de crianza lo más grata posible, ser personas emocionalmente competentes y proporcionar unas bases seguras sobre las que menores, adolescentes y jóvenes puedan dirigirse y relacionarse con el mundo de manera saludable y comprometida.



CONTENIDOS

- Salud emocional, las emociones y la educación emocional en la familia.
- El proceso emocional.
- Inteligencia emocional.
- Desarrollo evolutivo de las emociones.
- Algunas claves: escucha y empatía. Equilibrio emocional.
- Fases para educar(nos) emocionalmente:
 - Fase 1: conocer las emociones básicas y sus funciones. Conciencia emocional.
 - Fase 2: reconocer las emociones en nosotros mismos y en los demás. Aceptación.
 - Fase 3: legitimar las emociones. Conexión.
 - Fase 4: aprender a regular las emociones. Autocontrol.
 - Fase 5: actuar de manera adaptativa. Equilibrio.
 - Fase 6: establecer una historia o narrativa. Aprendizaje.
- Bienestar emocional: sembrar la felicidad; estrategias, valores y claves.

Actuar bien para salvar vidas. Primeros Auxilios y Soporte Vital Básico

Los aspectos a tratar en el taller podrán ser los siguientes:

- Toma de conciencia de la importancia de la ayuda hasta la llegada de la asistencia médica.
- Qué hacer en situaciones que pueden poner en peligro la vida: pérdida de conciencia, atragantamiento, hemorragia, quemaduras, traumatismos graves, etc.
- Cómo actuar ante un accidente de tráfico.
- Qué hacer en situaciones que en principio no suponen riesgo para la vida: heridas, mordeduras, convulsiones, picaduras, reacciones alérgicas, etc.
- Soporte Vital Básico: este apartado se impartirá en función de los recursos disponibles.



Salud digital

El presente programa tiene como objetivo dotar a las familias y personas cuidadoras principales de adolescentes y jóvenes de los conocimientos y destrezas necesarias para la promoción de un uso adecuado y positivo de Internet, redes sociales y otras tecnologías, mediante el conocimiento, la formación y la educación en el uso de las mismas y el desarrollo de las competencias sociales, emocionales y cognitivas necesarias para afrontar distintas situaciones, integrándolas de manera saludable y equilibrada en sus vidas.



Contenidos

- Tecnologías de la Información y la Comunicación: Internet, pantallas, móviles, videojuegos, etc.
- Fortalezas y debilidades de las TIC.
- Educación en valores, inteligencia emocional y TIC.
- Mitos en la educación de menores y adolescentes en el uso de las TIC.
- Señales de alarma del uso problemático de las TIC.
- Usos socialmente positivos de la red y ocio digital ético y responsable.

Prevención de las adicciones en el ámbito familiar

El taller podrá versar sobre los siguientes aspectos:

- Ser madres y padres.
- Informar es proteger: cómo hablar a los hijos/as sobre las drogas (alcohol, tabaco y porros).
- Las tecnologías dentro del entorno familiar: riesgos y consejos sobre el uso del móvil.
- La comunicación en la familia.
- El afecto: motor de desarrollo en los hijos e hijas.
- Las reglas del juego: importancia de las normas en la vida familiar.
- La autoestima en la familia. La autonomía personal.
- Cómo resolver los conflictos en la familia.
- El tiempo libre y el ocio en las familias.
- La familia ante los problemas de consumo: cómo detectar y afrontar los comportamientos de riesgo.



Material de apoyo

(previa petición y disponibilidad):
DVD "Familia: Educar para la vida", DVD "Todo sobre el alcohol", DVD "Todo sobre las drogas".

Prevención y extinción de incendios

El taller está estructurado en una sesión de aproximadamente tres horas de duración, realizado por profesionales de la Academia de Bomberos. Los contenidos son los siguientes:

- Información sobre el SPEIS y los Parques de Bomberos de Sevilla.
- Números de emergencia: 080 y 112.
- Química básica del fuego.
- Instalaciones Protección Contra Incendios: detectores de incendios, BIES y extintores.
- ¿Qué hacer en caso de fuego en mi casa, o en otro lugar?. Consejos prácticos.
- Visita a las instalaciones del Parque: museo, barra de bajada de emergencia, vehículos, galería de humos, gimnasio, etc.
- Demostración práctica del uso de un extintor sobre batea de fuego ecológica.



EVACOLE

PLAN DE EVALUACIÓN DE LA OFERTA ALIMENTARIA EN CENTROS ESCOLARES DE ANDALUCÍA

Desde el Servicio de Salud del Excmo. Ayuntamiento de Sevilla participamos en el Plan EVACOLE (Plan de Evaluación de la Oferta Alimentaria en Centros Escolares de Andalucía), que se enmarca dentro de la Promoción de la Salud y a través del cual se evalúa la oferta alimentaria de los comedores escolares mediante el estudio de los menús, del servicio y productos alimentarios ofertados, y se verifican asimismo las acciones de promoción de hábitos alimentarios e higiénicos saludables.

Para ello se realizan tareas de evaluación nutricional de los menús y la verificación in situ de la oferta alimentaria, recogiendo y analizando datos sobre las condiciones ambientales, de gestión y de organización del comedor, así mismos aspectos sobre la elaboración, presentación y consumo de los menús.

De entre los centros escolares públicos gestionados por la Agencia Pública Andaluza de Educación y Formación, anualmente se lleva a cabo una selección de colegios en los que se realiza la visita de verificación in situ. Además, se evalúan también los comedores de centros educativos que no están gestionados por dicha Agencia. No obstante, cualquier centro escolar puede solicitar su inclusión en el programa, mediante contacto telefónico (**944 47 29 03 / 944 47 29 22**) o correo electrónico (**promociondelasalud@sevilla.org**).

Esta evaluación de la oferta alimentaria tiene como ámbito de actuación a los centros educativos con escolares a partir de 3 años de edad.

INSCRIPCIÓN



<https://bit.ly/3WDLz8i>

**Inscripción a los
programas
para alumnado**



<https://bit.ly/3LJzsm4>

**Inscripción a los
programas para
profesorado**



<https://bit.ly/3Wl4m2z>

**Inscripción
a los programas
para familias**

DATOS DE CONTACTO

SECCIÓN DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

Teléfono: 955 472 903 / 955 472 922

Email: promociondelasalud@sevilla.org

UNIDADES PROMOCIÓN DE LA SALUD

BELLAVISTA-LA PALMERA

Teléfono: 955 473 431 / 955 473 429

Email: ups.bellavista-lapalmera@sevilla.org

CASCO ANTIGUO

Teléfono: 955 472 205 / 955 472 209

Email: ups.cascoantiguo@sevilla.org

CERRO-AMATE-ROCHELAMBERT

Teléfono: 955 474 271 / 955 474 270

Email: ups.cerroamate-rochelambert@sevilla.org

ESTE-ALCOSA-TORREBLANCA

Teléfono: 955 472 533 / 955 472 534

Email: ups.estealcosa-torreblanca@sevilla.org

MACARENA

Teléfono: 955 472 916 / 955 472 285

Email: ups.macarena@sevilla.org

SECCIÓN DE PREVENCIÓN Y ATENCIÓN A LAS ADICCIONES

Teléfono: 955 472 861 / 955 472 863

Email: pmd.salud@sevilla.org

NERVIÓN

Teléfono: 955 472 970 / 955 472 972

Email: ups.nervion@sevilla.org

NORTE

Teléfono: 955 470 595

Email: ups.norte@sevilla.org

SAN PABLO-SANTA JUSTA

Teléfono: 955 473 335 / 955 473 328

Email: ups.sanpablo-santajusta@sevilla.org

SUR

Teléfono: 955 473 420 / 955 473 423

Email: ups.sur@sevilla.org

TRIANA-LOS REMEDIOS

Teléfono: 955 473 574 / 955 473 573

Email: ups.triana-losremedios@sevilla.org



organiza

NO8DO

AYUNTAMIENTO DE SEVILLA

colabora

