



Ajuntament de
**PALAU-SOLITÀ
I PLEGAMANS**



DO
BLE
VIA
COOPERATIVA

SALUDA'T

PROGRAMA D'EINES PER LA SALUT JUVENIL

2016

INDEX

1. INTRODUCCIÓ.....	Pàg. 01
2. JUSTIFICACIÓ.....	Pàg. 03
3. MARC LEGAL.....	Pàg. 04
4. OBJECTIUS.....	Pàg. 06
4.1 OBJECTIUS GENERALS	Pàg. 06
4.2 OBJECTIUS ESPECÍFICS	Pàg. 06
5. MARC TEORIC.....	Pàg. 07
6. METODOLOGIA.....	Pàg. 09
6.1 FITXA DE PROGRAMACIÓ I VALORACIÓ	Pàg. 11
6.2 ACTIVITATS I PROJECTES	Pàg. 12
7. DESTINATARIS.....	Pàg. 13
8. TEMPORITZACIÓ.....	Pàg. 13
8.1. FITXA DE LES ACTIVITATS	Pàg. 13
9. DIFUSIÓ.....	Pàg. 13
10. RECURSOS.....	Pàg. 13
10.1. RECURSOS HUMANS.	Pàg. 13
10.2 RECURSOS FUNCIONALS	Pàg. 14
10.3. RECURSOS MATERIALS	Pàg. 15
11.	Pàg. 15
AVALUACIÓ.....	
ANNEXOS.....	Pàg. 17



1. INTRODUCCIÓ

El document que presentem a continuació sorgeix de l'esforç de la Regidoria de Joventut de l'Ajuntament de Palau-solità i Plegamans i dels professionals de l'àmbit de la salut del municipi per donar cos i coherència a les accions posades a terme pel que fa a la promoció d'hàbits saludables entre la població jove. El Programa aquest any 2015 ha estat encarregat a la cooperativa Doble Via.

En aquest sentit, ens adrecem a les persones d'edats entre els 12 i els 30 anys. Som conscients que anem més allà del Pla Nacional de Joventut elaborat per la Secretaria General de Joventut de la Generalitat de Catalunya, que parla d'edats compreses entre els 15 i els 29 anys al fer referència a les edats juvenils. Tot i així, veiem oportú incloure els pre adolescents i adolescents, a partir dels 12 anys, per coincidir amb l'inici de l'etapa educativa de l'Ensenyament Secundari Obligatori i perquè tenim un important volum d'usuaris/es entre aquestes edats. D'altre banda, ens allarguem fins als 30 anys ja que són moltes les persones que, des del punt de vista socio econòmic, encara no gaudeixen d'un estat de plena emancipació personal.

Amb aquest Pla de Salut Juvenil, volem promoure la salut, entenent-la tal i com la defineix l'Organització Mundial de Salut (OMS): "un estat de complet benestar físic, mental i social, i no solament l'absència d'afeccions i malalties". A més a més, voldríem relacionar el concepte de salut amb el de ciutadania activa -potència d'acció, disponibilitat per a conèixer, analitzar i construir condicions de canvi, negociació permanent per a l'ampliació de la qualitat de la vida.

Des de l'inici del Pla de Salut, el 2009, hem treballat la prevenció de conductes de risc sobretot en els àmbits de la sexualitat, les drogues i l'alimentació, que han representat els tres principals àmbits d'acció del programa. Tot i això, al llarg del desenvolupament del programa hem vist la necessitat de treballar determinades habilitats personals i socials, com a eina de prevenció de conductes de risc i com a estratègia principal de promoció de la salut, aspecte que cada vegada pren més importància en el nostre discurs.



Ajuntament de
**PALAU-SOLITÀ
I PLEGAMANS**



DO
BLE
VIA
COOPERATIVA

En la lluita contra la malaltia i la promoció de la salut de les persones, es poden distingir tres estratègies bàsiques: guarir, prevenir i promoure la salut –les quals, en terminologia epidemiològica, es tradueixen, aproximadament, en prevenció terciària, secundària i primària (OMS, 1998). Cada estratègia centra les seves activitats en diferents objectius (Espluga i Caballero, 2004). La prevenció terciària actua sobre els efectes, és a dir, inclou activitats dirigides a “reparar” els individus que ja han patit danys de salut. El programa SALUDA'T no contemplaria actuacions en aquest àmbit més enllà de la detecció, sinó que recomanaria l'assistència a altres serveis que poguessin donar resposta a la necessitat. La regidoria de Joventut treballaria directament en termes de prevenció secundària, que tindria a veure amb la detecció precoç, actuant sobre aquelles persones que han dut a terme algunes conductes de risc però aquestes encara no poden ser considerades com a problemàtiques. I treballant especialment per a la prevenció primària, dirigida a població en general (en aquest cas jove) que encara no presenta conductes de risc, i que implica crear unes condicions saludables mitjançant intervencions sobre el medi ambient i els individus, procurant implicar la població en les decisions per millorar i mantenir la salut.

Més enllà de la prevenció, orientada a “actuar per evitar, retardar o reduir la ocurrència d'un conjunt d'aconteixements” (Viguer, 2004), el programa de salut pretén fer incidència en la promoció de la salut, entesa com a “capacitat de desenvolupar el propi potencial i respondre de manera positiva als reptes de l'ambient” (Viguer, 2004). És en aquest context que es treballa des d'un model de competències i no de dèficit, veient a l'adolescent “no com un problema que s'ha de resoldre, sinó com un recurs a desenvolupar, en la línia de l'empoderament”, promovent el desenvolupament positiu, “ajudar als adolescents a desenvolupar competències que els permetin créixer i desenvolupar les seves habilitats” (Pertegal, Oliva, Hernando, 2010). En aquesta direcció farem èmfasi en la promoció dels denominats factors de protecció que són “totes aquelles variables que disminueixen la probabilitat d'involucrar-se en conductes de risc, ja que fomenten la capacitat de l'individu per afrontar de forma adequada les situacions de crisi. Ajuden a desenvolupar les habilitats necessàries per fer front als factors estressors i a les situacions de risc” (Guia pel disseny de serveis d'informació i assessorament en drogues: una proposta de model funcional, 2012).

Per a fer aquest acompanyament positiu, considerem indispensable la creació d'un bon vincle adult- jove, la importància d'esdevenir referents positius i saludables per a ells/es i



el profund respecte per als seus processos, així com confiar en les seves potencialitats i facilitar l'expressió d'aquestes. El vincle, ens garanteix no només una millor transmissió d'informació de la regidoria als joves, sinó una comunicació bidireccional, també dels i les joves cap a la regidoria, ja que les persones joves confien i expliquen situacions viscudes o comparteixen creences i valors a l'agent de salut, cosa que facilita la detecció de necessitats. Per altra banda, el vincle fomenta una major participació dels joves en la implementació de les polítiques preventives, ja que a partir de la detecció de necessitats específiques es programen les actuacions que sempre són proposades al jovent per a què puguin participar-ne del seu disseny i implementació, i sovint la resposta del jovent és positiva degut a, en part, aquest vincle creat en la persona de referència.

Per a realitzar tot aquest procés, serà imprescindible partir de les inquietuds i motivacions de la població jove, consolidant un espai d'intercanvi del quotidià, fomentant l'educació entre iguals per a garantir l'aprenentatge. Entenem l'educació entre iguals com el principi metodològic que guiarà la nostra intervenció i a la vegada com un objectiu en si mateix, ja que aquesta metodologia facilita l'empoderament de la persona jove que es situa com a agent actiu en el seu propi procés de desenvolupament, a la vegada que esdevé agent de transformació social entre els seus propis companys i companyes, transformat a més gran escala, la realitat en la que viu.

Finalment, el treball comunitari i transversal són elements claus per a donar una resposta integral i amb visió holística, al procés de desenvolupament complet dels i les joves del municipi, i que des d'aquest projecte es potenciarà des de l'acompanyament i el respecte, al igual que els altres programes que des de la regidoria de joventut es duen a terme, regidoria compromesa en traslladar aquesta metodologia, en totes les pràctiques preventives que es duguin a terme des de l'organització pública municipal.

2. JUSTIFICACIÓ

La població de Palau-solità i Plegamans compta, actualment, amb 14.352 habitants dels quals un 16,2% són joves d'entre 15 i 29 anys. El municipi, ubicat a la comarca del Vallès Occidental, compta amb un constant creixement de la seva població i amb un nombre de joves per sobre de la mitjana de la mateixa comarca. Alguns dels motius d'aquest



creixement són el desenvolupament industrial, els canvis urbanístics, l'apropament a l'àrea metropolitana de Barcelona, els preus de l'habitatge en els darrers anys i l'increment dels serveis oferts als ciutadans.

EDAT	NOMBRE DE PERSONES
Dels 15 als 19 anys	750
Dels 20 als 24 anys	709
Dels 25 als 29 anys	872
TOTAL	2.331

Taula d'elaboració pròpia amb dades extretes de l'IDESCAT. (Pla local de Joventut, 2013-2016).

Les dades de l'estudi van ser la base del "Pla Local de Joventut 2013-2016", elaborat per la Regidoria de Joventut de l'Ajuntament de Palau-solità i Plegamans.

El Programa SALUDA'T, es porta desenvolupant al municipi des del 2009. Inicialment, buscava incidir sobre tres temàtiques principals: alimentació, sexualitat i drogues. Al llarg dels anys d'implementació del programa, hem detectat noves necessitats que ens han portat a ampliar els eixos d'actuació que actualment es situen en 8 eixos:

- Alimentació i prevenció de conductes de risc associades.
- Sexualitat i afectivitat i prevenció de conductes de risc associades.
- Drogues i prevenció de conductes de risc associades.
- Socioaddicions.
- Prevenció de violència entre iguals, o d'altres.
- Gènere, relacions de parella.
- LGTBI.
- Habilitats transversals indispensables per una bona salut com són: habilitats socials, resistència a la pressió de grup, resolució de conflictes, autoestima, comunicació assertiva, pensament crític, etc.

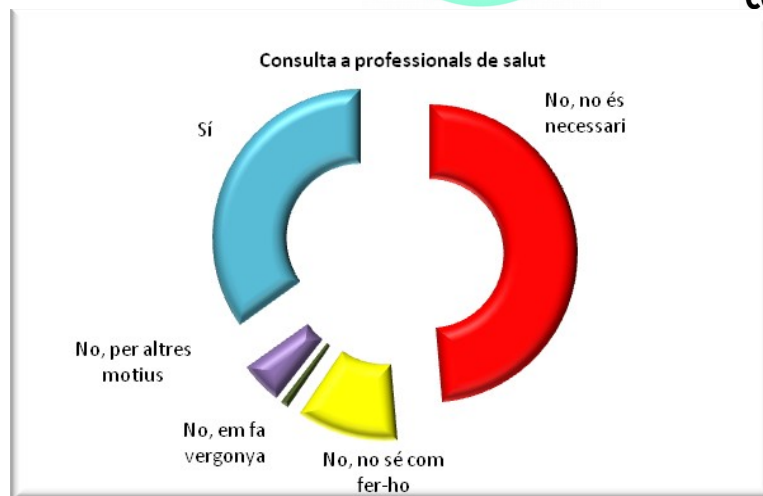
Val a dir, que gènere i LGTBI, poden tenir actuacions liderades des de Joventut però majoritàriament aquestes es lideren des de la Regidoria d'Igualtat, a través de la figura de l'Auxiliar tècnica d'Igualtat.



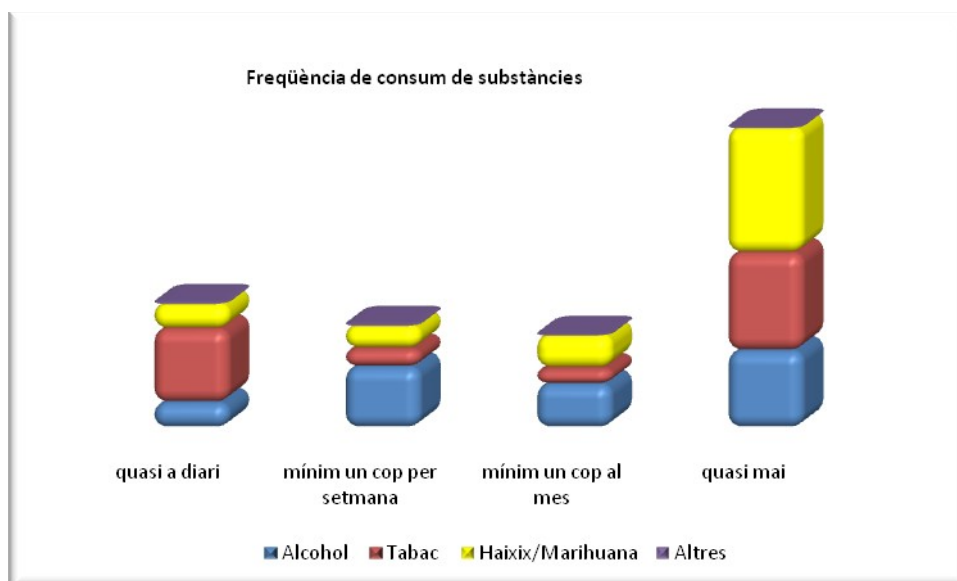
Per al diagnòstic utilitzarem les dades que ens proporciona el pla local. Els aspectes de salut en els que s'ha centrat l'estudi han estat la **sexualitat, el consum de substàncies, les relacions afectives i la informació que els joves en tenen al respecte**. Tot i que sabem que sovint podem trobar-nos amb respostes distorsionades, i som conscients que moltes vegades es contesten intentant l'acostament a la resposta desitjable, més que a la realitat, pensem que l'anàlisi d'aquestes dades pot orientar-nos considerablement.

En primer lloc, cal assenyalar que, dels **joves enquestats, un 83,2% afirma no haver passat cap problema de salut durant el darrer any**. Del 16,8% que sí ha tingut algun problema de salut, s'han assenyalat com a **principals problemes l'anorèxia/bulímia, estrès i ansietat**, seguits de lesions físiques, anèmia, depressió, pulmonia, apendicitis, gastroenteritis, avortament, atacs d'histèria, al·lèrgies, colesterol, sinusitis, dermatitis i TDAH (Trastorn per dèficit d'atenció amb hiperactivitat). Per tractar aquests problemes, els joves diuen, en primer lloc, haver estat hospitalitzats, haver visitat el metge, o haver-se medicat. En segon lloc, han visitat el psicòleg o fet teràpia, i en tercer lloc, homeopatia, vida sana i "esperar a que passi".

Amb l'objectiu de contrastar aquesta resposta, s'ha tornat a preguntar als joves si han patit, en concret, algun moment d'angoixa, ansietat o algun tipus de malestar psicològic. En aquest cas, la proporció de joves amb problemes de salut augmenta respecte l'anterior pregunta i és que ara, **un 36,5 %** (quasi el doble de joves que a la pregunta anterior) **han respost que sí han patit algun tipus de problema de salut mental**. Entre aquests problemes, els joves han destacat **estrès o angoixa (52,8%), ansietat (15%), atacs de nervis (15%), depressió (9,4%), i TDAH (1,8%)**. Resulta curiós que en aquest cas no apareguin l'anorèxia i bulímia, que en el cas anterior eren un dels problemes més assenyalats. **Quan al tractament seguit**, s'ha preguntat als joves si han consultat algun professional i **només un 35% ha contestat que sí ha visitat algun professional**.



Pel que fa al **consum de substàncies**, s'ha preguntat als joves sobre els nivells de consum de diferents substàncies observat al seu grup d'amics.



A simple vista, observem que **el que es consumeix amb més freqüència és el tabac**, tot i que són majoria els que no en consumeixen quasi mai. Hem d'entendre aquest quasi mai, com que el/la jove ha pogut fer un consum puntual que no ha repetit més. Un 12,2% dels joves diu que els seus amics consumeixen tabac a diari, mentre que un 37,2% diu que no en consumeixen quasi mai. D'entrada, sembla que **el perfil dels joves enquestats mostra un nivell de consum de substàncies força moderat**. En primer lloc, ens trobem amb que la majoria d'enquestats han contestat que

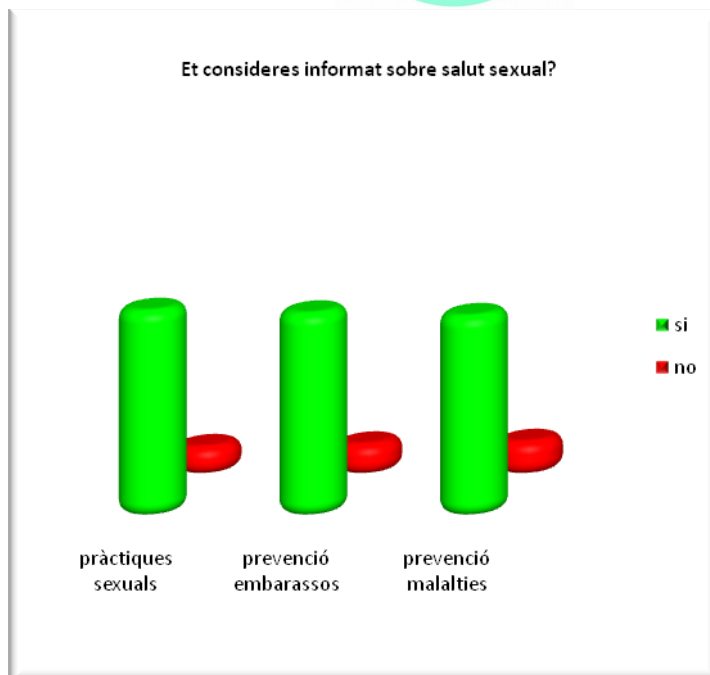


els seus amics no consumeixen quasi mai cap d'aquestes substàncies. **La substància més estesa és, però, l'alcohol.** Tot i que el tabac es consumeix amb més freqüència, l'alcohol és la substància consumida per més joves. El consum de haixix i marihuana són poc representatius, i menys encara el consum d'altres substàncies assenyalades pels propis joves, com la cocaïna o l' MDMA, l'speed o els bolets.

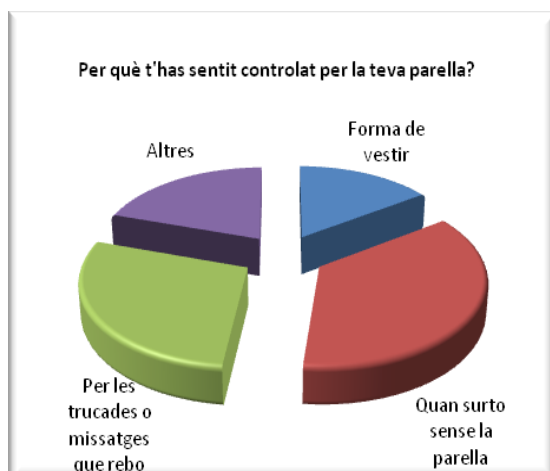
Tornat al consum d'alcohol, i vinculant-lo al fet de sortir de festa, un 71,6% dels joves afirma que, quan surt, no condueix quan beu alcohol, ni va en cotxes conduïts per algú que hagi begut. Quasi una quarta part dels joves (24,4%) afirma que sí ho fa, de vegades, i un 3,8% diu que ho fa sempre. Així, **tot i que la proporció dels que no condueixen havent begut és alta, encara hi ha més d'un quart dels joves enquestats que sí s'exposen a conduir sota els efectes de l'alcohol o a pujar amb conductors que han begut.**

Pel que fa a la informació que tenen els joves sobre el consum d'aquestes substàncies, **la pràctica totalitat d'aquests (91,2%) considera estar informat sobre el tema** i, com havíem vist a l'inici, la majoria deia conèixer els diferents recursos de salut del municipi.

La percepció és molt similar pel que fa als temes de sexualitat, tot i que s'observa una major preocupació pel tema, en tant que són més els que reconeixen que no n'estan informats. El major desconeixement es dona al voltant de les malalties de transmissió sexual i el menor al voltant de les pràctiques sexuals. Com en el cas anterior, **sembla que ens trobem amb uns joves força informats, tot i que no podem saber amb certesa quin tant per cent de resposta correspon a la realitat i quin a la voluntat d'emetre una resposta plausible.** Aquest és un aspecte que cal considerar, tenint en compte que bona part de les enquestes han estat realitzades a través d'un enquestador extern, i no personalment.



Passant al tema de l'afectivitat, s'ha preguntat als joves sobre el control en les seves relacions de parella i **el 83% d'aquests ha manifestat que mai s'ha sentit controlat per la seva parella**. Pel que fa al 17% restant, la majoria han aclarit que **han sentit algun tipus de pressió o control principalment quan surten amb amics i sense parella, o per les trucades i missatges que reben**. En menor mesura, altres joves s'han sentit controlats per la seva forma de vestir i per altres motius com la seva manera de ser, la insistència de la parella que "es feia pesada", desigualtats de gènere, i malentesos, en paraules dels propis joves.





Acabant amb aquest apartat, s'ha volgut conèixer la percepció d'aquests joves sobre la violència de gènere al seu entorn més proper. En aquest cas, **un 72% dels joves diu que no ha conegut cap cas d'amistats que hagin viscut alguna situació de violència de gènere**. Del 28% que n'ha conegut algun cas, **un 33,3% s'ha referit al maltractament psicològic, un 21% al maltractament físic i un altre 21% a la violència verbal**. Altres s'han referit a la gelosia, assetjament, discriminació per la manera de vestir i s'ha registrat també un cas de violació.

Atenent a aquestes dades que ens proporciona el pla local 2013-16, **no ens trobem en un municipi amb problemes significatius pel que fa a la salut juvenil. Tot i així hi ha conductes a millorar per potenciar els hàbits saludables i el treball en la prevenció, especialment durant l'adolescència**, moment de crisi vital, crisi que entenem com quelcom positiu, com a base d'un procés de transformació per a la construcció de la pròpia identitat que sovint es fa a través de l'experimentació i la oposició als referents i normes que fins el moment havien estat vitals. Aquest fet pot facilitar l'aparició de conductes de risc, i per això considerem important fer especial incidència en aquest període vital. És en aquest context que considerem que, tot i que la promoció de la salut és important dur-la a terme des de la primera infància, atenent a les teories del Cicle Vital que destaquen que els canvis es poden fer al llarg de tota la vida (tot i que reconeixen major plasticitat com més prompte sigui la intervenció), cal posar-hi un nou èmfasi durant el període adolescent. Per això, "la intervenció socioeducativa no passa per definir primero tipologies de problemas (delinquència, drogadicció, etc.) sino en descubrir como estos se suman a su adolescencia y como hacemos para que no ocupen el centro de su proceso de construcción de la identidad" (Funes, 2003).

3. MARC LEGAL

Des de la Generalitat de Catalunya dos documents amparen el Programa de Salut Jove del municipi.

Per una banda, el **Pla de salut de Catalunya (PS)** que no només constitueix l'agenda estratègica del Govern de la Generalitat de Catalunya pel que fa a la salut de la població,



sinó que, a més a més, té l'objectiu d'integrar i coordinar les polítiques de salut i els serveis dels àmbits sanitaris de tots els agents implicats en la salut al territori català. Pel que fa al tractament dels joves, cal destacar que la seva salut no constitueix un tema que mereixi un tractament específic en el PS. Això no vol dir que no s'hi abordi la salut del jovent, ben al contrari, ja que en nombroses ocasions els objectius marcats apunten directament a problemes de salut que afecten de manera molt clara aquest segment de la població catalana.

L'altre document és el **Pla Nacional de Joventut de Catalunya** (PNJCat), és el marc de referència per a la política de joventut de Catalunya, i l'eina per definir, impulsar i coordinar les polítiques en aquesta matèria dels diferents nivells de l'administració. La salut dels joves es tracta de manera breu en el primer dels dos eixos, el de l'emancipació. El PNJCat prescriu dos tipus genèrics d'intervencions per tal d'incidir favorablement en la salut dels joves en el territori català. En primer lloc, convida els diferents agents polítics i socials que treballen en la salut dels joves a intervenir en l'àmbit de la **promoció dels hàbits saludables**. En aquest sentit, destaca la importància del desenvolupament d'accions que vagin encaminades al foment de la salut entre els joves, a la construcció d'hàbits alimentaris saludables, a la consolidació d'hàbits higiènics bàsics i d'una sexualitat plena i segura, a l'impuls de la pràctica habitual d'exercici físic i esport, així com de l'equilibri mental i emocional de la persona jove. En segon lloc, el PNJCat tracta d'incidir en la rellevància de les polítiques de **prevenció de les conductes de risc**, raó per la qual dóna molta importància a les accions orientades a la prevenció dels embarassos no desitjats, la SIDA i altres malalties de transmissió sexual, les drogodependències i el consum excessiu de tabac i alcohol, i els accidents de trànsit entre els joves.

Les polítiques establertes pel PNJCat i el PS es despleguen en el territori a partir de l'aplicació de normatives i programes d'intervenció dissenyats pels departaments de la Generalitat de Catalunya respectius. Aquestes polítiques s'han de concretar finalment a escala local, que és on viu la gent jove, per això és cabdal el paper de les institucions locals (ajuntaments i consells comarcals). Des de les regidories dedicades a aquesta matèria s'impulsen, gràcies als tècnics de joventut, els anomenats *plans locals de joventut*.



Per altra banda, ens ampara la **Llei de salut pública** catalana (Llei 18/2009, de 26 d'octubre), ja que es tracta d'una normativa eminentment dedicada a la prevenció i la promoció de la salut. És la primera d'aquest tipus que aprova un parlament autonòmic a Espanya. Amb aquesta llei, el Govern es compromet a fer de les accions i els serveis de salut pública un dret dels ciutadans, i expressa la consciència política de la importància d'abordar la salut no solament des de l'atenció a la malaltia, sinó també de manera integral, incloent-hi la prevenció i la promoció.

4. OBJECTIUS

4.1 OBJECTIUS GENERALS

- Acompanyar els i les joves en el seu procés de desenvolupament per a què trobin el seu propi camí, desenvolupant al màxim les seves potencialitats i adquirint eines per a ser persones felices.
- Empoderar els i les joves per a què esdevinguin agents actius per al seu òptim desenvolupament, així com que esdevinguin agents de transformació social, a través de l'educació entre iguals.

4.2 OBJECTIUS ESPECÍFICS

- Promoure estils de vida saludables en relació a la sexualitat, l'alimentació, el consum de drogues, la vivència del gènere, les relacions interpersonals i l'activitat física.
- Reduir o evitar les conductes de risc entre joves i adolescents, associades a la sexualitat, el consum de drogues, l'alimentació, la violència i les socioaddiccions.
- Donar eines als i les joves per a desenvolupar les habilitats per a la vida, entenent per a aquestes: la millora de la comunicació assertiva, l'empatia, l'autoconeixement, el pensament crític, les relacions interpersonals, la presa de decisions, la resolució de problemes i conflictes, la gestió d'emocions i la gestió de l'estrès.



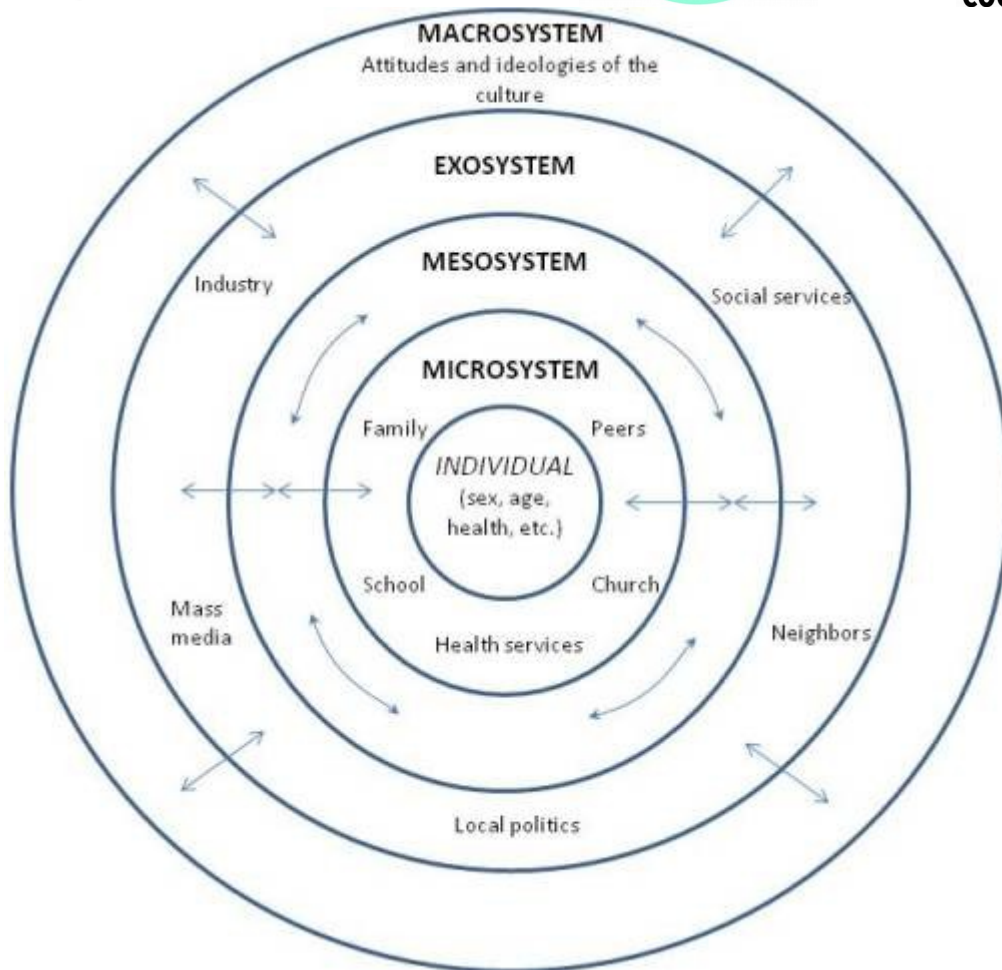
- Fomentar el paper actiu dels i les joves en el disseny de polítiques de salut adreçades al jovent. D'aquesta manera pensem que podem facilitar un aprenentatge més significatiu respecte a l'objecte de treball.
- Fomentar l'educació entre iguals, ja que els missatges arriben amb més intensitat i credibilitat. Això es pot aconseguir o amb la creació d'un grup estable de joves que participin en el disseny i implementació de les accions i projectes o la creació de diversos grups, sense tanta estabilitat en el temps, però amb ganes de treballar algun dels aspectes que formen part del pla de salut.
- Promoure ambients protectors per als i les joves, treballant des d'una perspectiva comunitària i interdisciplinària. Sensibilitzant i dinamitzant també als agents implicats indirectament (pares i mares, professorat, petits empresaris de llocs d'oci privat i nocturn, ...)
- Donar continuïtat a les activitats, tallers i projectes, consolidant un servei permanent, útil i eficient, coherent amb les necessitats detectades i esdevenint un servei de referència entre els i les joves del municipi.
- Enfortir els canals d'informació i d'assessorament en temàtiques de salut a través del vincle entre els i les joves i la figura de l'Agent de Salut.
- Elaborar plans d'actuació individualitzats, en coordinació amb la Comissió de Casos i Risc Social, en cas que aquesta actuació s'estimi convenient amb algun jove.
- Fer visible a la població jove els serveis de salut oferts al municipi.
- Treballar, durant el disseny de les polítiques sobre salut, les diferents franges d'edat.
- Incloure la perspectiva de gènere de manera transversal en totes les actuacions de la Regidoria.
- Treballar de la mà amb entitats juvenils per a promoure actuacions comunes de promoció de la salut i prevenció de les conductes de risc, visibilitzant i oferint suport tècnic en aquelles actuacions que ja estan duent a terme o creant-ne de noves.
- Atendre, les necessitats o peticions juvenils en l'àmbit de la salut, siguin individuals o col·lectives, i donar-lis resposta.

5. MARC TEÒRIC



Treballem des de les teories contextual-dialèctiques que des dels anys 70-80 han suposat un canvi important a l'hora de descriure, explicar i intervenir en el desenvolupament humà (Zacarés, 1999). Les teories del Cicle Vital han posat èmfasi en que el desenvolupament es produeix al llarg de tota la vida i per tant, i juntament amb l'enorme plasticitat del desenvolupament humà, totes les etapes ofereixen possibilitats d'intervenció, adaptades a les característiques específiques d'aquestes, però no enteses com a un desenvolupament líneal sinó multidireccional, en la que es produeixen canvis positius i negatius en la capacitat d'adaptació, cosa que ens portarà a un anàlisi detallat de la situació sobre la que volem influir, fugint de generalitats i idees estereotipades a l'hora de plantejar la intervenció. Des d'aquestes teories es percep l'individu com un ésser actiu i en constant interacció amb els diferents contextos canviants. Per tant, podríem definir la conducta i el desenvolupament no només com a resultat d'interaccions sincròniques entre factors presents biològics, socials o psicològics, sinó també com a resultat de les seves interaccions diacròniques amb experiències passades o amb elements futurs, com per exemple intencions, metes o projectes (Viguer, 2004). Tot això porta a indicar que la intervenció es pot realitzar sobre l'individu o l'entorn, i que com sobre més àmbits intervinguem major serà la influència exercida sobre l'individu i, per tant, major perdurabilitat dels canvis aconseguits. Amb aquest pretext ens servirà d'especial referència el model ecològic de Brofenbrenner (1987), segons la qual cada persona és afectada d'una manera significativa per les interaccions d'una sèrie de sistemes que es sobreposen i s'interrelacionen. Aquests sistemes són:

- El microsistema: constitueix el nivell més immediat en el que es desenvolupa l'individu.
- El mesosistema: compren les interrelacions de dos o mes entorns en els que la persona participa activament.
- L'exosistema: integrat per contextos més amplis que no inclouen la persona com subjecte actiu.
- El microsistema: configurat per la cultura y la subcultura en la que es desenvolupa la persona i tots els individus de la seva societat.



6. METODOLOGIA

“Els problemes dels joves són sovint problemes col·lectius que han de ser abordats des de perspectives col·lectives i amb caràcter integral”¹

El marc de referència per a l’elaboració d’aquest Programa de Salut Jove és el Pla Local de Joventut (2013-2016). La informació recollida inclou indicadors quantitatius de tipus estadístic, per una banda, i indicadors de tipus qualitatiu que es van aconseguir des de la investigació participativa, que ens va permetre conèixer i analitzar les institucions que

¹ Els joves de Palau-solità i Plegamans: diagnosi i propostes, 2007.



Ajuntament de
**PALAU-SOLITÀ
I PLEGAMANS**



DO
BLE
VIA
COOPERATIVA

tracten les qüestions de salut jove al municipi i la percepció que tenen els propis joves sobre el nostre centre d'interès.

Aquesta filosofia de treball acompanyarà les nostres reflexions i accions al llarg de tot el procés, garantint als professionals implicats i als joves un paper actiu, l'espai per a l'anàlisi dels efectes de les pràctiques dutes a terme i el plantejament d'accions coordinades i coherents amb les necessitats detectades a l'anàlisi de la realitat.

D'aquesta forma, l'elaboració, implementació i avaluació del Programa de Salut Jove consta dels següents principis bàsics d'acció:

- Contacte directe amb els joves, i creació de vincle com a estratègia fonamental, per a implicar-los en la implementació del programa, prioritzant aquelles actuacions sorgides directament dels i les joves, per sobre de les proposades a nivell tècnic.
- Prioritat en les actuacions que promouen l'educació entre iguals, com a principi metodològic i com a objectiu en si mateix. Per la possibilitat autotransformadora i d'agents de canvi social que ens ofereix aquesta metodologia.
- Respecte absolut pel procés personal del o de la jove, treballant des de l'acompanyament, fent-los protagonistes de la presa de decisions pel que fa a la cura de si mateixos/es des d'una perspectiva de salut.
- Obrir la perspectiva de treball en sentit comunitari. Entenem que no podem treballar de forma pedagògica, eficient i coherent els àmbits de treball proposats amb la població juvenil (alimentació, sexualitat i drogues) sense la implicació de tota la comunitat.
- Tenir sempre present la promoció de la salut, entesa com partir de les potencialitats dels i les joves a l'hora de treballar la prevenció de les conductes de risc.
- Treball per franges d'edat. Tampoc seria pedagògic treballar amb els mateixos objectius específics, ni la mateixa metodologia amb tots els joves entre 12 i 30 anys. El sector juvenil no és homogeni i és evident que els interessos i necessitats seran diferents per molts motius. Un dels aspectes que caracteritzaran aquesta diversitat és l'edat. Cal tenir-ho molt present al llarg del pla.



- Gratuïtat de les actuacions, a no ser que hi hagi un motiu justificat, per facilitar l'accés de la població jove. Especialment al col·lectiu adolescent que disposa de pocs recursos econòmics. Així com garantir cap discriminació per raó de sexe, gènere, raça, nivell social, cultural o econòmic, entre d'altres.
- Treball des de la transversalitat:
 - Treball transversal a la regidoria de Joventut: Per una banda, en totes les actuacions de la Regidoria es tindrà en compte la perspectiva de gènere. Per altra banda, des d'altres programes de la regidoria es fomentaran aspectes claus que té per objectiu promoure aquest programa de salut. Seran exemples d'això el projecte de cogestió que treballarà la presa decisions, l'autonomia, la capacitat crítica, les habilitats socials, la resolució de conflictes, etc. amb els i les joves que en formin part. O la programació d'activitats o tallers que promoguin l'exercici físic (com pot ser un taller de dansa), entre d'altres. Les coordinacions entre el personal de la regidoria és duran a terme bimensualment, i es convocaran coordinacions extraordinàries o es cercaran altres espais de coordinació (via e-mail, per exemple; o amb reunions temàtiques específiques amb algun membre concret de la regidoria, si així es requereix).
 - Creació d'un espai de diàleg oficial i estable entre les diverses regidories i professionals de salut implicats amb el treball amb els joves dins de l'Ajuntament, fomentant la construcció de xarxes i la interdisciplinarietat necessària per a l'elaboració de polítiques públiques eficients. Destacant el treball interdepartamental molt especialment amb les regidories implicades en el Programa de Prevenció de Drogues i Riscos Associats (Educació, Salut, SSB i governació), amb la regidoria de Comunicació i Informàtica, Esports i qualsevol altre regidoria que es valori necessari per al bon desenvolupament del programa de Salut Jove. Destaquem el caràcter periòdic mensual de les coordinacions amb els membres del Programa de Prevenció de Drogodependències i Riscos Associats, amb la possibilitat d'establir reunions extraordinàries si s'és requerit.
 - Articulació de la xarxa entre l'Ajuntament i altres institucions del municipi, com serien els Centres d'Educació Secundària o el Centre d'Atenció Primària (Interinstitucionalitat).



Ajuntament de
**PALAU-SOLITÀ
I PLEGAMANS**



**DO
BLE
VIA
COOPERATIVA**

- Tenir present les propostes i col·laboracions que poden sorgir amb d'altres institucions extramunicipals, com la Diputació de Barcelona o la Generalitat de Catalunya.
- Foment del treball en xarxa amb d'altres entitats i federacions que treballin en temàtiques de Salut Jove a nivell de Catalunya, com serien el Centre Jove d'Anticoncepció i Sexualitat, l'Associació Contra la Anorèxia i la Bulímia, la Xarxa Perifèrics, Educació per a l'Acció Crítica, Promoció i Desenvolupament Social, entre d'altres.

6.1 FITXES DE PROGRAMACIÓ I VALORACIÓ DEL PROJECTE O ACTIVITAT

Per tal de treballar els temes de salut entre la població jove del municipi, organitzem les accions proposades fent servir un sistema de fitxes. Creiem que és el model adequat pel recull dels recursos referents a la salut i als joves de Palau-solità i Plegamans. Aquesta forma de treball va ser consensuada entre l'Ajuntament i la cooperativa Doblevia, encarregada de dur a terme l'activitat.

D'aquesta forma tindrem organitzades, a partir d'aquestes fitxes, les accions dins dels nostres temes clau de treball: alimentació, sexualitat i afectivitat, consum de drogues, socioaddicions, gènere, prevenció de violència entre iguals, en la parella o d'altres, i habilitats per a la vida (veure Annex "Fitxa de programació i valoració d'activitats").

Cal destacar que les activitats programades durant l'any en curs, poden variar en funció de les inquietuds juvenils, les propostes fetes per part dels i les joves i les noves necessitats detectades. Sempre es prioritzaran les activitats que treballin des de l'educació entre iguals.

6.2 ACTIVITATS I PROJECTES

Quadrant d'activitats i programes adreçades a la població jove, estructurades per àmbit temàtic i especificant l'Espai on es duran a terme, ja sigui a l'Espai Jove l'Escorxador, als Centres Educatius (Institut Ramon Casas i Carbó, Escola Marinada, PQPI, Aula Oberta o altres), i altres espais (com la Karpasana, situada a l'espai de Barrakes de Festa Major).



ÀMBIT TEMÀTIC	Projectes/activitats	EJE	CES	Altres
Projecte d'alimentació i conductes de risc associades	Taller TCA fet per joves			
	Tríptic pares i mares			
Projecte de sexualitat i afectivitat	Karpasana			
	Teatre contra la homofòbia			
	Taller prevenció VIH			
	Taller mètodes anticonceptius			
	Joves Peers			
	Obre de teatre "Que sí, vida"			
	Cicle de tallers "sexualitat femenina"			
	Setmana Rodona			
	Exposició "No tot s'hi val"			
Projecte de prevenció de consums de drogues i riscos associats	Karpasana			
	Exposició "El tabac al descobert"			
	Taller "Consum responsable"			
	D-Rol			
	Taller "Fumes? Mesura la teva capacitat pulmonar"			
	Setmana Sense Fum			
	Setmana Veus el que Beus			
	Les Cartes de la Clara			
	Obra de teatre "No em ratllis"			
Projecte de gènere i prevenció de relacions abusives	Teatre contra la homofòbia			
	Xerrada famílies 2.0			
	Joves Peers			
	Setmana de les Dones			
	Setmana contra la Violència Masclista			
	Commemoració 28 Maig			
	Exposició "No tot s'hi val"			
	Co de conte			
	Obra de teatre "toca de peus a terra"			
	Cicle de tallers "sexualitat femenina"			
	Campanya "el control també es violència"			
	Campanya "el control per Internet també és violència"			



	Taller "Nois i noies. Iguals o diferents" (2na part)			
Projectes transversals	OAJ Salut			
	Butlletí Digital			
	Tertúlia de Joves a la Radio			
	Taller "Quins nervis"			
	Joves Peers			
	Taller "I tu que mires?"			
	Obra de teatre "toca de peus a terra"			
	D-Rol			
	Taller començar l'Insti			
	Incloure a poliesportiu espai salut			

7. DESTINATARIS

Ens adreçem a la població jove de Palau-solità i Plegamans, que compta amb 2.331 joves d'edats compreses entre els 12 i els 30 anys. Considerant que estem davant d'una variació força gran de l'edat dels usuaris, plantejem les nostres accions segons franges d'edat diferents. D'aquesta forma esperem proporcionar un servei més proper a les reals necessitats de cada grup d'edat dins de diverses fases de l'etapa juvenil.

8. TEMPORITZACIÓ

Entenem el programa de Salut Jove com el recull de totes les activitats/projectes que es pretén dur a terme a Palau-solità i Plegamans per a treballar les qüestions relatives a la salut amb la població jove. En aquest sentit, estructurem les activitats del programa pensant en la seva l'execució dins d'un any natural, sense fer-ne cap definició estricta de durada. Això vol dir que per als anys següents, les avaluacions sistemàtiques seran fonamentals per a la reestructuració dels recursos disponibles, amb l'entrada de noves activitats i/o la sortida d'altres, i la definició de paràmetres per a la continuïtat del programa els anys següents.

	TRIMESTRE
--	------------------



	1r	2n	3r	4rt
OAJ Salut				
Butlletí Digital				
Exposició "El tabac al descobert"				
Karpasana				
Taller prevenció VIH				
Taller mètodes anticonceptius				
Joves Peers				
Obre de teatre "Que si, vida"				
Cicle de xerrades "sexualitat femenina"				
Setmana Rodona				
Tertúlies joves a la radio				
OAJ Salut				
Taller "Fumes? Mesura la teva capacitat pulmonar"				
Setmana Sense Fum				
Setmana Veus el que beus				
Teatre contra la homofòbia				
Obra de teatre "No em ratllis"				
Taller "I tu que mires?"				
D-Rol				
Les cartes de la Clara				
Setmana de les Dones				
Setmana contra la Violència Masclista				
Commemoració 28 Maig				
Exposició "No tot s'hi val"				
Obra de teatre "toca de peus a terra"				
Taller "Quins nervis"				
Co de conte				
Incloure a poliesportiu un espai de salut				
Campanya el control és violència				
Campanya el control per internet també es violència				
Taller TCA fet per joves				
Taller començar l'Insti				
Xerrada famílies 2.0				
Taller consum responsable				
Tríptic alimentació				

8.1 FITXES DE LES ACTIVITATS

NOM DE L'ACTIVITAT: Butlletí digital
PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Saluda't



TIPUS (expo, taller, xerrada...): Butlletí
RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

Al llarg de tot l'any.

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Butlletí Digital de Salut Jove, creat amb col·laboració jove, essent un espai de reflexió i transmissió d'informació per part dels i les joves que decideixen participar de manera voluntària i que reben suport tècnic a l'hora de realitzar els articles si així ho requereixen. Per una banda, permet als i les joves transmetre informació als seus iguals, i per l'altre, permet a la regidoria treballar temàtiques de salut amb els i les joves que participen de la redacció de les notícies.

OBJECTIUS

- Difondre notícies de salut jove via telemàtica a la població jove.
- Empoderar als i les joves, oferint-los un espai de difusió dels propis coneixements.
- Incidir, en determinades temàtiques, amb el jovent que participa de la redacció de les notícies.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

Es cerca col·laboració jove per a escriure sobre alguna temàtica de salut, es redacten les notícies, oferint als i les joves suport tècnic. Finalment es munta el butlletí i es distribueix.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: No necessari

Material necessari: Ordinador

DIFUSIÓ: (fulletons-tríptics, flyers-, cartells, xarxes socials, altre – notes de premsa,...-)

Via mailing i es penja a la web de l'Espai Jove l'Escorxador

NOM DE L'ACTIVITAT: Quins Nervis!

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Saluda't

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Exposicions i tallers

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ: 2n trimestre de l'any

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Taller realitzat a l'IES i proposat en el catàleg d'eines per l'educació, que presenta



l'estrès com quelcom positiu (resposta natural i necessària para la supervivència, ja que ens prepara per reaccionar davant d'un perill), però que pot arribar a ser patològic (ja que aquest mecanisme de defensa pot acabar, sota determinades circumstàncies freqüents en certs modes de vida, desencadenant problemes greus de salut). Els alts nivells d'exigència i auto-exigència, els cànons de bellesa actuals, la pressió social respecte al consum de determinades substàncies, la desestructuració familiar, la precarietat laboral o l'actual sistema educatiu, que posa tan d'èmfasis als resultats dels exàmens i a la capacitat memorística.

OBJECTIUS

- Conèixer les repercussions físiques, psicològiques i relacionals que generen l'estrès i l'ansietat.
- Adquirir tècniques per gestionar l'estrès i l'ansietat.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

La metodologia serà activa i participativa. Seran els i les joves qui tracten de descobrir, a través de diferents dinàmiques, quines coses les generen estrès o ansietat, quines repercussions té això i com poden gestionar i combatre aquest estrès.

S'intentarà que les dinàmiques siguin lúdiques i molt visuals amb tal de que els adolescents i joves es facin conscients de la importància de treballar aquest tema.

- Taller CES:

1. El llop: es demanen voluntaris que hauran de sortir de l'aula mentre s'explica a la resta de l'alumnat que hauran de col·laborar. Es tapen els ulls de les persones voluntàries i s'explica que estan a un bosc i s'han perdut. De sobte s'escolta l'udol d'un llop. La resta de la classe haurà de començar a cridar per a ficar més en situació a les persones voluntàries. Després li preguntem què faríem. Una vegada han respost expliquem a la classe que l'estrès és una resposta natural i necessària para la supervivència, ja que ens prepara per reaccionar davant d'un perill, on la nostra reacció ha de ser de lluita o fugida.
2. Equip mèdic: tornem a demanar persones voluntàries. Seran l'equip mèdic que estudiarà les reaccions fisiològiques de les persones anteriorment voluntàries. Haurà de col·locar les fitxes a la radiografia (annex 1). Una vegada fet això reflexionem sobre les conseqüències que té pel nostre cos l'estrès.
3. Tècniques de relaxació: respiracions profundes, postures relaxació esquena i massatges.
4. Expliquem l'exposició de Quins nervis!
5. Pautes antiestrès
6. Tancament i valoració

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai:

- Tallers Ces: gimnàs



- Taller EJE: aula taller

Material necessari: fulls, bolígrafs, colors, pc, projector, power points, música, matalassets, fitxes.

NOM DE L'ACTIVITAT: Oficina d'assessorament Jove de Salut

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Saluda't

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Oficina d'Assessorament

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut Jove

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

Al llarg de tot l'any.

HORARI: Dimecres de 16h a 18h i divendres de 16h a 20h. Tot l'any via facebook, mail o PIDCES.

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

El servei d'assessorament juvenil en temes de salut, de l'Oficina d'Assessorament Jove (OAJ), té com a objectiu oferir un espai d'atenció, d'orientació i d'assessorament personalitzat als joves, pel que fa a la sexualitat, les drogues, l'alimentació, l'autoestima, violència entre iguals, relacions de parella abusives. Es tracta d'un servei que treballa per fomentar entre el jovent les pràctiques saludables, alhora que la prevenció i la reducció de les conductes de risc.

OBJECTIUS

- Oferir informació fiable i contrastada en temàtiques de salut.
- Apropar els recursos de salut als i a les joves.
- Detectar casos que requereixin de la intervenció d'altres serveis del municipi (SSB, educació, etc.) o de fora.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

El o la jove pot accedir de manera voluntària a fer una consulta, sia via facebook o via presencial.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: Oficina d'Assessorament

Material necessari: Díptics i fulletons de salut

NOM DE L'ACTIVITAT: KARPASANA DE FESTA MAJOR

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: PROGRAMA D'EINES PER LA SALUT JOVE

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Estand Informatiu de Festa Major.



RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau): Suport d'Energy Control.

DURADA I CALENDARITZACIÓ: Durant les nits de la Festa Major del municipi

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

L'Estant Informatiu de festa major és una iniciativa del Departament de Joventut de l'Ajuntament de Palau-solità i Plegamans i es configura com un dispositiu per a treballar amb els joves, dins d'un espai d'oci, temes relacionats amb la sexualitat i l'ús de drogues. Es situa en una carpa a l'espai de l'Embalat de la FM. Per a l'activitat es rep suport d'Energy Control.

OBJECTIUS

- Prevenir conductes de risc entre el jovent que participa de la FM.
- Disminuir els riscos associats a les drogues i a la sexualitat en context d'oci nocturn.
- Oferir informació fiable en matèria de drogues i sexualitat en el context d'oci nocturn.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

Els i les joves s'atansen a l'espai voluntàriament i poden fer ús dels tres serveis principals que s'ofereixen:

Demanar informació i/o agafar fulletons.

Demanar preservatius (se'ls hi proposa fer una enquesta o se'ls hi fa algunes preguntes sobre drogues o sexualitat per a que puguin obtenir-los).

Fer-se la prova de l'alcoholímetre.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: La Karpasana

Material necessari: La carpa, il·luminació, 3 taules grans i una petita, un plafó, fulletons, preservatius, etilòmetre+boquilles, xapes...

NOM DE L'ACTIVITAT: Tertúlies a la radio

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Saluda't

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Radio

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut Jove

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

De Novembre a Juny, en el magazine "El meu carrer".

HORARI: Habitualment el tercer dimarts de cada mes.



DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Des de les regidories de Joventut i Comunicació, s'ha acordat donar un espai de tertúlia a Radio Palau a joves interessats/des en parlar en temàtiques de salut o gènere, en el magazine "El meu carrer". A vegades parlen sobre algun tema que els sembla interessant per a promoure conductes saludables entre els seus iguals. En altres ocasions expliquen projectes que estan duent a terme en relació a les temàtiques tractades i els seus continguts per a fer-los extensibles a altres joves.

OBJECTIUS

- Donar veu als i les joves.
- Transmetre una imatge positiva del jovent.
- Aprofundir en temàtiques de salut o gènere amb joves, en funció dels seus interessos.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

S'estableix un calendari del curs actual on es concreten les temàtiques que es parlaran i els i les joves que participaran. L'agent de salut convoca als i les joves per preparar conjuntament les temàtiques a parlar i finalment es duu a terme la tertúlia. (Alguna programació pot variar en funció de la disponibilitat del jovent).

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: Radio
Material necessari: Res.

NOM DE L'ACTIVITAT: Taller de mètodes anticonceptius

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Eines per a l'Educació. Saluda't

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Taller

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de salut

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ: Es programa al llarg del calendari escolar.

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

A través de la mostra de diferents mètodes anticonceptius, s'oferirà informació i s'aclariran dubtes relacionats amb els mètodes anticonceptius, les diferents ITS i els embarassos no desitjats i es treballaran habilitats personals per a facilitar-ne el seu ús. Els continguts que es treballaran són: Avantatges i inconvenients dels diferents mètodes anticonceptius, valoració dels mètodes anticonceptius atenent a diferents variables (edat, context, situació personal...), incidir en l'ús del preservatiu com a únic mètode per prevenir ITS, ús correcte del preservatiu i habilitats de negociació per l'ús del preservatiu.



OBJECTIUS

- Donar a conèixer els diferents mètodes anticonceptius
- Incidir en l'ús del preservatiu com a únic mètode per prevenir ITS
- Reforçar les habilitats personals per a facilitar l'ús real del preservatiu en les relacions.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

Sessió:

1.- Classificació mètodes anticonceptius: Tenim una descripció de cada mètode anticonceptiu en una targeta, d'un a un han de classificar cada mètode en hormonal, barrera i altres. A mida que anem parlant de cada mètode li donem una mostra per a que pugui veure'l i també farem una petita explicació de com funciona.

Preservatiu: quan surti la targeta del preservatiu demanarem una persona voluntària que expliqui com es fica el preservatiu. L'agent de salut fa les acotacions necessàries a la seva explicació. A continuació demanem 5 voluntaris per fer una competició a veure que fica el preservatiu més ràpid, donant-li molta importància a la correcta col·locació a l'hora de valorar qui ha guanyat el repte.

2.- D'acord o desacord?: Fem unes afirmacions i l'alumnat ha de desplaçar-se d'una banda a l'altre de la classe segons estigui d'acord o desacord amb les mateixes:

- Si porta preservatiu a sobra és que és un/a "sorit/sortida"
- Si no vols fer l'amor amb la teva parella és perquè no l'estimes prou.
- La longitud del penis és molt important perquè una dona tingui plaer.
- No és habitual que les dones es masturbin.
- Perquè una noia gaudeixi al llit ha d'arribar a l'orgasme sí o sí.

Hem de preguntar de cada vegada els motius per els que estan a favor o en contra de cada afirmació, i podem matisar les respostes.

3.- Com canviaria la meua vida tenir un fill ara?: Ens fiquem en rodona i d'un a un s'han de ficar una pilota sota la samarreta i dir com canviaria la seva vida si estiguessin embarassades o deixessin embarassada a la seva parella.

4.- Visionar i comentar: Una història, 4 finals.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: aula de classe

Material necessari: targetes, mostra mètodes anticonceptius, pilota, gegant encantats, projector i vídeo.

NOM DE L'ACTIVITAT: Taller Cadena de transmissió

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Eines per a l'Educació. Saluda't



TIPUS (expo, taller, xerrada...): Taller
RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de salut
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ: Durant el calendari escolar

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Taller ofert als centres d'educació secundària, a través de la dinàmica de la cadena de transmissió es treballen aspectes relacionat amb la SIDA i la importància de l'ús del preservatiu, entre els i les jove

OBJECTIUS

- Oferir informació sobre el VIH/SIDA
- Promoure l'ús del preservatiu entre el jovent.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

DESCRIPCIÓ:

- Distribuir una tarja a cada participant i convidar-los a posar-se en peu.
- Cadascú haurà d'escollir a 4 persones del grup per fer la pregunta que apareix a la tarja.
- Hauran d'anotar la resposta i el nom de la persona.
- Tothom torna a seure.
- El dinamitzador explica el joc:
 - o Cada vegada que una persona feia una pregunta a una altra, representava que tenia relacions sexuals. Però resulta que algú del grup està infectat/infectada per una MTS que pot ser o no la infecció pel VIH.
- Es convida a posar-se de peu a la persona que té la lletra "E" per què està infectada per una MTS.
- Totes les persones que han estat en contacte amb aquesta persona s'han de posar de peu (les que s'han fet la pregunta entre sí). Aquestes persones han mantingut relacions sexuals amb la persona infectada i per tan estan en risc d'haver-se infectat.
- Les persones que han estat en contacte amb aquestes últimes s'han de posar



de peu per què també poden haver-se infectat.

- Així fins que tota la classe estigui de peu.
- Un cop tots/es estan de peu s'explica que, tots han mantingut relacions sexuals però:
 - o Els/les que tenen la lletra "C" han utilitzat preservatiu. Per tan, no estan en risc d'infectar-se i poden seure.
 - o Els/les que tenen una "O" han tingut relacions sexuals sense penetració, per tan tampoc estan en risc d'haver-se infectat i poden seure.
 - o Els/les que tenen una "N", han mantingut relacions sexuals amb penetració però no han pres precaucions i per tant es poden haver infectat.
- Fer una discussió sobre els aspectes que han plantejat a la pregunta de la tarja.

Un cop s'hagi desenvolupat l'activitat cal treballar les emocions, les ansietats, les sensacions que s'hagin pogut produir en el grup preguntant obertament:

- Com s'han sentit al pensar que podien estar en risc d'haver-se infectat per una MTS o el VIH?
- Com s'han sentit al posar-se de peu encara que no haguessin estat en contacte amb la persona que tenia la lletra E?
- Com s'han sentit al saber que no estaven en risc per què havien utilitzat preservatiu o no havien tingut relacions sexuals amb penetració?

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: aula de classe

Material necessari: targetes per la dinàmica. Pissarra i guix.

NOM DE L'ACTIVITAT: Fumes? Quant intoxicat estàs?

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Saluda't

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Taller

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut Jove/ Infermeres del CAP

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):



DURADA I CALENDARITZACIÓ:
Durant el curs escolar

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Taller proposat als centres de secundària amb col·laboració amb el CAP, en el que amb l'ajuda d'un cooxímetre es mesura el grau de CO als pulmons de les persones participants per a què prenguin consciència de les conseqüències de fumar.

OBJECTIUS

- Informar sobre els riscos del tabac.
- Promoure canvis en la motivació per deixar de fumar.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

El taller pretén ser quelcom molt dinàmic i participatiu, per la qual cosa es fa una primera part més teòrica per a introduir l'activitat, es realitza la prova del cooxímetre.

El guió de l'activitat és el següent:

Introducció : 10 minuts

- Presentació dels i explicació de l'objectiu /justificació del taller .
- Prèviament i d'acord amb l'agent de Salut de l'espai jove es passaran els consentiments informats i qüestionaris dependència a la nicotina i Motivació als participants fumadors del taller .
- Explicació del petit estudi que voldríem portar a terme amb la recollida d'aquestes dades

Contingut: 40 minuts

- Activitat pràctica amb cooxímetre

Conclusions: 15 minuts

- Comentar resultats de la prova.
- Es tornaria a passar els tests de dependència i motivació abans de finalitzar el curs (coordinar amb Anna espai jove)
- S'ofereix suport dels professionals del CAP per a qui vulgui deixar de fumar

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: Aula amb dos espais diferenciats.
Material necessari: Cooxímetre.

NOM DE L'ACTIVITAT: Exposició "No tot s'hi val".

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Exposició No tot s'hi val.

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Exposició



RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Auxiliar tècnica d'Igualtat.
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

CALENDARITZACIÓ: Durant el mes de Febrer

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Exposició a l'Espai Jove de l'Exposició "No tot s'hi val", creada per regidoria de joventut, igualtat i l'entitat "Enfarrats", així com per persones joves a títol individual. L'exposició tracta el sexisme en els espais d'oci nocturn a través de diferents vinyetes que exposen diferents situacions relacionades. Els principals continguts que tracta l'exposició són:

- Homofòbia
- Doble càstig a la dona
- Model de masculinitat
- Llenguatge sexista
- Violències no físiques (piropos)
- No és no (quan una dona diu que no s'ha de respectar)

OBJECTIUS

- Identificar les situacions de sexisme en espais d'oci nocturn.
- Mostrar rebuig cap a les actituds sexistes.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

L'exposició està distribuïda per l'espai de trobada, cosa que l'auxiliar tècnica d'igualtat utilitza com a pretext per proposar debats i reflexions al jovent.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Exposició i espai de trobada a l'EJE.

NOM DE L'ACTIVITAT: Dinamització exposició "No tot s'hi val".

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Exposició No tot s'hi val.

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Dinamització exposició

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Auxiliar tècnica d'Igualtat- Agent de Salut

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ: Durant l'exposició, o a demanda dels centres educatius.

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Dinamització de l'exposició entre l'alumnat de 1r de Batxillerat o entre els i les joves que venen a l'Espai Jove.

OBJECTIUS

- Reflexionar sobre els continguts de l'exposició.



METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

Els i les joves realitzen una visita a l'exposició i després es comenta allò que els hi ha cridat l'atenció, allò que hi estan d'acord o no, allò que passa o no, etc... En d'altres ocasions és la dinamitzadora qui convida a reflexionar sobre un plafó concret. També s'atenen les demandes joves de comentar algun plafó a iniciativa pròpia.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai d'exposició

NOM DE L'ACTIVITAT: Joves Peers

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Saluda't

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Formació

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

Quart trimestre de l'any.

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Formació per a joves sobre sexualitat, afectivitat i prevenció de ITS i embarassos no desitjats, que té per objectiu la formació entre iguals. Després aquestes mateixes joves desenvolupen una activitat d'educació entre iguals, habitualment entren a les aules de 2n d'ESO i els hi ofereixen un taller, i també participen de les activitats de la Setmana Rodona, així com dels PIDCES que es realitza als centres educatius.

OBJECTIUS

- Promoure conductes saludables en relació a la sexualitat
- Promoure l'educació entre iguals
- Prevenir conductes de risc associades a la sexualitat
- Empoderar als i les joves participants

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

La metodologia és participativa i les sessions es desenvolupen atenent als següents continguts:

SESSIÓ 1

- Definició de sexualitat
- Mites sobre la sexualitat

SESSIÓ 2

- Coneixement de ITS i embarassos no desitjats.
- Ús del preservatiu

SESSIÓ 3

- Gènere
- Relacions de parella igualitàries

SESSIÓ 4



- Comunicació i autoestima
- SESSIÓ 5**
- Preparem la intervenció

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: Aula
Material necessari: Projector, ordinador, material per dinàmiques.

NOM DE L'ACTIVITAT: Començar l'Insti

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Pla de Salut Jove

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Formació

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut Jove

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ: Quart trimestre de l'any.

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Amb el pretext de facilitar l'entrada a l'Institut, es durà a terme una formació en habilitats socials i comunicació assertiva als i les joves de 1r d'ESO que vulguin dur-la a terme de manera voluntària i en horari extraescolar. L'activitat tindria per objectiu general treballar la prevenció inespecífica i promocionar la salut biopsicosocial dels i les joves. Es buscarà treballar el que la OMS (1993) defineix com habilitats per la vida: "autoconeixement, empatia, comunicació assertiva, relacions interpersonals, presa de decisions, solució de problemes, treball de pensament creatiu, treball de pensament crític, regulació emocional, maneig de la tensió i l'estrés". Cada sessió tindrà una durada de 1 hora i 30 minuts. Hi hauran 5 sessions formatives i posteriorment es convidarà als i les participants a crear algun tipus de material per a què pugui servir per als seus companys/es. S'aprofitarà aquesta proposta per introduir els conceptes de participació i grup estable, per part de la dinamitzadora d'entitats.

OBJECTIUS

- Apropar a nous joves a l'Espai Jove l'Escorxador.
- Promoure vincles positius entre els i les joves de 1r d'ESO.
- Entrenar a les persones participants en habilitats socials i estratègies comunicatives.
- Millorar l'autoestima dels i les joves.
- Fomentar la participació, amb la possible creació d'un grup estable.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

La metodologia serà participativa. Els continguts organitzats per sessió seran els següents.

SESSIÓ 1. Presentació, jocs de coneixença i autoconeixement.

SESSIÓ 2. Etiquetes, estereotips i empatia.



SESSIÓ 3. Comunicació assertiva i relacions interpersonals

SESSIÓ 4. Presa de decisions, solució de problemes, pensament creatiu, pensament crític. Regulació emocional, maneig de la tensió i l'estrès (Raó i emoció)

SESSIÓ 5. TANCAMENT

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: Aula

NOM DE L'ACTIVITAT: Iguals o diferents? (part 2)

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Commemoració 25N

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Taller

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Auxiliar tècnica d'Igualtat

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau): El Safareig

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

Més de Març de 2016

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Segona part del taller vivencial dirigit a joves de 1r d'ESO per investigar sobre com ens afecten els estereotips de gènere en la nostra persona, donat l'èxit que va tenir el primer taller.

OBJECTIUS

- Analitzar els estereotips de gènere i com ens afecten.
- Diferència entre sexe i gènere.
- Promoure la lliure vivència i expressió del propi gènere.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

A través d'una metodologia dinàmica i participativa s'han anat treballant els continguts, sempre partint de l'experiència personals dels i les joves.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Aula

NOM DE L'ACTIVITAT: Tertúlies a la radio

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Saluda't

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Radio

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut Jove

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

De Novembre del 2016 a Juny del 2017.



HORARI: Habitualment el tercer dimarts de cada mes.

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Des de les regidories de Joventut i Comunicació, s'ha acordat donar un espai de tertúlia a Radio Palau a joves interessats/des en parlar en temàtiques de salut o gènere, en el magazine "El meu carrer". A vegades parlen sobre algun tema que els sembla interessant, altres expliquen projectes que estan duent a terme en relació a les temàtiques tractades.

OBJECTIUS

- Donar veu als i les joves.
- Transmetre una imatge positiva del jovent.
- Aprofundir en temàtiques de salut o gènere amb joves, en funció dels seus interessos.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

S'estableix un calendari del curs actual on es concreten les temàtiques que es parlaran i els i les joves que participaran. L'agent de salut convoca als i les joves per preparar conjuntament les temàtiques a parlar i finalment es duu a terme la tertúlia. (Alguna programació pot variar en funció de la disponibilitat del jovent).

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: Radio

NOM DE L'ACTIVITAT: Tríptic per a pares i mares sobre prevenció de TCA
PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Saluda't_ Programa de drogues i riscos associats
TIPUS (expo, taller, xerrada...): Tríptic
RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

Al llarg de l'any 2016 es crearà i es distribuirà el tríptic.

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Des del servei de Joventut es valora la necessitat de donar a conèixer la OAJ Salut per a famílies. Per això inicia la creació d'uns tríptics dirigits a pares i mares, en els que cada any es parlarà d'una temàtica (consums, TCA, sexualitat i gènere). La idea és que un cop realitzats i distribuïts aquests tríptics entre els familiars de 1r a 4rt d'ESO, tornariem a distribuir-los per ordre (amb una edició revisada) per garantir que a totes les famílies de 1r a 4rt d'ESO, del municipi els arribin els 4 díptics.

OBJECTIUS



- Donar a conèixer la OAJ Salut entre les famílies
- Proporcionar pautes d'actuació a pares i mares de joves, en relació a la prevenció de conductes de risc i a la promoció de la salut.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

Es crea el díptic i es distribueix el díptic en les reunions de famílies de l'institut, en xerrades dirigides a pares i mares, o en altres espais on puguin assistir les famílies.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: No necessari

Material necessari: Tríptics i fulletons de la OAJ Salut.

NOM DE L'ACTIVITAT: I tu que mires?

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Pla de Salut

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Taller

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ: 1h. Entre el 14 d'abril i el 5 maig

El dia 14, 21, 28 d'abril i 5 maig

HORARI: 10 a 11h

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Taller inclòs al Catàleg d'Eines per l'Educació per a treballar la prevenció de violència i la millora de les relacions interpersonals.

OBJECTIUS

- Visibilitzar els diferents tipus de violència
- Conèixer els diferents tipus de comunicació
- Oferir estratègies de Comunicació No Violenta
- Remarcar el paper actiu de l'observador en una situació de violència.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

- Presentació
- Dinàmica 1. Dibuixa el que et transmet
- Dinàmica 2. Tira'l de la cadira
- Dinàmica 3. Te vendo un pato
- Dinàmica 4. Comunicació no violenta
- Dinàmica 5. El puny

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: Aula de l'Institut Ramon Casas i Carbó

Material necessari: Aula, fulls, bolígrafs.



NOM DE L'ACTIVITAT: Taller de consum responsable

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Catàleg d'eines per l'educació. Saluda't.

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Taller.

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

Durant el curs escolar.

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Aquest taller pretén treballar la prevenció del consum problemàtic de substàncies. El discurs es fonamenta en el consum responsable i la reducció de riscos, entenent que la orientació prohibicionista en la prevenció de drogues no ha estat efectiva fins el moment, ja que no connecta amb la realitat dels i les joves. Més enllà de fomentar l'abstinència, contemplada com una opció més en relació al consum de substàncies, es pretén oferir altres opcions per evitar desenvolupar un consum problemàtic de substàncies.

OBJECTIUS

- Aclarir conceptes bàsics sobre les drogues.
- Desmuntar falsos mites sobre les drogues.
- Fomentar la presa de decisions de manera autònoma i responsable.
- Diferenciar entre consum experimental i consum problemàtic de substàncies.
- Apropar la percepció de risc relacionada amb el consum de substàncies i la realitat.
- Oferir informació de com afecta el consum de drogues en el cervell adolescent.
- Facilitar informació sobre la reducció de riscos en el consum de substàncies.
- Oferir informació sobre com actuar en cas d'intoxicació.
- Reflexionar sobre el risc d'adulteracions en les drogues.
- Donar eines per fer front a la pressió de grup.
- Destacar la importància d'una bona autoestima per la presa de decisions autònomes.

Reflexionar sobre el negoci de la droga

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

S'utilitzarà una metodologia dinàmica i participativa, facilitant l'expressió d'opinions dels i les joves i construint el coneixement de manera col·lectiva.

Tot i l'existència d'un guió del taller aquest només serà orientatiu, podent-se modificar segons les aportacions i motivacions dels i les joves i adaptant-se a les característiques del grup.



De fet, és molt possible que no doni temps en dues hores de dur a terme tot el guió, per tant, es seleccionaran les dinàmiques a dur a terme en funció de les característiques del grup.

Guió de l'activitat:

1) PRESENTACIÓ

2) PLUJA D'IDEES

A partir de les aportacions dels i les participants definir conceptes bàsics relacionats amb droga

(substància, afecta al sistema nerviós, addicció, tolerància,...)

3) MITES DE LES DROGUES

Dinàmica del vertader o fals. Es diu un mite i s'han de posicionar a favor o en contra. Amb aquesta dinàmica s'oferirà informació sobre les drogues, estimulant el debat entre els i les joves i l'expressió de les pròpies opinions.

4) CÀLCUL UBE.

Anàlisi del propi consum, es passarà una graella per analitzar el consum d'alcohol. I un termòmetre per analitzar el consum de tabac o cannabis en cas de que hi hagi. Es farà un exemple de com realitzar l'activitat agafant un cas concret d'algú que vulgui compartir la seva realitat.

5) DINÀMICA DEL "MENJA'M"

S'ofereix als i les participants alguna cosa de menjar, totes estaran bones excepte una o dues que tindran un sabor no tant agradable. Aquesta dinàmica ens servirà per reflexionar sobre les adulteracions en les drogues.

6) EL JOC DEL SEMÀFOR

Per grups han de ordenar diferents targetes segons el risc que tenen diferents situacions relacionades amb el consum de substàncies. Posada en comú.

7) VIDEO WHO ARE YOU New Zealand

8) MÚSICA PARA QUE TU NO BAILES

9) DINÀMICA D'AUTOESTIMA I/O DE PRESSIÓ DE GRUP

Això es farà si dóna temps o es prioritzarà en cas que s'observi alguna necessitat concreta per part del grup.

10) VALORACIÓ DEL TALLER

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: Aula

Material necessari:

- Targetes per les dinàmiques
- Xocolata picant



- Bolis i fulls en brut
- Fulles de valoració
- Fulletons "Beus el que beus" i "Mi consumo, mi responsabilidad"
- Graella càlcul UBE's i semàfor

NOM DE L'ACTIVITAT: Setmana de les dones

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Pla local d'igualtat: línia estratègica 1; i Saluda't

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Activitats varies

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Auxiliar tècnica d'igualtat i Agent de Salut Jove

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

Setmana al voltant del 8 de Març

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Activitats diverses per a commemorar el 8 de Març, dirigides a diferent tipologia de públics. Aquest any 2016 la temàtica serà la coresponsabilitat i el lema de la campanya serà "Jo no ajudo, jo comparteixo".

OBJECTIUS

- Sensibilitzar per la importància de l'equitat de gènere.
- Promoure una veritable coresponsabilitat en les tasques de la llar i de cura.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

Hi hauran des de tallers, xerrades, jocs, exposicions o obres teatrals... a definir pel personal tècnic i pel jovent.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: A definir

Material necessari: A definir

NOM DE L'ACTIVITAT: Setmana Veus el que Beus

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Saluda't i Programa de prevenció de drogodependències i riscos associats.

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Activitats varies.

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

Al voltant del dia 15 de novembre.



DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Activitats diverses dirigides a joves en relació a la prevenció del consum d'alcohol i riscos associats.

OBJECTIUS

- Conscienciar sobre els riscos de l'alcohol
- Disminuir els consums problemàtics d'alcohol
- Retardar al màxim l'edat d'inici de consum d'alcohol

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

Hi hauran des de tallers, xerrades, jocs, exposicions o obres teatrals... a definir pel personal tècnic i pel jovent.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: A definir

Material necessari: A definir

NOM DE L'ACTIVITAT: Teatre contra la homofòbia

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Saluda't. Pla local d'igualtat: línia estratègica 1.

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Teatre

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut- Dinamitzadora d'entitats

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

Al llarg del primer trimestre del 2016.

HORARI: A definir

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

A partir d'unes agressions homòfobes que s'han donat a l'institut un grup de joves, pertanyents a l'associació "Manga", que assisteixen regularment els divendres a l'Espai Jove l'Escorxador per a desenvolupar la seva activitat com a associació, proposa de fer una actuació contra la homofòbia, a la que tècnicament se li dona suport.

L'actuació que proposen dur a terme és una obra de teatre, la qual representaran sense avisar, en un espai on hi hagi presència jove (inicialment a l'Espai jove l'Escorxador) per a treballar les diferents reaccions de la gent en una situació d'agressió.

OBJECTIUS

- Lluitar contra la homofòbia.
- Promoure el respecte a totes les orientacions sexuals.



METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

Es realitzen reunions periòdiques per a definir com serà l'actuació que finalment es durà a terme. En aquestes reunions hi participen els i les joves impulsors de l'actuació, els i les joves participants i les tècniques de l'àrea de joventut per a donar-hi suport.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: Espai on hi hagi afluència jove.

Material necessari: A determinar.

NOM DE L'ACTIVITAT: Setmana Rodona

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Saluda't

TIPUS (expo, taller, xerrada...): Activitats varies

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Agent de Salut

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

La setmana al voltant del 1 de Desembre, Dia Mundial contra la SIDA.

HORARI: A determinar.

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Activitats varies encaminades a commemorar l'1 de Desembre. Algunes de les activitats són proposades per l'agent de salut i d'altres per joves, especialment per les Joves Peers (formades en sexualitat i afectivitat).

OBJECTIUS

- Prevenir de ITS i embarassos no desitjats
- Promoure d'una sexualitat saludable i respectuosa
- Oferir una visió àmplia de la sexualitat.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

Hi hauran des de tallers, xerrades, jocs, exposicions o obres teatrals... a definir pel personal tècnic i pel jovent.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: A definir

Material necessari: A definir

NOM DE L'ACTIVITAT: Dia Internacional per la Salut de les Dones

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Pla local d'igualtat: línia estratègica



1; i Saluda't.

TIPUS (expo, taller, xerrada...): A definir

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Auxiliar tècnica d'Igualtat- Agent de Salut

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

Al voltant del 28 de Maig.

HORARI: A determinar.

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Activitat/s per a la commemoració del 28 de Maig (Dia Internacional per la Salut de les Dones).

OBJECTIUS

- Promoure la salut de les dones.

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

Activitat/s a determinar.

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: A determinar

Material necessari: A determinar

NOM DE L'ACTIVITAT: Setmana contra les violències masclistes.

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: Pla local d'Igualtat: Línia estratègica 1; i Saluda't.

TIPUS (expo, taller, xerrada...): A definir

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: Auxiliar tècnica d'Igualtat-Agent de Salut

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

Al voltant de les

HORARI: h. Entre les h i les h

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

OBJECTIUS

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.



Ajuntament de
**PALAU-SOLITÀ
I PLEGAMANS**



**DO
BLE
VIA
COOPERATIVA**

Espai:
Material necessari:

NOM DE L'ACTIVITAT:
PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY:
TIPUS (expo, taller, xerrada...):
RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT:
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:
El dia de 2015.
HORARI: h. Entre les h i les h

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

OBJECTIUS

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai:
Material necessari:

NOM DE L'ACTIVITAT:
PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY:
TIPUS (expo, taller, xerrada...):
RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT:
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:
El dia de 2015.
HORARI: h. Entre les h i les h

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

OBJECTIUS



Ajuntament de
**PALAU-SOLITÀ
I PLEGAMANS**



**DO
BLE
VIA
COOPERATIVA**

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai:
Material necessari:

NOM DE L'ACTIVITAT:
PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY:
TIPUS (expo, taller, xerrada...):
RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT:
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:
El dia de 2015.
HORARI: h. Entre les h i les h

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

OBJECTIUS

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai:
Material necessari:

NOM DE L'ACTIVITAT:
PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY:
TIPUS (expo, taller, xerrada...):
RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT:
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:
El dia de 2015.
HORARI: h. Entre les h i les h

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT



OBJECTIUS

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai:
Material necessari:

NOM DE L'ACTIVITAT:
PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY:
TIPUS (expo, taller, xerrada...):
RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT:
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:
El dia de 2015.
HORARI: h. Entre les h i les h

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

OBJECTIUS

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai:
Material necessari:

NOM DE L'ACTIVITAT:
PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY:
TIPUS (expo, taller, xerrada...):
RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT:
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):



DURADA I CALENDARITZACIÓ:

El dia de 2015.

HORARI: h. Entre les h i les h

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

OBJECTIUS

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai:

Material necessari:

NOM DE L'ACTIVITAT:

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY:

TIPUS (expo, taller, xerrada...):

RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT:

TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:

El dia de 2015.

HORARI: h. Entre les h i les h

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

OBJECTIUS

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai:

Material necessari:

NOM DE L'ACTIVITAT:



Ajuntament de
**PALAU-SOLITÀ
I PLEGAMANS**



**DO
BLE
VIA
COOPERATIVA**

PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY:
TIPUS (expo, taller, xerrada...):
RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT:
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:
El dia de 2015.
HORARI: h. Entre les h i les h

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

OBJECTIUS

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.
Espai:
Material necessari:

NOM DE L'ACTIVITAT:
PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY:
TIPUS (expo, taller, xerrada...):
RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT:
TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:
El dia de 2015.
HORARI: h. Entre les h i les h

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

OBJECTIUS

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.
Espai:



Material necessari:

9. DIFUSIÓ

La difusió del projecte persegueix un doble objectiu. Donar a conèixer el programa a la ciutadania, i en especial als i les joves, així com les actuacions que es duen a terme, per una banda. I, per l'altre, fomentar la participació jove en el projecte.

Amb tal finalitat, s'utilitzaran els recursos de què disposa l'Ajuntament, com la radio municipal (Radio Palau) o el Butlletí municipal (l'Alzina). Via digital, la pàgina web de l'Ajuntament i, especialment, el de l'Espai Jove Escorxador. I les xarxes socials, també de l'Ajuntament i de la Regidoria de Joventut: Facebook, Twitter i Instagram, que entenem com a mitjans de comunicació bidireccional imprescindibles a l'hora de treballar amb la població jove, ja que part de la seva vida es desenvolupa en l'entorn digital (Funes, 2015), esdevenint part de les seves relacions socials a través d'aquest entorn, que al seu torn influencia en la construcció de la seva pròpia identitat.

També existeix un perfil propi de Facebook de salut jove "Salut Escorxa" per a donar difusió i cercar col·laboracions específiques en els àmbits que desenvolupa el programa, així com constituir una via de comunicació telemàtica directe, entre el jovent i el personal tècnic encarregat de dur a terme aquest programa.

El programa compta amb un "Pla de difusió" que ens permet realitzar una avaluació de la tasca realitzada a nivell digital.

10. RECURSOS

Per a impulsar el present Programa de Salut Jove, disposem dels següents recursos humans, materials i funcionals:

10.1 RECURSOS HUMANS



Ajuntament de
**PALAU-SOLITÀ
I PLEGAMANS**



**DO
BLE
VIA
COOPERATIVA**

La persona encarregada de dissenyar, implementar i avaluar el Programa SALUDA'T és l'Agent de Salut, TÈCNICA ESPECIALISTA DE cooperativa Doblevia, ENTITAT QUE TE ADJUDICADA PER L'AJUNTAMENT LA IMPLEMENTACIÓ DEL PROJECTE. La seva jornada és de 20h/setmanals.

Des del Maig del 2014, aquesta persona és la mateixa que desenvolupa les tasques d'Auxiliar tècnica d'Igualtat, en la que entre d'altres, es troba la prevenció en matèries de gènere entre joves, cosa que es materialitza amb la coorganització i coolideratge d'actuacions preventives per part de les dues regidories (Joventut i Igualtat), que treballen amb els mateixos principis metodològics per al que fa a totes les actuacions preventives dutes a terme al municipi. Aquesta ampliació de contracte a 20h/setmanals més, des de la regidoria d'Igualtat, es va dur en reconeixement a la important tasca que l'Agent de Salut Jove, realitzava en prevenció en temàtiques de gènere en joves, i també amb l'objectiu de dotar aquesta prevenció de majors recursos humans (més temps) per a la seva realització.

Altres professionals implicats de manera més directa en el bon funcionament del Pla de Salut Jove són:

Personal contractat per l'Ajuntament	Dedicació
Tècnica de Joventut	18.75h/set
Dinamitzadora Juvenil	37,5h/set

Es comptarà amb la participació puntual d'altres tècnics/es de l'Ajuntament.

10.2 RECURSOS FUNCIONALS

Amb relació als espais necessaris pel desenvolupament de les diverses activitats proposades a aquest document, destaquem com a centre de referència l'Espai Jove Escorxador, lloc centralitzador de gran part de les accions plantejades. Es tracta d'un equipament juvenil de l'Ajuntament de Palau-solità i Plegamans, que té aproximadament 600 m2 i que disposa de: Oficina d'Assessorament Jove, Aula Ciber, Hemeroteca i aula d'estudis, Espai de Trobada, Zona i sala d'entitats, aules tallers i despatxos.



D'altre banda, comptem amb el Pavelló d'Esports Municipal Maria Víctor, lloc on es realitzarà les activitats vinculades a la Regidoria d'Esports. També podem citar els Centres d'Educació Secundària (CES) del municipi, quan considerem les activitats realitzades dins de l'horari escolar. A més a més, sempre que es consideri convenient, es plantejarà la utilització d'altres llocs pel desenvolupament d'activitats puntuals. És el cas de Festa Major, per exemple a on es realitzen accions al carrer.

El cost de la contractació de l'empresa per a la redacció, implementació i avaluació del programa de Salut Jove, corre a càrrec de la Regidoria de Joventut. El pressupost del projecte "Saluda't" es destina a la contractació que es realitza a Doble Via. Tot i així també es compta amb uns 6.000€ per activitats.

En relació al pressupost necessari per a la realització de les activitats proposades per a treballar les temàtiques de salut amb els joves del municipi, destaquem que cada departament es farà responsable dels costos de contractació i execució de les activitats que lideri. D'aquesta forma, a nivell econòmic, les accions del Pla Municipal de Salut Jove entraran dins del pressupost anual dels respectius departaments implicats: Ensenyament, Esports, Joventut, Salut i Serveis Socials. També hi ha una quantia destinada al desenvolupament del Programa de Prevenció de Drogues i Riscos Associats, que es troba dividida per regidories.

10.3 RECURSOS MATERIALS

Seguint la mateixa lògica de funcionament del pressupost, destaquem que el cost del material fungible necessari pel desenvolupament de les activitats albergades dins d'aquest programa anirà a càrrec del departament responsable de l'activitat a executar.

11. AVALUACIÓ

Conscients de la importància d'avaluar l'impacte dels programes i les accions posats en marxa, defensem processos d'avaluació continuats. Entenem que fer seguiment i, per tant valoracions en el curs de les accions, ens facilitarà una millor qualitat del servei.



En aquest sentit, farem servir els següents **instruments** per l'avaluació dels programes i de la totalitat del Pla Municipal de Salut Jove:

- Qüestionaris de valoració de les activitats, distribuïts entre els usuaris participants (Veure annexos).
- Observacions sistemàtiques i continuades de les activitats.
- Entrevistes eventuais a alguns dels/les participants.
- Registres quantitius de la població atesa per les accions dutes a terme dins del Pla Municipal de Salut Jove.
- Mesa de treball inter disciplinar d'hàbits saludables, amb la finalitat d'avaluar les activitats posades en marxa, d'identificar les demandes i de plantejar de forma coordinada les activitats/accions que seran desenvolupades.

Els **indicadors** que s'utilitzaran per l'avaluació seran.

1. Implicació dels diferents departaments del consistori.
 - a. Nombre de departaments
 - b. Grau d'implicació
 - i. Assistència a la mesa de treball
 - ii. Col·laboració i implicació durant tot el procés de l'elaboració i disseny del pla
2. Nombre d'accions realitzades amb altres institucions (CAP, CAS, altres ajuntaments, Creu Roja,)
3. Nombre de professionals implicats en el pla.
 - a. Grau d'implicació de cada un d'ells
4. Nombre d'activitats adreçades a la població jove referent a hàbits saludables.
 - a. Nombre d'activitats adreçades a una franja d'edat concreta
5. Nombre d'activitats adreçades a la resta de la població referent a hàbits saludables.
6. Nombre de consultes i assessoraments sol·licitats pels/les joves
7. Implicació dels joves
 - a. Nombre de joves participants als tallers i activitats
 - b. Grau de satisfacció. (Era el que esperaven? Han après alguna cosa?)



Ajuntament de
**PALAU-SOLITÀ
I PLEGAMANS**



DO
BLE
VIA
COOPERATIVA

8. Nombre de joves que formen part del grup estable creat (si és que s'ha pogut crear)
- a. Periodicitat en les trobades
 - b. Grau de satisfacció
9. L'espai de treball.
- a. Està prou ben condicionat? (en el cas que s'hagi fet servir més d'un espai s'avaluarà cada un d'ells)
 - b. Els recursos materials existents són els necessaris?
 - c. La infra estructura era adient?



ANNEXOS

Fitxa de programació i valoració de les activitats i projectes

FITXA DE PROGRAMACIÓ I VALORACIÓ D'ACTIVITAT/PROJECTE

NOM DE L'ACTIVITAT: PROJECTE O PROGRAMA AL QUAL PERTANY: TIPUS (expo, taller, xerrada...): RESPONSABLE DE L'ACTIVITAT: TALLERISTA/EMPRESA SERVEIS CONTRACTADA (si s'escau):

DURADA I CALENDARITZACIÓ:h. Entre el ... i el ... / El dia ... HORARI:

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

--

OBJECTIUS

- - -

METODOLOGIA I DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT (també sessions i desenvolupament de l'activitat, etc.)

--

INFRAESTRUCTURA I RECURSOS.

Espai: Material necessari:



DIFUSIÓ: (fulletons–tríptics, flyers-, cartells, xarxes socials, altre – notes de premsa,...-)

INDICADORS QUANTITATIUS I QUALITATIUS

Nombre de participants
Grau de satisfacció dels RRHH implicats (participants, organitzadors, talleristes,...)
Assoliments dels objectius plantejats
Adequació de l'espai
Qualitat, quantitat, i optimització de RRMM (hem comptat amb els recursos que necessitàvem? Hem fet una bona optimització dels recursos?...)
Adequació de les dates i l'horari triat
Grau d'implicació dels/les joves
Mitjans de comunicació emprats

(...)

VALORACIÓ DELS INDICADORS

PROPOSTES DE MILLORA/PROPOSTES DE FUTUR: