

Talleres de



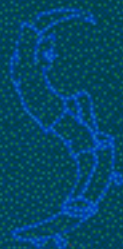
*Programa de
promoción de
hábitos de vida
saludables*



Consello da Xuventude
de Galicia

O ámbito asociativo xuvenil é un espazo de encontro e reunión de xuventude, polo tanto, teremos a posibilidade de incidir nos hábitos dos e das xoves, e contribuir na mellora da calidade de vida e a promoción de estilos de vida saudable. Todo isto implica que a comunidade asociativa xuvenil non pode estar ó marxe, senón que debe adoptar un papel activo.

O Consello da Xuventude de Galicia, como entidade representativa e defensora dos dereitos da mocidade; así como, asumindo o seu papel promotor da participación social e asociativa dos e das xoves, contempla a necesidade de informar e formar ós e as xoves que están a demandar recursos de cara á prevención de riscos



relacionados coa saúde individual e comunitaria. Favorecendo a participación e a corresponsabilidade social da mocidade, contribuímos a aumentar os factores de protección, prantexándonos fundamentalmente que xoves e adolescentes sexan quen de xestionar o uso do seu tempo libre e de ocio dun xeito saudable.

Para isto, o Consello da Xuventude de Galicia estableceu na actualidade convenios de colaboración coa Consellería de Sanidade e Servizos Sociais que permítenos estender as accións informativas, de difusión de materiais, e actividades formativas coa mocidade por toda a comunidade autónoma galega, en coordinación coas diferentes entidades e asociacións xuvenís.

*Actividades de formación de xoves como axentes de saúde (representantes de asociacións xuvenís e educadores/as ou monitores/as no tempo libre etc...):

1. Cursos de formación de mediadores e mediadoras xuvenís en: educación sexual, prevención da transmisión do VIH, e prevención de drogodependencias.

2. Xornadas formativas para xoves de asociacións xuvenís.

3. Talleres de formación complementaria para mediadores e mediadoras xuvenís en saúde.

*Actividades de asesoramento e orientación individual a xoves, ou a entidades xuvenís, sobre recursos en saúde, pautas para prevención de riscos, servizos disponibles na nosa comunidade etc... .

Actividades do CXG para promover a saúde



Entre as actividades que o CXG organiza para a promoción da saúde entre mozos e mozas de asociacións xuvenís, ensino, educadores no tempo libre, etc..., distinguimos entre:

*Actividades de elaboración e difusión de materiais e soportes informativos axeitados para xoves e adolescentes: campañas de distribución de folletos, preservativos, apoio a entidades xuvenís que desenvolven actividades de difusión, realización de mesas informativas etc..

*Actividades de dinamización de xoves como mediadores e mediadoras xuvenís en saúde: formación de grupos de traballo que faciliten o análise crítico das accións informativas ou de "educación entre iguais" que desenvolve o Consello da Xuventude de Galicia no campo da promoción da saúde.

*Actividades de intervención directa coa mocidade: actividades grupais de carácter informativo con xoves e adolescentes.

Mediante a realización de talleres de saúde os e as xoves expoñen opinións e dúbidas, debaten en grupo, intercambian experiencias que permiten que podamos aclarar e resolver inquedanzas e aportar información e recursos que fagan posible manter comportamentos saudables.

Na realización dos talleres de saúde plantexámonos como obxectivos:

* Sensibilizar a mozos e mozas na necesidade de adoptar conductas promotoras de saúde a nivel individual e colectivo.

* Facilitar-lo análise crítico dos aspectos sociais e culturais relacionados coa saúde e os comportamentos saudables.

Obxectivos dos



Talleres de saúde

* Aportar información e orientación sobre recursos en saúde e servizos de atención, dirixidos á mocidade.

* Previr e reducir riscos aportando información sobre as medidas de prevención axeitadas.

* Analizar actitudes, perspectivas e estereotipos sociais ante a sexualidade, o VIH-SIDA, etc...

* Estudar e analizar os estereotipos sociais asociados os diferentes tipos de drogas (legalidade, ilegalidade, costumes sociais etc...)

Teñen un carácter activo e participativo, no que procurase a dinamización das persoas participantes mediante xogos e dinámicas grupais que faciliten a expresión e intercambio de opinións.

As aportacións dos integrantes no grupo é fundamental para expoñer e rachar con mitos e estereotipos sociais relacionados coa saúde e a adopción de comportamentos/conductas saudables.

Os temas a tratar nun obradoiro de saúde, sexa de educación sexual e prevención da transmisión do VIH, como de prevención de drogodependencias, persiguen fundamentalmente a redución de riscos, e a normalización e uso dos recursos e métodos preventivos axeitados (preservativos, métodos anticonceptivos etc...)

¿En qué consiste un taller de saúde?



Os talleres de saúde son actividades informativas e de sensibilización, para grupos de mozos e mozas dende 14 a 30 anos de idade.

As características fundamentais dun taller de saúde son as seguintes:

- * Número de persoas participantes non superior ás 30 persoas.
- * A duración mínima de cada actividade será de dúas a 3h.
- * Idade das persoas participantes entre 14 a 30 anos.
- * Realízanse en horarios flexibles adaptados ás características e posibilidades das entidades xuventis

Cada taller centrarase nuns contidos específicos, existindo, por tanto varios modelos de actividade:

- * Obradoiro de educación sexual e afectiva.
- * Obradoiro de sexualidade e prevención da transmisión do VIH-SIDA.
- * Obradoiro de promoción da saúde e prevención das drogodependencias.

Contidos

Conceptualización:
Sexo-sexualidade-erótica.

- * Mitos e estereotipos en sexualidade.
- * Métodos anticonceptivos.
- * Preservativo: uso correcto.
- * ETS: características e vías e de transmisión.
- * Transmisión sexual do VIH e prácticas de risco.
- * Conceptualización de saúde e hábitos saudábeis.
- * Factores de risco- factores de protección.
- * Concepto de ocio eestión dos riscos.
- * Definición de habilidades sociais.
 - * Pertenza ó grupo, e toma de decisións.
- * Actitudes e perspectivas sociais fronte ás drogodependencias.

Contidos básicos dos talleres de saúde



Destinatarios dos talleres de saúde

Destinatarios/as

Os talleres de saúde dirixense a mozos e mozas de 14 a 30 anos de idade, formándose grupos non superiores ás trinta persoas para facilitar a realización de dinámicas grupais, o intercambio de opinións e debate no grupo.

Para a realización de obradoiros contactamos con:

- * Asociacións xuvenís: de carácter cultural, deportivo, etc... que teñan interés en promover estilos de vida saudable.
- * Centros sociais, casas de cultura etc..., onde os e as xoves podan recibir información ou materiais de difusión (folletos, cartaces etc..)
- * Centros de ensino; fundamentalmente aqueles nos que as asociacións de estudantes participen na dinamización de actividades.
- * Outros espazos como: Escolas taller, etc...

¿Quién ou quénes imparten os obradoiros?

O Consello da Xuventude de Galicia invita ás asociacións xuvenís e tódolos espazos adicados á mocidade, a realizar actividades promotoras de saúde como os obradoiros, mesas informativas etc..., facilitándolles, de xeito gratuito, os recursos humanos e materiais necesarios para a realización da actividade.

Deste xeito, as persoas responsables da execución de obradoiros serán os e as profesionais da área de saúde do CXG; así como, mediadores e mediadoras xuvenís en saúde formados polo CXG, que participan na promoción da saúde entre a mocidade.

¿Quién imparte os obradoiros?



¿Quién pode solicitar un obradoiro?

É importante destacar que o CXG pretende, sobre todo, que sexan as propias entidades xuvenís, as que definan as súas prioridades en canto ás características do grupo de persoas beneficiarias dun obradoiro, e o tema e contidos que considere máis necesario tratar. Garantizando, deste xeito, a adaptación ás características e particularidades de cada localidade, e de cada grupo de xoves.

¿Quién pode solicitar un obradoiro ou taller de saúde na súa asociación?

Calquera asociación xuvenil ou espazos adicados ós e ás xoves pode solicitar ó Consello da Xuventude de Galicia a realización de obradoiros de saúde coa mocidade.

A entidade solicitante terá que:

* Dispoñer dunha aula o espacio semellante na que podamos desenvolver unha actividade grupal.

* Poñerse en contacto co CXG co fin de acordar día/s e hora/s en que realizaremos a actividade, así como que persoas do CXG responsabilizáranse da execución da mesma.

* Difundir, se o desexa, a actividade na súa localidade, ou entre os e as roves da súa entidade, co obxecto de formar o grupo de persoas destinatarias do obradoiro.

* Para unha mellor coordinación, a entidade solicitante proporá unha persoa de contacto co CXG.

As solicitudes de obradoiros, ou materiais ó CXG, pode realizarse, simplemente, mediante o envío dunha carta ou fax no que detallades:

Nome da entidade, localidade, dirección, teléfono, fax, persoa de contacto, tipo de solicitud, etc...

¿Cómo facer a solicitud?



Consello da Xuventude
de Galicia



CONSELLERÍA DE SANIDADE
E SERVIZOS SOCIAIS

Solicitud: formato proposto

Solicitud: formato proposto:

Asociación/Entidade:.....

Dirección:.....

Localidade:.....

Provincia:.....

Teléfono/Fax:.....

Solicitamos participar no Programa de Saúde do Consello da Xuventude de Galicia, recibindo na nosa entidade:

Materiais de difusión sobre campañas informativas para mocidade (narcos e que interese)

Sexualidade

Prevenção VIH

Prev. Drogodependencias

Talleres de Saúde

Obradoiro de Sexualidade

Obradoiro de Prevenção VIH

Obradoiro de Prev. Drogodependencias

Outras actividades posibles.....

Persoas de contacto.....