

LA IMPORTANCIA DE LA COMUNIDAD EN LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES



EXPERIENCIAS de la Asociación Colectivo La Huertecica

UNED y AYUNTAMIENTO DE CARTAGENA 2025

QUÉ ENTENDEMOS POR COMUNIDAD



ANTE LA COMPLEJIDAD DE LA SOCIEDAD QUE
ESTAMOS VIVIENDO:

Discursos de odio,
de consumo atroz,
de inmediatez,
de mercantilismo, ...

La participación activa de la comunidad es esencial:

AMISTAD SOCIAL

PREVENCIÓN COMUNITARIA



DIFERENTES ACCIONES

Información

Concienciación

Educación

Programas de promoción de la salud

...

DIFERENTES ENFOQUES

Las actividades en el centro

La ideología en el centro

La persona en el centro

ESTRATEGIAS



Educación en valores

Desarrollo de habilidades sociales y emocionales

Fortalecimiento de la red social y comunitaria

Fomento del acceso a servicios públicos:

- De ocio y tiempo libre (deporte, cultura, pensamiento, literatura, música, filosofía,...)

- De salud mental

DERECHOS SOCIALES Y PARTICIPACIÓN SOCIAL

ESTRATEGIAS COLABORATIVAS DEL COLECTIVO LA HUERTECICA



Realizamos programas que fomentan

La concienciación individual y colectiva,

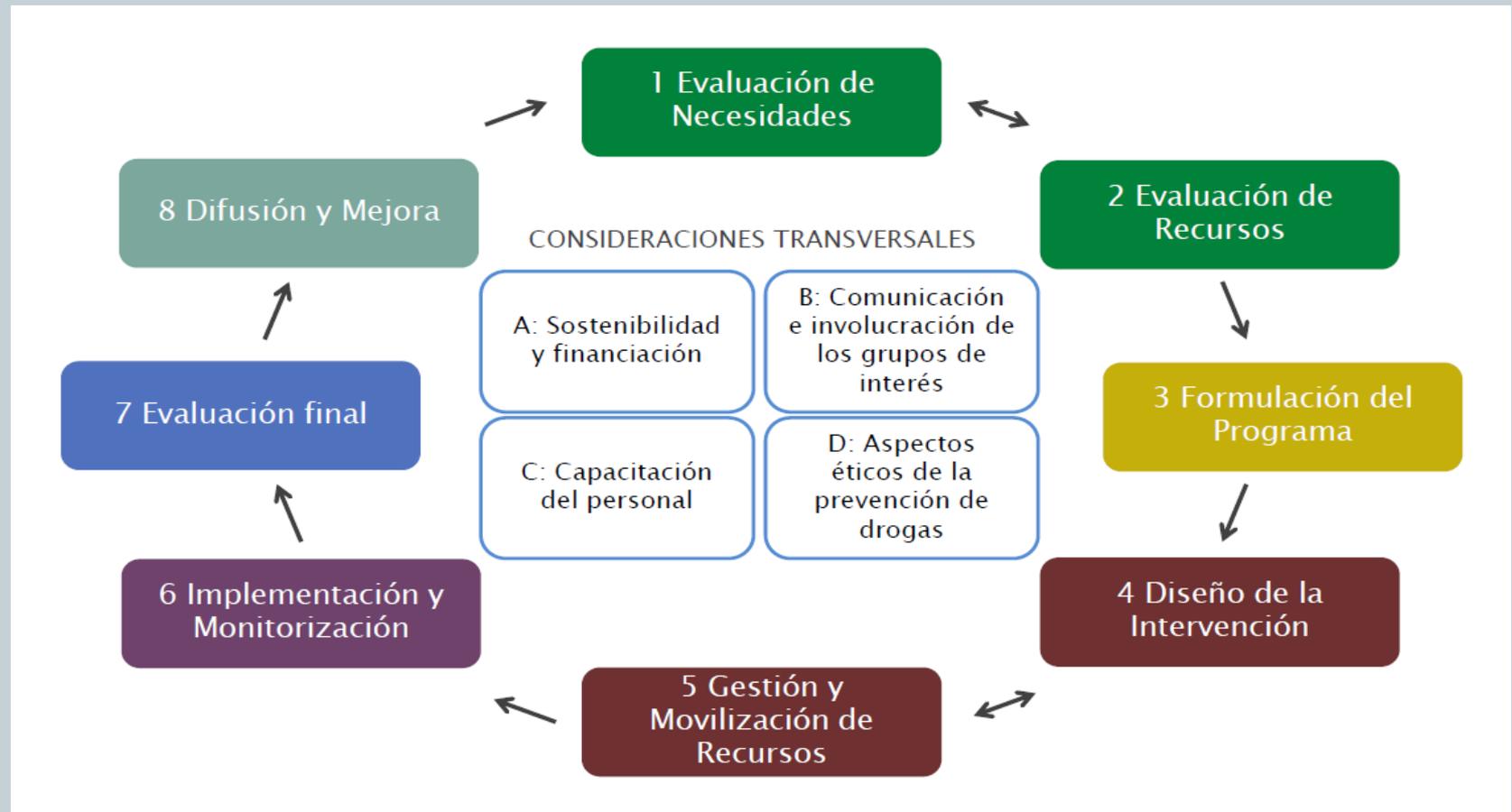
La ciudadanía,

El desarrollo comunitario

La participación social

A través de la investigación, la docencia, la formación continua y la coordinación con **personas colectivos, empresas y el sector público a través de las diferentes administraciones**

CALIDAD EN LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES



JORNADAS CULTURALES

LA CULTURA COMO INCLUSIÓN

II JORNADAS CULTURALES

Organiza Colectivo La Huertecica

14 y 15 de octubre 2022

Facultad de Ciencias de la Empresa, UPCT

VIERNES 14

18:30h

Cultura para habitar con Alberto Gamoneda

Educador a cargo de las líneas de educación y acción social en Museo Nacional Thyssen Bornemisza.

20:00h

Inauguración EXPOSICIÓN COLECTIVA

SÁBADO 15

11:00h

TALLERES DE EXPRESIÓN
Y CREATIVIDAD

EXPRESIÓN CORPORAL

TALLER DE CUENTOS

TALLER DE CIRCO

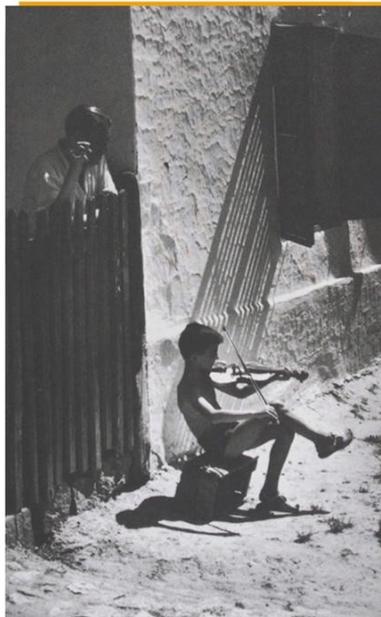
FOTOGRAFÍA CON SMARTPHONE

18:00h

EL REGAETON NO ES
MACHISTA

21:00h

CONCIERTO solidario



VELADAS CON ARTE



MILLA SOLIDARIA



CONCIENCIACIÓN INDIVIDUAL Y GRUPAL



PILDORAS INFORMATIVAS, PROGRAMAS COMUNITARIOS DIVERSOS

PROYECTO COMUNITARIO DE OCIO ALTERNATIVO ADOLESCENTES Y FAMILIAS AÑO 2024

TALLERES DE PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES FAMILIAS Y AGENTES COMUNITARIOS EL ALGAR

LA ADOLESCENCIA. UNA MIRADA CON PERSPECTIVA

NORMAS Y LIMITES DESDE EL RESPETO

ACERCÁNDONOS A LOS FACTORES DE PROTECCIÓN

ACOMPAÑANDO EMOCIONES, ESTIMULANDO A QUE SE SIENTAN MÁS SEGUROS

USO Y ABUSO DE PANTALLAS... OCIO Y TIEMPO LIBRE SALUDABLE, ETC

29 de abril
13 de mayo
27 de mayo
10 de junio
24 de junio
8 de julio
22 de julio

LOCAL DE USOS MÚLTIPLES C/Avda Asunción, Nº 2 EL ALGAR

De 17.30 a 19.30

Una oportunidad para reflexionar, aprender y crecer juntos

DIALOGAR

NO SOLO HABLES, ESCUCHA Y PRACTICA EL RESPETO.

PÍLDORA INFORMATIVA

01	FUNDAMENTAL	Se respetuoso: intenta expresarte de manera asertiva hacia la otra persona. Incluso si no estás de acuerdo con lo que dice.
02	IMPORTANTE	Expresa tus ideas con claridad: Se claro y directo al expresar tus pensamientos y sentimientos.
03	CONVENIENTE	Mantén la calma: Incluso en situaciones conflictivas. Respira profundamente y piensa antes de responder impulsivamente.
04	CRUCIAL	Practica la empatía: Intenta ponerte en el lugar del otro y entender su perspectiva.
05	VALIOSO	Acepta la diversidad de opiniones: Reconoce que es natural que las personas tengan diferentes opiniones y puntos de vista.

PILDORA INFORMATIVA

CUIDANDO LA VIDA DIGITAL DE NUESTROS HIJOS/AS

<h4>LIMITES Y NORMAS CLAROS</h4> <p>Horarios: limita el tiempo que pasan en redes sociales estableciendo horarios.</p> <p>Normas sobre contenido: establece el tipo de información que es aceptable y segura de compartir y visitar, así como la que no lo es.</p>	<h4>CONOCE LAS PLATAFORMAS QUE USAN</h4> <p>Información sobre Redes Sociales: conoce las redes más populares que usan tus hijos/as e intenta estar actualizado/a.</p> <p>Privacidad: la supervisión es necesaria, pero no el control. Configura la privacidad de sus redes junto a ella/él, no invadas su privacidad.</p>	<h4>AYUDA A IDENTIFICAR RIESGOS</h4> <p>Ciberacoso y grooming: háblale sobre los riesgos del ciberacoso y del acoso de adultos (grooming).</p> <p>Ayuda a reconocer noticias falsas: que diferencien entre qué información y páginas son confiables y cuales no.</p>
<h4>SEÑALES DE ALERTA</h4> <p>Observa si hay cambios en su comportamiento tras el uso de las redes: si tiene variaciones en el estado de ánimo y si le influye en sus relaciones sociales, esto puede indicar que le está ocurriendo algo en línea.</p>	<h4>MODELAJE SALUDABLE</h4> <p>Usa la tecnología de forma responsable: cuida tu contenido, limita las horas de uso y fomenta las actividades en familia, ofreciendo espacios de conexión fuera de las redes.</p>	<h4>MÁS INFORMACIÓN</h4> <p>Si necesitas profundizar acerca de esta información puedes visitar la web de INCIBE (ciberseguridad del estado) en el apartado de familias, a través de este QR.</p>

PROYECTO DE PREVENCIÓN VALORA-T

DESTINADO A JÓVENES CON EDADES COMPRENDIDAS ENTRE LOS 16 Y 22 AÑOS PARA VALORAR Y SITUARSE ANTE LAS CONDUCTAS DE RIESGO QUE EXPERIMENTAN.

POSIBILITAMOS A LOS/AS ADOLESCENTES Y JÓVENES, LAS FAMILIAS Y OTROS AGENTES COMUNITARIOS, UNA VISIÓN REALISTA Y OBJETIVA HACIA EL USO/ABUSO DE SUSTANCIAS, EL JUEGO, LA APUESTAS Y LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS.

ACTUACIONES

- ENTREVISTAS INDIVIDUALIZADAS.
- SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS.
- SESIONES SOCIO-EDUCATIVAS.
- FORMACIÓN DIDÁCTICA.
- ACCIONES DE SENSIBILIZACIÓN.

CONTACTO

FINCA LA HUERTECICA, PARAJE MOLINO DE BERRIBO, 30319. CARTAGENA, MURCIA
968.524.656 / 641841051

PREVENCIÓN@LAHUERTECICA.COM / COLLECTIVOS@LAHUERTECICA.COM

WWW.LAHUERTECICA.COM

ESTE PROYECTO HA SIDO FINANCIADO A CARGO DE LOS FONDOS PARA LAS ESTRATEGIAS 2022 DEL MINISTERIO DE SANIDAD QUE FUERON APROBADOS EN EL CISMS DE FECHA 23/06/2022, COMO APOYO A LA IMPLANTACIÓN DEL PLAN DE ACCIÓN DE SALUD MENTAL.

PALABRAS CLAVE



Desde un **OPTIMISMO INTELIGENTE** que conlleva trabajo y resiliencia, poner en el primer plano de la vida común, es decir comunitaria:

NOSOTROS

ESPERANZA

AMOR/AMISTAD

VOLUNTARIADO

DEMOCRACIA



GRACIAS

JUANA SÁNCHEZ PEDREÑO
PRESIDENTA DEL COLECTIVO LA HUERTECICA

www.lahuertecica.com