

## **"DEPORTE Y SALUD"**

### **OBJETIVOS.**

#### **Objetivos Generales.**

##### Objetivo General

- Prevenir las drogodependencias mediante el desarrollo de habilidades, recursos personales y la promoción del ocio saludable

##### Objetivos específicos

- Informar sobre el alcohol, el tabaco y el cannabis. Abordar la percepción de riesgo y los mitos asociados a su consumo.
- Conocer la influencia social y habilidades de resistencia.
- Fomentar las habilidades de comunicación.
- Conocer la inteligencia emocional.
- Fomentar la autoestima.
- Conocer y promover el ocio saludable.

### **CONTENIDOS Y ACTIVIDADES.**

- HACIENDO GRUPO
- INFORMACIÓN SOBRE DROGAS: ALCOHOL
- INFORMACIÓN SOBRE DROGAS: TÁBACO
- INFORMACIÓN SOBRE DROGAS: CANNABIS Y OTRAS DROGAS
- MITOS
- COMUNICACIÓN
- INTELIGENCIA EMOCIONAL
- AUTOESTIMA
- PRESIÓN DE GRUPO
- TOMA DE DECISIONES

- RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS
- ANÁLISIS DE LA PUBLICIDAD
- OCIO SALUDABLE EN ZAMORA
- VISITAS ASOCIACIONES

**MODELO DE CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN**

1. ¿Ha participado en el PROGRAMA DEPORTE Y SALUD?

Sí      No

2. ¿Es la primera vez que participa en un evento organizado por el PMD

Sí      No

3. Por favor, valore las siguientes afirmaciones según su opinión sobre el programa, siendo 1 "pobre" y 5 "excelente":

**1   2   3   4   5**

**Facilidad de participación**

**Calidad del material utilizado**

**Calidad de las instalaciones**

4. Por favor, puntúe la calidad de las siguientes afirmaciones siendo 1 "pobre" y 5 "Excelente":

**1   2   3   4   5**

**Actividades**

**Charlas**

**Materiales**

**Monitores**

5. Según su opinión, ¿Dónde cree que deberíamos mejorar?

6. ¿Recomendaría este evento a otras personas?

Sí

No

No lo sé

3

7. Sexo:

9. Por favor, díganos si tiene algún comentario que hacernos acerca del evento:

La encuesta ha concluido.

Muchas gracias por su colaboración.