



#EsAlcázar



**Alcázar de
San Juan**
CIUDAD EDUCADORA

ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD

Nº 35		CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: EDUCACIÓN Y GERENCIA DE ATENCIÓN INTEGRADA “MANCHA CENTRO”			
ACTIVIDAD	DESTINATARIOS	OBJETIVOS			
PREVENCIÓN DE TABAQUISMO EN CENTROS ESCOLARES	1º y 4º de Educación Secundaria. - Docentes. - Familias	- Retrasar la edad de inicio y disminuir la prevalencia de tabaquismo en adolescentes. - Motivar al profesorado en la lucha contra el tabaquismo. - Hacer partícipes a padres y madres en el proyecto. - Ofrecer ayuda para dejar de fumar en la consulta de tabaquismo.			
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD					
Tipo de actividad	Metodología	Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración	
Charlas educativas	Prevenir el consumo de tabaco a través de charlas de sensibilización y de conocimiento de las causas de este consumo.		Tutor/a.	1º trimestre escolar.	
PRECIO: Gratuito.					
PERSONA DE CONTACTO: Carlos Jareño Contreras Teléfono: 926 54 51 40. Email: educacion@aytoalcazar.es					
OBSERVACIONES: Esta actividad es impartida por el equipo de neumología del Hospital Mancha Centro en el salón de actos del Hospital.					



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD

Nº 36		CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: EDUCACIÓN Y ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER			
ACTIVIDAD	DESTINATARIOS/AS	OBJETIVOS			
SABORES QUE CUIDAN	Educación Infantil y Primaria	- Educar al conjunto de la comunidad educativa en la alimentación saludable, fomentando una cocina más sana en casa y creando platos sanos para la merienda. - Proporcionar información al alumnado, profesorado y familias sobre alimentación saludable y nutrición			
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD					
Tipo de actividad	Metodología	Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración	
Concurso	Este año se proponen dos modalidades de concurso: - El profesorado puede decidir participar como grupo de clase y elaborar un recetario con su alumnado. - El alumnado puede elaborar las recetas en casa con sus familiares y participar a título individual	Sin límite		Las recetas se podrán trabajar durante el primer trimestre escolar. Recogida de recetas en el correo elisabet.corrales@contraelcancer.es o en la dirección: calle Olivo 7, bajo, 13002 Ciudad Real Presentación de recetas hasta el 6 de marzo de 2026. Resolución del concurso: mayo 2026	
PRECIO: Gratuito					
PERSONA DE CONTACTO: Carlos Jareño Contreras Teléfono: 926 54 51 40. Email: educacion@aytoalcazar.es					
OBSERVACIONES: Los centros educativos recibirán información para participar en la actividad durante el 1º trimestre del curso escolar.					



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD

Nº 37		CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: EDUCACIÓN Y ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER			
ACTIVIDAD	DESTINATARIOS/AS	OBJETIVOS			
CAMBIO DE AIRE	Alumnado de 2º o 3º ESO.	- Prevenir el inicio del hábito de fumar. - Motivar a personas jóvenes a tomar acciones concretas para transformar su entorno.			
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD					
Tipo de actividad	Metodología	Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración	
Taller formativo	El taller consta de dos sesiones: - Sesión 1: se abordarán contenidos relacionados con el consumo de tabaco, sus nuevas formas y sus riesgos, hablando de forma breve de “Proyecto Zero”. - Sesión 2: Trabajo de propuesta de plan de acción de sensibilización entre iguales dentro del centro o municipio.	25-30 alumnos/-as por grupo.		Este proyecto podría organizarse para el primer o segundo trimestre escolar	
PRECIO: Gratuito					
PERSONA DE CONTACTO: Carlos Jareño Contreras Teléfono: 926 54 51 40. Email: educacion@aytoalcazar.es					
OBSERVACIONES: Los centros educativos recibirán información para participar en la actividad.					



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD

Nº 38		CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: EDUCACIÓN Y ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER			
ACTIVIDAD	DESTINATARIOS/AS	OBJETIVOS			
JORNADA TODO POR LA CIENCIA	5º de Educación Primaria	- Despertar el interés por la Ciencia en el alumnado de una forma práctica y experiencial. - Trabajar de forma dinámica y divertida hábitos saludables			
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD					
Tipo de actividad	Metodología	Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración	
Jornadas	Las jornadas incluyen la realización de dos experimentos acerca del "Poder de los Antioxidantes" visibilizar como ingerir alimentos saludables repercute de manera directa en nuestro estado de salud. Incluyen el uso de elementos cotidianos, claves para que los niños puedan aprender de modo divertido cómo funciona el método científico, y de qué modo la Ciencia puede ayudarnos y es algo fundamental para progresar como sociedad y prevenir enfermedades.	50-60 alumnos/-as por grupo.		Puede organizarse en el segundo o tercer trimestre escolar. 1 hora de duración por grupo.	
PRECIO: Gratuito					
PERSONA DE CONTACTO: Carlos Jareño Contreras Teléfono: 926 54 51 40. Email: educacion@aytoalcazar.es					



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD

Nº 39		CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: EDUCACIÓN Y ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER			
ACTIVIDAD	DESTINATARIOS/AS	OBJETIVOS			
LA HABITACIÓN DEL HUMO	6º de Educación Primaria	- Conocer la relación de los alumnos y alumnas con el tabaco y productos relacionados. - Prevenir el consumo de tabaco en edades tempranas.			
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD					
Tipo de actividad	Metodología		Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración
Taller formativo	A través de una dinámica participativa y lúdica basada en el escape-room, los alumnos deben resolver una serie de enigmas y pruebas cooperativas en un entorno simulado, con el objetivo de "escapar" de una habitación en un tiempo determinado. El contenido del juego gira en torno a la prevención del tabaquismo, abordando temas como los riesgos del consumo de tabaco, cigarrillos electrónicos, vapeadores y cachimbos		20-30 alumnos por grupo.		1 hora de duración por grupo.
PRECIO: Gratuito					
PERSONA DE CONTACTO: Carlos Jareño Contreras Teléfono: 926 54 51 40. Email: educacion@aytoalcazar.es					



**Alcázar de
San Juan**
CIUDAD EDUCADORA

ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD

CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: EDUCACIÓN Y ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER				
Nº 40				
ACTIVIDAD	DESTINATARIOS/AS	OBJETIVOS		
AL SOL CON CREMA	- Alumnado de 3º Educación Infantil - Alumnado de 1º Educación Primaria	Ampliar los conocimientos de los niños/as acerca del “sol” y enseñarles hábitos de exposición solar adecuados.		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD				
Tipo de actividad	Metodología	Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración
Taller	Cuentacuentos y actividades destinadas a concienciar sobre la importancia de la protección frente al sol	30-50 participantes por grupo		Tercer trimestre 1 hora de duración por grupo.
PRECIO: Gratuito				
PERSONA DE CONTACTO: Carlos Jareño Contreras Teléfono: 926 54 51 40. Email: educacion@aytoalcazar.es				



**Alcázar de
San Juan**
CIUDAD EDUCADORA

ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD

Nº 41		CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: EDUCACIÓN Y ASOCIACIÓN LUZ DE LA MANCHA			
ACTIVIDAD		DESTINATARIOS/AS	OBJETIVOS		
BIBLIOTECA HUMANA		Alumnado 4º ESO Y 1ºBACH	- Romper barreras entre la gente y promover el diálogo y la comprensión. - Empatizar rompiendo prejuicios a diversos colectivos. - Fomentar la tolerancia y comprensión.		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD					
Tipo de actividad	Metodología		Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración
Taller de encuentro y de diálogo	Participantes en primera persona (libros humanos): 7 personas con especial atención a la paridad de mujeres y hombres: Una persona sin techo, una persona ex alcohólica, una persona trans, una persona con problemas de salud mental, una persona inmigrante, una persona víctima de violencia de género y una persona reclusa o exreclusa. Es una actividad oral donde las personas invitadas (libros humanos), cuentan su vida al alumnado que asiste al encuentro. El alumnado se divide (grupos 7-10 pers.) para conocer y escuchar los diferentes libros humanos y luego preguntan e interactúan en los grupos.		Grupo de alumnado de entre 7 y 10 alumnos por libro.	Ponentes y acompañante de los libros humanos que expongan su historia en primera persona. El alumnado acudirá acompañado por el profesorado que podrá también participar.	Segundo trimestre del año. En torno al Día del Libro 2025 Alrededor de 2 / 3 horas
PRECIO: Gratuito					
PERSONA DE CONTACTO: ASOCIACIÓN LUZ DE LA MANCHA. Teléfono: 646847900. Email: asociacionluzdelamancha@gmail.com					

CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: EDUCACIÓN Y ASOCIACIÓN LUZ DE LA MANCHA				
Nº 42				
ACTIVIDAD	DESTINATARIOS/AS	OBJETIVOS		
TALLER DE LAS EMOCIONES Educación Inclusiva, Salud Mental Positiva	Alumnado 5º y 6º Ed. Primaria.	- Promover entre el profesorado y demás miembros de la comunidad escolar un mayor y mejor conocimiento y comprensión sobre salud mental y malestar psicológico en el alumnado. - Promover una adecuada gestión y expresión emocional en el alumnado para prevenir problemas de salud mental, así como facilitar el acercamiento a las personas que los padecen, hablando de la salud mental sin tabúes. - Sensibilizar a las familias y personas allegadas mediante un material audiovisual sobre salud mental y la importancia de su cuidado y promoción en niños y niñas y en los centros educativos.		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD				
Tipo de actividad	Metodología	Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración
Charla/Taller	Primera parte expositiva (Proyección, audio cuento, juego interactivo con tres historias), siempre intentando relacionarla con su propia experiencia, en la que participa e interviene toda la clase, contando cómo viven las emociones. Se propone trabajo individual y también en grupo. Se analizan los resultados de esos trabajos y se cierra la sesión con unas conclusiones y propuestas de mejora en la gestión de la/las emoción/es que se hayan trabajado.	Grupo/clase	Ponente y acompañante Luz de la Mancha. Materiales de la Confederación de Salud Mental España.	Primer trimestre del curso (septiembre-octubre-noviembre-diciembre) 2024 Cada sesión 90 minutos aproximadamente. Una sesión para 5º y otra para 6º.
PRECIO: Gratuito				
PERSONA DE CONTACTO: ASOCIACIÓN LUZ DE LA MANCHA. Teléfono: 646847900. Email: asociacionluzdelamancha@gmail.com				

ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD

Nº 43		CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: EDUCACIÓN Y ASOCIACIÓN LUZ DE LA MANCHA		
ACTIVIDAD	DESTINATARIOS/AS	OBJETIVOS		
DESCUBRE: NO BLOQUEES TU SALUD MENTAL	Alumnado 3º ESO	- Sensibilizar sobre los problemas de salud mental y su relación con el consumo de tóxicos y otras conductas de riesgo y / adictivas en el contexto educativo. - Proporcionar información actualizada, no sesgada y con perspectiva de género, sobre la importancia de la Salud Mental, así como de los factores de riesgo del consumo de drogas. - Concienciar sobre el importante papel que juegan los diferentes actores dentro del sistema educativo en el desarrollo personal en menores de edad. - Proporcionar información adecuada y ajustada que permita conocer e identificar los signos tempranos de problemas de salud mental en el alumnado. - Minimizar las secuelas del estigma, creando una imagen realista y libre de estereotipos sobre los trastornos mentales y el consumo de drogas.		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD				
Tipo de actividad	Metodología	Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración
Charla/Taller	Metodología adaptada al alumnado, siguiendo las indicaciones del programa “Descubre” de la Confederación de Salud mental España. Primera sesión: Concepto de Salud Mental Segunda sesión: Prevención Adicciones. La distribución de las sesiones: - Introducción e ideas previas sobre salud mental - Presentación (PowerPoint) - Video e Intercambio de ideas - Cuestionario y reflexión final	Grupo/clase Dos sesiones con el mismo grupo durante el curso.	Ponente y acompañante Luz de la Mancha. Materiales de la Confederación de Salud Mental España.	Primer trimestre del curso (septiembre-octubre-noviembre-diciembre) 2024 y tercer trimestre (abril-mayo-junio) 50 minutos. Ajustados a la duración de la sesión en cada centro.
PRECIO: Gratuito				
PERSONA DE CONTACTO: ASOCIACIÓN LUZ DE LA MANCHA. Teléfono: 646847900. Email: asociacionluzdelamancha@gmail.com				



Nº 44		CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: EDUCACIÓN Y ASOCIACIÓN LUZ DE LA MANCHA				
ACTIVIDAD		DESTINATARIOS/AS		OBJETIVOS		
TALLERES DE ARTETERAPIA EN LOS CENTROS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA		• 4º ESO		• Fomentar el autocuidado y la creatividad • Desarrollar habilidades de afrontamiento a través de los talleres de arteterapia • Estimular la creatividad potenciándola como herramienta terapéutica • Facilitar el autoconocimiento utilizando el arte como medio para explorar y comprender emociones y necesidades. • Contribuir a una mejora de la salud biopsicosocial		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD						
Tipo de actividad		Metodología		Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración
Talleres		<u>Taller de arteterapia:</u> Metodología participativa, adaptada a las personas participantes en el taller. Se harán actividades de arte para ofrecer al alumnado un espacio y un tiempo consigo mismas para que atiendan las emociones que viven en cada momento. Se necesita un mobiliario básico y con una amplitud suficiente para poder llevar a cabo diferentes actividades, entre ellas ejercicios corporales.		Grupo/clase	Ponente y acompañante de la Asociación Luz de la Mancha. Materiales de arteterapia facilitados por el ponente	Segundo y tercer trimestre del año. Una sesión en el curso. Duración de 2 horas.
PRECIO: Gratuito						
PERSONA DE CONTACTO: ASOCIACIÓN LUZ DE LA MANCHA. Teléfono: 646847900. Email: asociacionluzdelamancha@gmail.com						
OBSERVACIONES: Es importante contactar con la Asociación Luz de la Mancha para concretar las sesiones en el Centro.						



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD

Nº 45		CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: POLICÍA LOCAL			
ACTIVIDAD	DESTINATARIOS/AS	OBJETIVOS			
PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE ALCOHOL Y OTRAS CONDUCTAS	Charlas informativas alumnado de ESO sobre consumo de alcohol y/o sustancias.	Dar a conocer la problemática del consumo de alcohol en los jóvenes, así como la prevención del consumo de alcohol en la población y especialmente la protección del menor siendo el principal elemento impulsor del desarrollo de la actual Ordenanza de Convivencia del Excmo. Ayuntamiento de Alcázar de San Juan, también las diversas iniciativas de prevención, formación y divulgación en las que trabajan cada día las distintas áreas de esta Administración.			
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD					
Tipo de actividad	Metodología	Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración	
TALLERES Y CHARLAS INFORMATIVAS	Las charlas se acompañarán de material audiovisual.	Todos los alumnos/as de los cursos citados de Educación Secundaria	Presencia del Tutor/a en el centro.	Curso escolar, calendario establecer por	
PRECIO: Gratuito					
PERSONA DE CONTACTO: Pedro Lorente Úbeda Teléfono 607660369					
OBSERVACIONES:					

ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD

Nº 46		CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: CRUZ ROJA ESPAÑOLA			
ACTIVIDAD	DESTINATARIOS/AS	OBJETIVOS			
EDUCACIÓN PARA LA SALUD	Alumnado de infantil, primaria, ESO y Bachiller	- Fomentar hábitos saludables: promover estilos de vida saludables para prevenir riesgos para la salud. - Modificar conductas nocivas: trabajar para modificar comportamientos perjudiciales, como el consumo de alcohol, tabaco, drogas de síntesis, o los trastornos de la conducta alimentaria. - Prevenir problemas específicos: enfocarse en temas como la sexualidad (influyendo VIH/SIDA), accidentes de tráfico, drogodependencias y trastornos de la alimentación (anorexia, bulimia) - Desarrollar la responsabilidad: inculcar en las jóvenes actitudes de responsabilidad hacia su propia salud y la de los demás.			
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD					
Tipo de actividad	Metodología	Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración	
Taller	Con enfoque participativo, contextualizada y se centra en la adquisición de competencias prácticas, con diferentes estrategias de aprendizaje para informar y capacitar a las personas jóvenes para que puedan tomar decisiones saludables, para identificar y abordar los problemas de salud que afectan al grupo, abordando la salud no solo como la ausencia de enfermedad, sino también como el bienestar físico, mental y social.	25	Medios audiovisuales	Todo el año, horario de mañana y/o tarde. Duración desde 2 horas.	
PRECIO: Gratuito					
PERSONA DE CONTACTO: Jerónimo Corrales Gómez Teléfono: 926 54 66 88 Email: alcazarsanjuan@cruzroja.es					



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y SALUD

Nº 47		CONCEJALÍA/ENTIDAD RESPONSABLE: CRUZ ROJA ESPAÑOLA			
ACTIVIDAD	DESTINATARIOS/AS	OBJETIVOS			
TALLER PRIMEROS AUXILIOS	Alumnado de infantil, primaria, ESO y Bachiller	- Capacitar y establecer una formación continuada en los conocimientos y técnicas necesarias para garantizar la aplicación de primeros auxilios, y un Soporte Vital Básico en condiciones adecuadas y de la manera más eficaz posible. - Proporcionar a las personas participantes técnicas para aplicar la RCP y OVACE. - Proporcionar a las personas participantes técnicas para el control de las hemorragias, inmovilizaciones, atender quemaduras y otras situaciones de urgencias.			
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD					
Tipo de actividad	Metodología	Nº máximo de participantes	Apoyo para la actividad	Calendario, horario y duración	
Taller	Con enfoque participativo, contextualizada y se centra en la adquisición de competencias prácticas, con análisis de riesgos local.	25	Medios audiovisuales	Todo el año, horario de mañana y/o tarde. Duración desde 2 horas.	
PRECIO: Gratuito					
PERSONA DE CONTACTO: Jerónimo Corrales Gómez Teléfono: 926 54 66 88 Email: alcazarsanjuan@cruzroja.es					