

Vieiro

Nº
[81]
DICIEMBRE 2013
GALICIA / AÑO 24

Revista de Información en Drogodependencias, Adicciones y Salud www.vieiro.org PUBLICACIÓN GRATUITA

A pesar de las dificultades,
de la falta de ayudas
económicas, de los
recortes, del oscuro
panorama, del famoso
túnel sin fondo...

“Seguiremos trabajando por una sociedad más sana”

PROGRAMA

Habilidades Sociales “Construyendo Salud”



SERVICIOS

Atención Jurídico - Social





HIERROS VARELA URBIETA

S.L.

Oxicorte, plegadora y cizalla
Chapa para cubiertas

Pol. Ind.de Bértoa H-21,22
15105 CARBALLO (A Coruña)

Telf. 981 700 700



SUMARIO

CARTA DEL DIRECTOR	04
OPINIÓN	
Situación actual del consumo	07
FAMILIA	
Familias con hijos y conductas	11
LA DIPUTACIÓN INFORMA	
Rede Xiana 2	14
CONVENIO	
Ayuntamiento de Carballo con Vieiro	16
HABILIDADES SOCIALES	
Construyendo Salud	19
ESCUELA DE MADRES	
Encuentro escuela de Madres Vieiro	22
SERVICIO JURIDICO	
Atención drogodependiente y menor	27

11

FAMILIA
Problemas de conducta



31

S. INFORMACIÓN
Orientación - asesoramiento



37

VIEIRO 3.0
Presentes en la red



40

COLABORACIÓN
Universidad y Concello



Vieiro REVISTA TRIMESTRAL GRATUITA

PRESIDENTE
José Manuel Vázquez Gómez
DIRECTOR
Xosé María Arán Rodríguez
EDITA
Asociación Vieiro D.L.C-1727/92. ISSN: 1138-3933
REDACCIÓN Y ADMINISTRACIÓN
Rúa Vázquez de Parga, 119
Bloque 4 - Bajo derecha
15100 CARBALLO (A Coruña)
Telf/Fax: 981 756 161
Apartado de correos 163 Carballo (A coruña)
e-mail: vieiro@vieiro.org
Web: www.vieiro.org
IMPRIME
Offset Color Europa S.L.
Telf: 981 700 142
CARBALLO

Vieiro está integrada en:



FEDERACIÓN
NACIONAL DE
ASOCIACIONES
DE AYUDA AL
DROGODEPENDIENTE



UNIÓN ESPAÑOLA
DE ASOCIACIONES
DE ATENCIÓN AL
DROGODEPENDIENTE

VIEIRO, no se hace responsable de la opinión de sus colaboradores en los trabajos publicados. No se permite la reproducción total o parcial del contenido de esta revista.

SERVICIO DE ORIENTACIÓN	
Orientación y asesoramiento	31
EN RED	
Vieiro 3.0	37
OCIO Y TIEMPO LIBRE	
¿Realmente me divierto?	38
COLABORACIONES	
Universidades y ayuntamientos	40
CHARLAS	
Charlas en Sofán y Sisamo	42
AYUDAS	
Actividades y ayudas 2013	45
HABLEMOS DE DROGAS	
Atención precoz a primeros consumos	47
PREMIOS	
Carballés, Bergantiñán, Galego	49
SEXUALIDAD	
Hablemos de sexualidad	53
EN EL AULA	
Habilidades socioemocionales	56
JORNADA	
Prevención adicciones	58
LIBROWEB	61
ESTADÍSTICA	62
ESTADO DE CUENTAS	65

36

PREMIOS
Carballés, Bergantiñán,
Galego



CARTA DEL DIRECTOR

aran@vieiro.org

Xosé María Arán



UN HUECO A LA ESPERANZA



“Llega el momento de que nos tengamos que reinventar, optimizar los recursos, delimitar perfectamente las funciones de cada colectivo para no malgastar esfuerzos.”

No cabe duda que el movimiento asociativo al igual que toda la sociedad, está a pasar unos momentos de dificultad extrema.

La prolongada, ya en demasía, crisis económica, está pasando factura al tejido asociativo de nuestro país, ya han sido muchas las entidades que han echado el cierre por falta de recursos y otras han tenido que prescindir de personal para poder seguir adelante, como siempre las más afectadas son las entidades pequeñas y medianas.

Está claro que no es el mejor momento, ya que las administraciones recortan en sus presupuestos cuando no los eliminan para estos fines, las empresas aliadas en estos últimos años del tercer sector, también recortan en aportaciones por subsistencia propia y la socie-

dad civil que sigue apoyando pero ante su propia situación las ayudas son menores.

Llega el momento de que tengamos que reinventarnos, optimizar los recursos, delimitar perfectamente las funciones de cada colectivo para no malgastar esfuerzos.

Pero sobre todo ponernos en valor por el trabajo que estamos realizando y como entidades sin ánimo de lucro exigir a las administraciones públicas su responsabilidad con nosotros, ya que sin nuestro trabajo gran parte de la población que atendemos tendría que recurrir a los servicios de la administración, saturándolos o en el peor de los casos, quedarían sin los servicios que ofertamos las ONGs del Tercer Sector. ■

NUEVO PEUGEOT 308

CONDUCE TUS SENSACIONES



DESDE
13.900€
PLAN PIVE INCLUIDO



Gama Nueva Peugeot 308: Consumo mixto (l/100 km): desde 5,7 hasta 5,8. Emisiones de CO₂ (g/km): desde 95 hasta 134.

El nuevo Peugeot 308 te seducirá a primera vista gracias a su silueta caracterizada por su diseño compacto y sus faros Full Led de última generación. Descubre el revolucionario puesto de conducción Peugeot i-Cockpit®: volante compacto y manejable, instrumentación elevada y una gran pantalla táctil de 9,7 pulgadas. Con el nuevo Peugeot 308 vivirás una experiencia de conducción como nunca habías imaginado: prepárate para conducir tus sensaciones.

PEUGEOT FINANCIACIÓN

PIVF recomendado en Península y Baleares de 13.900 € para un 308 SP Access 1.2 YTI 82 CV / 50kWh (impuestos, transporte, descuentos y Plan PIVE 4* incluido) para clientes particulares. No acumulable a otras ofertas. Consultar condiciones en su concesionaria. Oferta válida hasta el 30/11/2019. Modelo y equipamiento 308 Sp Access con opciones.

* Oferta sujeta al cumplimiento de dicho Plan y a que sus fondos se re-liquen a tiempo.

NUEVO PEUGEOT 308



PEUGEOT

MOTION & EMOTION

DIMOLK

CONCESIONARIO PEUGEOT EN CARBALLO
Telf: 981 70 41 40 | www.dimolk.com

RAMÓN VÁZQUEZ Y REINO CONSTRUCCIONES



Avda. de Razo, 22 Bajo – 15100 Carballo (A Coruña)

Telf. 981 75 57 88 – Fax: 981 75 55 32

E-mail: construcazquezyreino.com



José Manuel Vázquez
Presidente de Vieiro

presidente@vieiro.org

SITUACIÓN ACTUAL DEL CONSUMO DE DROGAS

“En cuanto a las drogas legales, el alcohol y el tabaco siguen siendo las sustancias de mayor consumo.”

“Debemos tener presente que España está a la cabeza de los países occidentales en consumo de drogas.”

En la actualidad, el consumo de sustancias ilegales en España es un fenómeno asociado al ocio que afecta especialmente a jóvenes que toman por diversión sustancias psicoactivas, cuyos riesgos no perciben. Cannabis, cocaína y éxtasis son por este orden las sustancias ilegales más ingeridas. Frente a este incremento, se observa un ligero descenso o estabilización del consumo de heroína, quizás debido a las muertes asociadas por el uso de este opiáceo. En cuanto a las drogas legales, el alcohol y el tabaco siguen siendo las sustancias de mayor consumo. El empleo de cannabis y cocaína se ha incrementado sobre todo en el sector más joven de la población. Dentro de la planta “cannabis” tenemos el hachís y la marihuana y, es de significar que tradicionalmente la población de jóvenes consumía preferentemente el hachís (porros), pero desde hace un tiempo a esta parte muchos jóvenes empiezan a fumar marihuana (casi de uso exclusivo en América) e incluso se arriesgan a cultivar esta planta en maderos de sus propios domicilios.

Otro dato negativo es que la juventud se encuentra inmersa en una sociedad en cambio constante, donde los patrones de consumo definen



en parte la identidad del individuo. El consumo de drogas no es diferente en este aspecto. La situación actual se caracteriza por el policonsumo de sustancias ligado a las situaciones de tiempo libre y diversión. El abuso de todas estas sustancias tiene consecuencias para la salud, tanto física como psicológica, siendo un inicio temprano en el consumo de drogas un almacén de posteriores problemas. Debemos tener presente que España está a la cabeza de los países occidentales en consumo de drogas.





■ ■ ■ Parece evidente por lo tanto que el ciclo expansivo de los consumos de drogas ilícitas no ha tocado techo. No obstante, existen algunos fenómenos que pueden poner en peligro esta tendencia en los próximos años. El primero de estos fenómenos tiene que ver con la acomodación de la sociedad española frente a las drogas, lo que está provocando que se incrementen las actitudes de aceptación más o menos tácita de su consumo, en especial entre los colectivos juveniles. La asociación de los consumos de drogas con usos y contextos recreativos, potencia entre determinados sectores sociales una imagen sesgada de su realidad que favorece la reducción de la percepción del riesgo asociada a ciertas drogas ilícitas, fenómeno ya perceptible entre los escolares españoles. De hecho, existe en nuestra sociedad un importante segmento social, mayoritariamente jóvenes, que mantiene ante las drogas una posición de aceptación fáctica de las mismas,

considerándolas como otro bien más de consumo, con capacidad para ayudar a superar ciertas dificultades o mejorar nuestra calidad de vida.

Otro dato a destacar es que a las drogas tradicionales que existían en el mercado se le están sumando otras de no menos peligrosidad, así como una serie de fármacos que se suelen conseguir de una forma bastante rara. El consumo de estas drogas tiene también una gran importancia. Muchas personas toman habitualmente sin causa justificada, tranquilizantes, antidepresivos, adelgazantes o estimulantes con los correspondientes efectos negativos de su dependencia.

Muchas personas que acaban con una fuerte adicción a las drogas no pensaban que pudiera ser así. Algunas las probaron por curiosidad, para experimentar sensaciones nuevas o para olvidarse de algún problema. Otras, porque lo hacían

sus amigos, para hacerse los valientes o para vencer la timidez. Poco a poco su consumo se fue haciendo más frecuente y, sin darse cuenta, se convirtieron en adictos.

La necesidad continua de dinero para comprarlas conduce con frecuencia al robo. Al principio suelen ser pequeños y realizados en la propia casa, pero después van aumentando, sobre todo en las drogas de tolerancia elevada.

La persona adicta a una droga, en general, no se da cuenta de ello, ni quiere reconocerlo. Por eso resulta mucho más difícil que afronte el problema. No quiere dejarse ayudar y poco a poco va perdiendo su libertad y su capacidad de decisión.

Finalmente, la droga no sólo no proporciona el bienestar deseado, sino que acaba creando nuevos problemas. ■

Concello de Cabana de Bergantiños



**D. José
Muíño Domínguez**

Alcalde-Presidente
Concello de Cabana
de Bergantiños

En los últimos años las adicciones y las drogas pasaron de ser un problema secundario a ser un problema principal entre los adolescentes y los jóvenes. Esta relación habitual, cotidiana y "normal" con las drogas muestra la tendencia al agravamiento del problema.

Por eso debemos buscar propuestas alternativas basadas en la comprensión y el respeto que eviten que la droga se convierta en nuestra compañera de viaje.

Quiero agradecer a VIEIRO la oportunidad que me ofrece para mandar un mensaje positivo a esta sociedad que se comporta cada vez de manera más individualista en la que prevalece más el éxito personal que el bien social.

Por una vida sana





GARAYSA®
MONTAJES ELECTRICOS



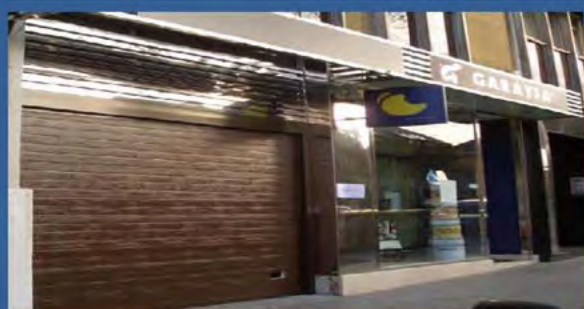
Ingeniería técnica – Proyectos
Auditorías energéticas
Electricidad alta, media y baja tensión
Automatismos
Climatización
Telecomunicaciones
Redes de voz y datos
Sonido

CENTRAL



RUA TITANIO, PARCELA D-1 POLIGONO INDUSTRIAL DE BERTOIA
15105 CARBALLO – A CORUÑA

DELEGACIONES



C/ PLA Y CANCELA, Nº37-BAJO IZDA.
15005 A CORUÑA

Oficina Comercial
Concertada de

gasNatural
fenosa



C/ ALEXANDRE BÓVEDA, 5 BAJO IZDA.
15300 BETANZOS



ATENCIÓN AL CLIENTE 902 15 22 04

Telf: **981 70 42 00** (4 líneas) Fax: **981 70 20 30**

www.garaysa.com



garaysa@garaysa.com

Programa de atención a familias con hijos/as con

PROBLEMAS DE CONDUCTA



María José Dosil
Educadora social Vieiro



En la cuestión de la educación de los hijos/as la responsabilidad principal recae sobre sus padres/madres. Eso no quiere decir que sean los únicos agentes socializadores: la escuela, los medios de comunicación, la pandilla de iguales, las modas, ejercen también una importante influencia en esa educación. Pero el papel más importante es el de los padres/madres, a menos que éstos se inhiban de cumplirlo.

“LOS PADRES/MADRES DEBEN EDUCAR A SUS HIJOS/AS DESDE MUY PEQUEÑOS. DEBEN MOSTRAR CON SU EJEMPLO LAS CONDUCTAS Y ACTITUDES QUE LOS HIJOS/AS APRENDERÁN POR OBSERVACIÓN E IMITACIÓN.”

Esta labor no está exenta de dificultades en la actualidad. Con frecuencia el padre y la madre trabajan fuera del hogar, por lo que disponen de menos tiempo para dedicar a comunicarse con sus hijos/as. Generalmente en las familias hay uno o dos hijos/as, con lo que los niños/as carecen de la oportunidad de aprender a relacionarse, respetar y compartir con sus hermanos/as.

Todas esas ausencias suelen quedar compensadas con la realización de actividades extraescolares, la contemplación de la televisión, y la disponibilidad de muchos más juegos y elementos de ocio. Además,

con frecuencia los padres/madres tratan inconscientemente de compensar la falta de tiempo que dedican a sus hijos/as con una mayor permisividad. El objetivo parece ser conseguir que los niños/as sean felices en todo momento, y para ello se procura no negarles nada, incluso anticiparse a sus menores deseos.

Sin embargo, paradójicamente, el resultado no es una mayor felicidad de los hijos/as. Las satisfacciones conseguidas a través de medios exteriores (juguetes, ropas, comodidades) proporcionan siempre una felicidad pasajera hasta que surge un nuevo deseo, un nuevo capricho a obtener.



Los padres/madres deben educar a sus hijos/as desde muy pequeños. Deben mostrar con su ejemplo las conductas y actitudes que los hijos/as aprenderán por observación e imitación. Deben dialogar con ellos, escucharles, darles explicaciones de por qué algunas cosas están bien y por qué otras no lo están. Deben darles todo lo necesario, pero escatimar lo superfluo. Deben acostumbrarles a “ganarse” ciertos privilegios o placeres especiales. Deben marcarles límites claros y coherentes para que los niños/as se acostumbren a caminar dentro de ellos. Deben mostrarles su cariño, pero también deben saber decirles “no”, para que los hijos/as no crezcan creyendo que viven en un mundo en el que todo puede hacerse y todo puede conseguirse.

Educar bien a los hijos/as no es fácil. Ni siquiera es siempre algo grato. La actitud de muchos padres/madres intentando que sus hijos/as les vean siempre como unos “maravillosos reyes magos” denota a veces ignorancia, a veces egoísmo, y siempre irresponsabilidad. La

conducta paterna de conceder a sus hijos/as todo lo que piden da como resultado unos adolescentes insatisfechos y unos adultos inmaduros.

En el clima social actual, con los cambios que se van produciendo en los últimos años, desde la Asociación Vieiro se viene observando la difícil situación que las familias están atravesando, debido a éstas y otras causas, manifestada por las crecientes dificultades de los padres/madres para ejercer de un modo adecuado su función y las distorsiones conductuales manifestadas por los niños/as y jóvenes cada vez más numerosos y de mayor gravedad.

Así, en muchas familias los problemas de conducta que muestran los hijos/as desde la primera infancia provocan frecuentes enfrentamientos con los padres/madres y, en ocasiones, una sensación de fracaso en los progenitores que puede traducirse en un abandono progresivo de la responsabilidad paterna.

Las principales características de esta distorsión conductual, vienen determinadas por una serie de situaciones caracterizadas por una falta evidente de autoridad y se ma-



nifiestan de la siguiente forma: se enfadan con relativa frecuencia llegando a encolerizarse, son habituales las rabietas de todo tipo pues pierden con facilidad la paciencia, discuten continuamente con los adultos, desafían las reglas y normas del hogar o escuela, acostumbran a provocar molestando de forma deliberada, culpan a los demás de sus propios errores, utilizan un lenguaje obsceno, suelen presentar dificultades académicas y/o fracaso escolar, etc

La experiencia demuestra que es posible “educar” a los padres/madres para modificar y mejorar sus habilidades educativas y de gestión familiar de manera que se reduzcan los factores de riesgo a los que están expuestos sus hijos/as y se incrementen los factores de protección deseables para los mismos.

En este sentido, se ha implantado un nuevo dispositivo desde la Asociación: el Programa de Atención a Familias con hijos/as con problemas de conducta, que se trata de un servicio de mediación e intervención socioeducativa familiar.





Este programa plantea como objetivo general modificar los factores de riesgo y de protección del entorno familiar para prevenir en los adolescentes esos problemas de conducta anteriormente mencionados a través de la mejora de las habilidades educativas de los padres/madres (comunicación, establecimiento de normas, supervisión de la conducta), el fortalecimiento de los vínculos familiares y la clarificación de la postura familiar.

Entre sus objetivos específicos pretende:

- Mejorar la cantidad y calidad de la comunicación familiar.
- Disminuir la frecuencia y la intensidad de los conflictos familiares.
- Mejorar la capacidad para manejar emociones negativas.
- Favorecer el establecimiento de vínculos positivos entre padres/madres e hijos/as.
- Aumentar el uso de la resolución de problemas.
- Aumentar el cumplimiento de normas sociales y familiares por parte de los hijos/as.

- Mejorar el seguimiento y la supervisión de la conducta de los hijos
- Aumentar la utilización de métodos de disciplina positiva por parte de los padres/madres.

El Programa de Atención a Familias está destinado a prestar apoyo a las familias con hijos/as que atraviesan una situación conflictiva en las relaciones padres-hijos adolescentes y en las que se detectan problemas precoces y persistentes de la conducta en un momento determinado.

La orientación a las familias se realiza a través de una intervención en el sistema familiar con la finalidad de trazar líneas más adecuadas de convivencia y comunicación que permitan solventar los obstáculos del dinamismo familiar y de la evolución de cada

uno de sus miembros. Así el tipo de intervención será fundamentalmente práctica, dinámica y participativa, procurando potenciar la implicación y colaboración de los asistentes.

El apoyo y el entrenamiento de padres/madres e hijos/as contribuirán a romper ese círculo vicioso mejorando el clima familiar y favoreciendo la función educativa y socializadora de la familia.

Este programa de intervención familiar se lleva a cabo en la sede de la Asociación Antidroga "Vieiro" sita en la C/ Vázquez de Parga, Nº 119, Bloque 4º-Bajo Derecha de Carballo. El modo de solicitar este servicio, de carácter gratuito, es acudiendo a la entidad o llamando al teléfono 981756161 para concertar una cita. ■

Terapia con Niños y adolescentes



“La infancia y la adolescencia, son épocas en la que a los hijos les surgen problemas o miedos que por sí mismos no saben resolver haciéndose necesario la ayuda y guía de un profesional



Deputación
da Coruña



Rede para a Xestión Integral,
Accesibilidade, Novas Tecnoloxías e
Adaptabilidade no mercado laboral galego



Unión Europea
Fondo Social Europeo
"El FSE invierte en tu futuro"

RedeXiana2

La Diputación de A Coruña sigue apostando por el empleo

Gracias a esta iniciativa de fomento del empleo promovida por la Diputación de A Coruña, más de 1.000 personas desempleadas de distintos ayuntamientos de la provincia lograrán mejorar su formación y su perfil profesional. Hasta el momento, cerca de 400 empresas y entidades de la provincia forman parte de esta red de trabajo. Dentro de su política de apoyo y fomento del empleo entre los sectores más desfavorecidos, la Diputación de A Coruña ha puesto en marcha la segunda edición de uno de sus proyectos más ambiciosos. RedeXiana2, con una inversión de casi 2 millones de euros y cofinanciado por el Fondo Social Europeo (80%) y la Diputación de A Coruña, nace para mejorar la situación laboral, social y económica de las personas desempleadas de los 91 ayuntamientos de la provincia, con especial atención a los entornos más rurales. Una de las novedades de esta edición es que todas las sesiones formativas que se impartirán en el marco del plan cuentan ya con la homologación necesaria de la Consellería de Traballo e Benestar, lo que supone, a niveles prácticos, que las personas que participen en RedeXiana2 obtendrán un certificado con validez en todo el territorio nacional.

El proyecto, que arrancó hace unas semanas en Ames, pone especial énfasis en la mejora de la capacitación como base para incrementar las oportunidades profesionales de las personas participantes, facilita su acceso a una formación de calidad, acredita sus competencias profesionales y mejora su empleabilidad, es decir, el potencial que tiene una persona de ser solicitado por una empresa para trabajar en ella.

Mediante un asesoramiento personalizado, el trabajo desarrollado por los técnicos de RedeXiana2 está

orientado a dar respuesta a las nuevas ocupaciones de sectores emergentes a nivel local, a la vez que se centra también en adecuar el perfil profesional de las personas demandantes de empleo a las necesidades actuales del mercado laboral y a los lugares concretos en donde se imparten las sesiones.

En este sentido, los contenidos definidos en el proyecto Redexiana2 son los relacionados con los sectores de energías renovables, agricultura, transporte y logística, industria y maquinaria, atención a personas dependientes y emprendeduría.

Todos los beneficiarios del plan tendrán acceso, además, a una posterior formación específica teórico-práctica encaminada a mejorar sus competencias tanto en el ámbito meramente empresarial como en la prevención de riesgos laborales, la manipulación de alimentos, el cuidado del medio ambiente en la entorno agrícola o la conducción económica y eficiente.

Pero lo que realmente hace a RedeXiana2 más atractivo y eficaz frente a otros proyectos similares es que, cuenta, según explican los técnicos encargados de su de-

sarrollo, “con un valor añadido importantísimo que radica en la realización de prácticas profesionales en entidades y empresas”. El buen entendimiento y coordinación entre empresas de la provincia, ayuntamientos y, por supuesto, la Diputación de A Coruña, tiene como resultado que, muchas de las personas que realizan dichas prácticas sean, finalmente, contratadas. Hasta el momento, ya son 400 las empresas o entidades que se han sumado a este proyecto.

“Este esfuerzo conjunto entre sector público y privado supone un mejor aprovechamiento de todos los recursos disponibles a favor de la construcción de empleo en la provincia y por la mejora de la calidad de vida de la población de A Coruña”, aseguran desde la Diputación.

Para obtener más información, las personas interesadas pueden consultar la página web del proyecto www.redexiana2.eu o enviar un correo electrónico a redexiana2@dicoruna.es

Rede xiana2 “Rede para a Xestión Integral, Accesibilidade, Novas tecnoloxías e Adaptabilidade no mercado laboral galego”. ■



Curso de electricidad en Ames



Curso de electricidad en Ames



Curso de agricultura en Boimorto

EL AYUNTAMIENTO DE CARBALLO FIRMA UN CONVENIO DE COLABORACIÓN CON LA ASOCIACIÓN VIEIRO



Rebeca Amoreira
Redactora de Vieiro

El pasado cinco de diciembre, el Alcalde de Carballo, Evencio Ferrero, viene de firmar en la Casa del Ayuntamiento un convenio de colaboración con el Presidente de la Asociación Antidroga Vieiro, José Manuel Vázquez Gómez, tras suscribir este acuerdo que tiene por objeto la realización de programas de prevención en drogodependencias, adicciones y atención de la protección de la salud.



El Alcalde de Carballo, D. Evencio Ferreira (izda.) y el Presidente de Vieiro, D. José Manuel Vázquez, durante la firma del convenio.



Esto incluye llevar a cabo la planificación, establecimiento de criterios, guías, programas y procedimientos establecidos en los programas de trastornos aditivos en Galicia.

Asimismo, a través de las ayudas establecidas en el convenio, Vieiro emprenderá acciones de prevención, información y educación para la salud y en materia de adicciones en el ámbito de actuación del Ayuntamiento de Carballo, además de realizar las prestaciones socio sanitarias que correspondan en coordinación con las Concejalías de Sanidad y de Bienestar del Ayuntamiento de Carballo y habida cuenta con la Unidad Asistencial de Drogodependencias (UAD).

Estas acciones respetarán los criterios de universalidad, anonimato, voluntariedad, equidad y gratuidad para los beneficiarios o beneficiarias.

La aportación municipal, que también contribuirá al mantenimiento de los gastos corrientes de la sede de la Asociación Vieiro, de titularidad municipal, asciende a 6.000 euros de los presupuestos generales del Ayuntamiento de 2013. ■



**D. Evencio
Ferrero Rodríguez**

Alcalde-Presidente
Concello de Carballo

Me siento orgulloso de haber colaborado desde vuestros primeros pasos. Con entidades como VIEIRO, que con generoso esfuerzo y voluntarismo, tanto habéis aportado a que se convierta en transitable ese camino angosto que es el mundo de las drogas que fue formando en la vida de alguna gente nueva.

El camino tenemos todos la responsabilidad de allanarlo y contad siempre con el apoyo del ayuntamiento.

Que sirvan pues estas primeras letras para agradeceros el trabajo desarrollado hasta ahora y por darme la oportunidad de procurar animar al conjunto de la sociedad carballesa a que den el paso a la participación y colaboración con todo tipo de entidades que, como la vuestra, están desarrollando un papel fundamental en la conservación de un Carballo más humano, solidario y referente inequívoco en el compromiso social.

Por una vida sana





Pol. Ind. de Bértoa, vial E - parcelas C2-C3-C4 • 15105 CARBALLO - A CORUÑA
Telfs. 902 130 131 - (+34) 981 704 112 • Fax: 981 701 449 • correo@placasa.com

**FABRICA DE BOLSAS Y SACOS IMPRESOS
POLIETILENO RETRACTIL - SIMIL PAPEL PARA USO ALIMENTARIO**



Fina Rey
Vicepresidenta
de Vieiro

Programa de habilidades sociales

“CONSTRUYENDO SALUD”

Al inicio de la adolescencia se producen cambios significativos profundos que transforman el modo de pensar del adolescente y la visión que éste tiene del mundo. También en esta etapa se dan importantes cambios en lo que se refiere a la influencia relativa de los compañeros/as y los padres/madres. A medida que los individuos se aproximan a la adolescencia, tiene lugar un descenso progresivo de la influencia de las familias y un incremento de los iguales y otros agentes de socialización.

Estos cambios evolutivos incrementan en el adolescente el riesgo de ceder ante las presiones directas o indirectas de sus iguales sobre las conductas que son apropiadas y valoradas por el grupo, como es el caso del consumo de drogas u otras actividades antisociales. Debido a tales circunstancias:

El día 7 de Octubre LA ASOCIACION VIEIRO, dentro del PROGRAMA DE PREVENCIÓN ESCOLAR inició por 9º año consecutivo en los C.E.I.P.S de Carballo: **A CRISTINA, SAN LUIS**

ROMERO, FOGAR, BERGANTIÑOS, GANDARA-SOFAN, CANOSA-RUS, NETOMA-RAZO Y COLEGIO ARTAI el programa **HABILIDADES SOCIALES (Construyendo Salud)** y destinado a 480 alumnos entre 10 y 12 años que cursan estudios en 5º y 6º de EDUCACIÓN PRIMARIA, siendo las clases de una periodicidad semanal y una duración aproximada de 3 meses.

Las sesiones son impartidas por psicólogas de la Asociación Anti-droga Vieiro Doña Africa Alberti de Mas, Doña Carmen Barreiro Couto y Doña Carmen Lamas Gesto.

El programa dirigido a alumnos/as de los citados centros y se plantea como objetivo principal el desarrollo de **Habilidades Sociales de Vida** donde se trabaja a través de talleres: **la autoestima, resistencia a la presión de grupo, como afrontar la ira y la ansiedad, como enfrentarse a los problemas de forma no agresiva, manejar situaciones sociales, tomar decisiones positivas, decir no al tabaco y al alcohol**, destacando así mismo las siguientes sesiones:

SESIÓN	5º E.P.	6º E.P.
1ª	PRE-TEST	PRE-TEST
2ª	AUTOESTIMA	AUTOESTIMA
3ª	CONTROL EMOCIONAL	CONTROL EMOCIONAL
4ª	COMUNICACIÓN	ASERTIVIDAD
5ª	ASERTIVIDAD	PRESIÓN DE GRUPO
6ª	PRESIÓN DE GRUPO	TOMA DE DECISIONES
7ª	TABACO	TABACO
8ª	ALCOHOL	ALCOHOL
9ª	POST-TEST	POST-TEST

La Asociación Antidroga Vieiro, pretende con el presente programa fijarse unos objetivos que redunden en beneficio de los jóvenes, su familia y su entorno, en consecuencia queremos que Construyendo Salud persiga las siguientes metas.

¿Cuáles son los objetivos que persigue el programa?

- Enseñar a los alumnos/as qué es verdadero o falso en lo referente al consumo de tabaco, haciendo hincapié en los efectos fisiológicos inmediatos.
- Dar a los alumnos/as información necesaria sobre el alcohol para hacer frente a mitos y falsas concepciones muy extendidas.



- Que los alumnos/as aprendan que es la autoimagen, cómo se forma, cómo se relaciona con la conducta y cómo puede ser mejorada.

- Enseñar en que consiste la ansiedad y la ira, qué situaciones suelen desencadenar estas emociones, tratar sus componentes, y las técnicas a emplear para manejarlas.

- Enseñar a los alumnos/as como ser mas asertivos y la resistencia a la presión grupal.

Esperamos que con este esfuerzo nuestros jóvenes puedan desenvolverse en sus medios con pleno conocimiento de lo que acontece a su alrededor. ■



* C.E.I.P. Bergantiños - Carballo



* C.E.I.P. San Luis Romero - Carballo



* C.E.I.P. Fogar - Carballo



* C.E.I.P. Gandara - Sofán



* C.E.I.P. Canosa - Rús



* C.E.I.P. Nétoma - Razo



* C.E.I.P. A Cristina - Carballo



* C.E.I.P. Artai - Carballo



Rosa Balsa
Silveira
Diario de
Bergantiños

ENCUENTRO DE LA ESCUELA DE MADRES DE VIEIRO



Las integrantes de la escuela de madres de la Asociación Antidroga de Vieiro, del municipio de Carballo, celebraron una cena de confraternidad en el restaurante bodegón O Pescador de la capital de Bergantiños. Las asistentes disfrutaron de una animada velada en la que compartieron los mejores momentos y anécdotas vividas a lo largo de este curso y hablaron de los proyectos para el próximo y también para las vacaciones estivales.



Laura, Mariluz, Alfonsina y Monica



Ana, Manola e Isa



María Jesús y Encarna



Chelo y Maya



Lara, Sandrusca y Ana





Ana, Begoña y Nieves



Bea y Patricia



Isabel y Bea



Celeste, María Jesús y Pilar

CARNICERIA **Daniel** *Alimentación Selecta*



Gourmet

Viva una experiencia diferente.
Déjese tentar por las más deliciosas,
tablas de embutidos Gourmet.

Disfruta de las ventajas de nuestra
Tarjeta de cliente:



C/. Barcelona, 6-8 - CARBALLO
Telfs. 981 756 456 - 881 090 835
carniceriadaniel@gmail.com



ASESORIA  *ERVANTES*



**FISCAL
LABORAL
MERCANTIL**

Rúa Gran Vía, 23-25, 1º • Telf.: 981 70 27 55 • Fax: 981 70 26 85 • 15100 CARBALLO



Mª del Pilar
Mata
Secretaria
Vieiro

Asesoría
Jurídica

PROGRAMA DE ATENCIÓN JURÍDICO-SOCIAL

Al drogodependiente y al menor

El programa que está llevando a cabo la ASOCIACION ANTIDROGA VIEIRO de AYUDA JURIDICA que durante varios años está desarrollando en favor del toxicómano, familias y menores, poco o nada solemos hablar de él a pesar de su eficacia y ayuda importante para aquél que lo utiliza. Por ello, se debe destacar que salvo otros programas como es el de "HABILIDADES SOCIALES" que se imparte en los Colegios de Primaria e Institutos de Carballo, así como las "ESCUELAS DE PADRES", realizadas en todo el municipio de Carballo y la "INFORMACION-FORMACION" padres de familia y a jóvenes, le puede superar en contenidos, calidad y atención esmerada al usuario, aún cuando se trate de programas totalmente opuestos y distintos.

Nace este servicio por iniciativa de la Xunta de Galicia- PLAN DE GALICIA SOBRE DROGAS, la cual destina para cubrir la demanda de toda Galicia a 8 Asociaciones y Unidades de Drogodependencia entre las cuales se encuentra VIEIRO a la que le asignan el servicio de atención al afectado desde Laracha a Fisterra. Está cofinanciado por la Subdirección Xeral de Planificación e Programación Asistencial da Dirección Xeral de Asistencia Sanitaria do Servizo Galego de Saude.

Este servicio atiende a los usuarios de lunes a viernes en horarios de 10 a 13,30 y de 17,30 a 19 siendo sus intervenciones en los siguientes temas: Asistencia en Comisarías – Apoyo en Prisiones – Defensa Jurídica en Juzgados – Asistencia ante las distintas Administraciones – Apoyo en procesos Administrativos – Orientación en Divorcios, Orientación en Custodia de los Hijos, etc.

OBJETIVOS: Dotar a este programa de unos cauces de asistencia

orientativa que permita garantizar al drogodependiente una justa defensa de sus intereses ante las eventualidades que se producen a lo largo de la drogadicción, bien sea frente a la administración de justicia o ante cualquier administración pública.

Velar por la gestión eficaz para preservar los derechos de las personas que deciden acogerse a este servicio para poder resolver de mejor forma sus problemas.



NÚMERO DE INTERVENCIONES

Actividades realizadas en los procedimientos:

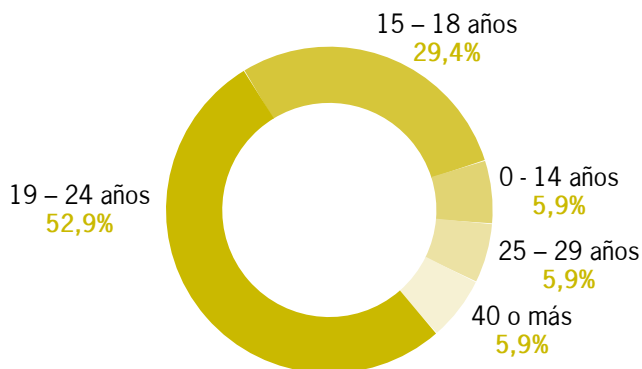
Entrevistas con usuarios o familiares	78
Contactos con abogados	83
Redacción de escritos jurídicos- recursos	26
Emisión de informes sociales	2
Gestiones en Juzgados	10
Gestiones en Centros Penitenciarios	1
Gestiones en diversos Organismos Públicos	7
Solicitud suspensión sanción administrativa	9

El número de usuarios que utilizaron este servicio durante el año 2013 fueron de 96 personas desglosados en las siguientes causas:

Demanda por procedimientos penales	65
Demanda por procedimientos civiles	3
Demanda por procedimientos administrativos	25
Demanda por procedimientos laborales	1
Demanda por procedimientos de familia	2

PERFIL DEL USUARIO

Edad inicio consumo de drogas:



Hombres: 88,2% **Mujeres:** 11,8%

Estado civil: Soltero 76,5%, Casado 11,8%, Separado 11,8%

Nivel de Estudios: E. Primaria incompleta 29,4%, E. Primaria completa 29,4%, Enseñanza Secundaria 1ª Etapa 35,8%, Enseñanza Secundaria 2ª Etapa 5,9%

Fuente principal de ingresos: Actividad laboral 23,5%, Prestaciones sociales 29,4%, Prestaciones desempleo 11,8%, Otros 29,4%, Desconocido 5,9%

Situación laboral: Contrato indefinido 5,9%, Contrato temporal 5,9%, Parado sin trabajo anterior 5,9%, Parado con trabajo anterior 47,1%, Incapacitado permanente 23,5% Otros 11,8% :: **No continúan estudiando:** 100 %

Convivencia: Solo 23,5%, Solo con hijos 5,7%, Con los padres 47,1%, Con la pareja 5,9%, Con pareja e hijos 17,6%, Otros 5,9% :: **Lugar de residencia:** En casas 100%

Droga principal de consumo: Heroína 35,3%, Cocaína 29,4%, Cánnabis 23,5%, Alcohol 11,8%

Clase de droga de inicio de consumo: Tabaco, Alcohol, Hachís

Vía de administración: Oral 11,8%, Fumada 23,5%, Inhalada 29,4%, Esnifada 29,4%, Inyectada 5,9%

ESTADÍSTICA SOBRE INFORMACION, ORIENTACION
Y SERVICIO JURIDICO 2013

ATENCIÓN PERSONAL		ATENCIÓN TELEFÓNICA	
HOMBRE	132	HOMBRE	20
MUJER	83	MUJER	41
JOVEN	14	JOVEN	0
TOTAL	229	TOTAL	61

TOTAL ATENCIÓN PERSONAL + TELEFÓNICA 290

PARENTESCO							
	ATENCIÓN PERSONAL			ATENCIÓN TELEFÓNICA			TOTAL
	HOMBRE	MUJER	JOVEN	HOMBRE	MUJER	JOVEN	
INTERESADOS	119	30	12	13	3		177
HERMANOS	1	1					2
PADRES	8	32			17		57
POLICÍAS		1					1
CUÑADOS							0
AMIGOS	1	2					3
ESPOSAS	3	14		1	5		23
PAREJAS							0
TÍOS/AS					1		1
HIJOS		2	2	3			7
ABOGADOS		1		2	8		11
TRAB. SOCIAL				1	7		8
TOTAL PARENTESCO							290

INFORMACIÓN	ATENCIÓN PERSONAL			ATENCIÓN TELEFÓNICA			TOTAL
	HOMBRE	MUJER	JOVEN	HOMBRE	MUJER	JOVEN	
DROGAS	4	9	3	1	2		19
ALCOHOL	4	1			5		10
CENTROS	15	9	2	3	3		32
DEMANDAS JURÍDICAS	91	42	2	14	28		177
DELEGACIÓN GOBIERNO	7	1	3	1			12
HACIENDA	3				2		5
INFO. MENORES		7	4				11
TRÁFICO	3	3					6
OTROS ORGAN.	6	4		1	1		12
SEG. SOCIAL	1	5					6
TOTAL DEMANDAS							290

OTRAS VISITAS

Gestiones Juzgados	12
Rec. Deleg. Gobierno	6
Seguridad Social	5
Justicia Gratuita	5
Alternativa Prisión	2
Hacienda	5
TOTAL	26

OTRAS LLAMADAS

Gestión Abogados	75
Escritos Varios Adm.	11
Asist. Not. Judicial	19
Gestión Varios Org.	28
Gestión en Prisión	2
Solicitud Indulto	3
TOTAL	242

Destacar finalmente que el PROGRAMA JURIDICO-SOCIAL ha sido distinguido por el organismo de la Unión Europea “European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction” (EDDRA) con el certificado de que el proyecto participante reúne exitosamente los criterios de calidad de EDDRA. ■



European Monitoring Centre
for Drugs and Drug Addiction

EDDRA

The ‘Exchange on drug demand reduction action’ (EDDRA) is a multilingual online information system and data-collection tool on best practice in responding to drug use in the European Union. Set up by the European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA) in 1996, EDDRA provides details on a wide range of evaluated prevention, treatment and harm-reduction programmes in the EU, while promoting the exchange of professional expertise and hands-on experience. EDDRA is designed to help professionals and policy-makers plan and implement high-quality interventions in response to drugs.

The EMCDDA has the honour to certify that the following participating project successfully meets EDDRA quality criteria:
El OEDT tiene el honor de certificar que el siguiente proyecto participante reúne exitosamente los criterios de calidad de EDDRA:

Programa de atención jurídico-social al drogodependiente menor y adulto (PAJS)
http://eddra/pls/eddra/showQuest?Prog_ID=5104 – <http://www.sergas.es>

Wolfgang Götz
Director, EMCDDA

EDDRA online – <http://www.emcdda.eu.int/Tinmodeid=1580>





Erica Castro
Redactora de
Vieiro

SERVICIO DE INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y ASESORAMIENTO

La familia evoluciona dependiendo del momento histórico, cultural y social que le toca vivir y representa la primera realidad que el ser humano conoce y la primera que transmite valores, normas, actitudes y comportamientos que inciden directamente en la salud y en los hábitos de vida.

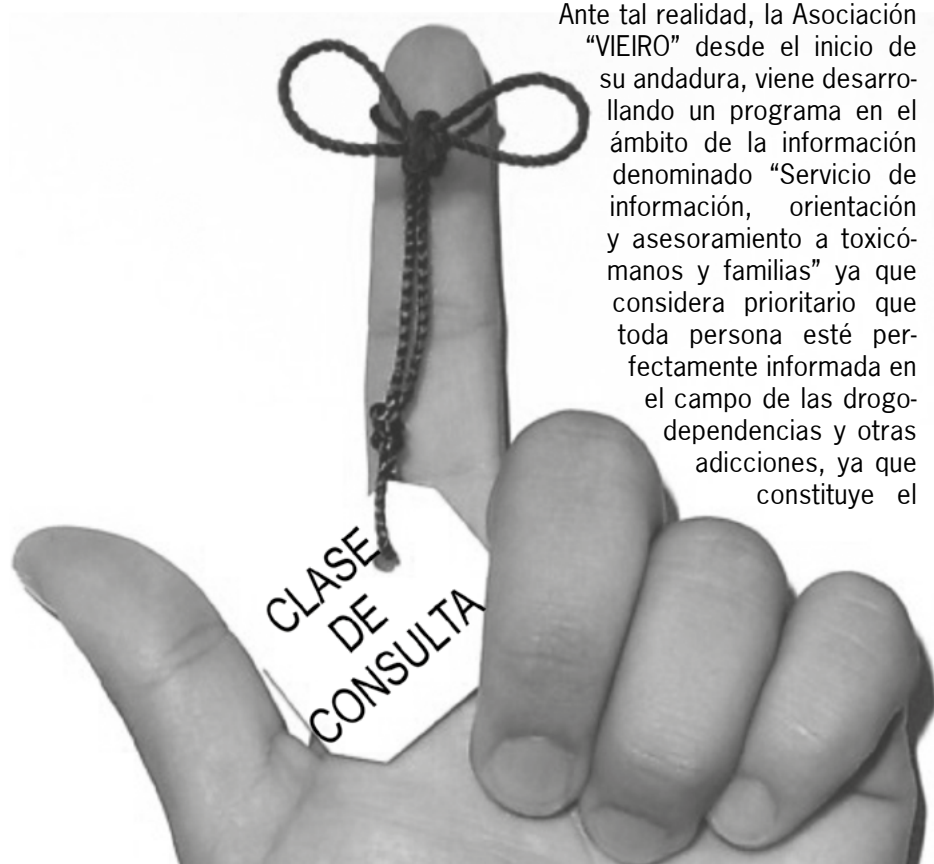
En determinadas ocasiones las relaciones familiares se ven afectadas por acontecimientos que pueden llegar a provocar angustia y sufrimiento, como puede ser la aparición del consumo de diversas sustancias.

Ante tal realidad, la Asociación "VIEIRO" desde el inicio de su andadura, viene desarrollando un programa en el ámbito de la información denominado "Servicio de información, orientación y asesoramiento a toxicómanos y familias" ya que considera prioritario que toda persona esté perfectamente informada en el campo de las drogodependencias y otras adicciones, ya que constituye el

paso previo para la consecución de una población formada y conocedora de los riesgos que entrañan el consumo de sustancias, a la vez que permite articular un discurso social homogéneo con el objeto de que tanto las familias como los afectados tengan un guión para poder resolver sus problemas en este ámbito.

Este servicio nace ante la necesidad de sensibilizar, orientar e informar a la población sobre las sustancias y conductas que puedan generar dependencia, de los efectos y las consecuencias derivadas del uso o abuso de drogas y de otros trastornos adictivos, así como recursos de rehabilitación de drogodependencias para toxicómanos ayudando a las familias que tienen dudas o problemas con las drogas.

Está dirigido a todas aquellas personas que soliciten información sobre drogas u otras adicciones tanto de modo presencial, telefónico o a



través de correo electrónico. Así, se atienden las demandas de modo concreto, anónimo y personalizado que realicen:

- Cualquier ciudadano que tenga alguna duda sobre drogas y adicciones.
- Consumidores de sustancias o que presenten cualquier problema de adicción, así como personas cercanas a ellos (familia, amigos...)
- Profesionales e instituciones públicas o privadas interesadas en esta área de conocimiento.
- Familias con adolescentes que se encuentren preocupadas por los consumos de drogas de sus hijos/as: se realiza una valoración de la situación para asesorar a la familia sobre cómo afrontarla o, en caso de que sea necesario, derivarla hacia el centro oportuno.

En las intervenciones se presta atención de forma individual y se tratan cuestiones sobre:

- El malestar y la angustia personal de los miembros de la familia generados por un problema de consumo de drogas.
- Información puntual sobre cualquier consumo de drogas así como posibles efectos que producen.
- Asesoramiento a familiares y amigos de consumidores, así como el modo de actuación ante esta situación.
- Identificación desde la familia de posibles conductas de riesgo.
- Entrevistas con padres y afectados para analizar de modo personalizado el caso y buscarle la solución más adecuada.
- Cualquier duda, sugerencia, aclaración e información sobre el

mundo de las drogodependencias y otras adicciones.

Ante estas cuestiones la Asociación Vieiro ofrece:

- Información veraz, confidencial, gratuita y anónima ante las consultas.
- Información sobre los recursos existentes para la rehabilitación de los drogodependientes.
- Información a las familias sobre pautas de actuación ante un hijo toxicómano o ante sospechas de inicios de consumos.
- Información ante problemas o conductas relacionadas con consumos de drogas y sus riesgos para la salud.
- Derivación a los usuarios afectados por problemas relacionados con el consumo de drogas a recursos especializados. ■



Si te surgen dudas sobre cómo proceder en el terreno de las adicciones, o quieres realizar cualquier consulta puedes ponerte en contacto con nosotros a través de cualquiera de las siguientes vías:

En nuestra asociación:

C/ Vázquez de Parga, 119,
Bloque 4º - Bajo Derecha de
Carballo

Llamando al teléfono: **981
756 161**

Por correo electrónico:
vieiro@vieiro.org



**D. Antonio
Pensado Plágaro**

Alcalde-Presidente
Concello de Coristanco

Desde las administraciones, los gobernantes, tenemos la obligación de proporcionar a los ciudadanos los medios y también llevar a buen puerto todas las iniciativas para alcanzar un mejor bienestar sanitario de nuestros ciudadanos. No cabe duda de que hay que evitar todas aquellas actividades que sean nocivas para la salud, en el caso de las drogas tenemos que rechazarlas de plano, aunque tengamos legalizadas algunas de ellas. Debemos diferenciar entre la moderación y el abuso indiscriminado. Ni que decir tiene que sobre las drogas ilegales como las legales, están haciendo tanto daño física y mentalmente al individuo; pero no podemos olvidar a todas las personas que también sufren a su alrededor: familiares, amigos... ellos también padecen involuntariamente el mal de las drogas. Entre todos tenemos que conseguir que la lacra de las drogas desaparezca de nuestros pueblos y a aquellas personas que se enriquezcan con ellas rechazarlas.

Es tarea de todos luchar por un mundo mejor, lleno de salud y libertad.

Por una vida sana



www.concellocoristanco.es



- endodoncia
- implantes
- odontopediatría
- estética dental
- periodoncia
- prótesis
- ortodoncia
- cirugía

fácil aparcamiento



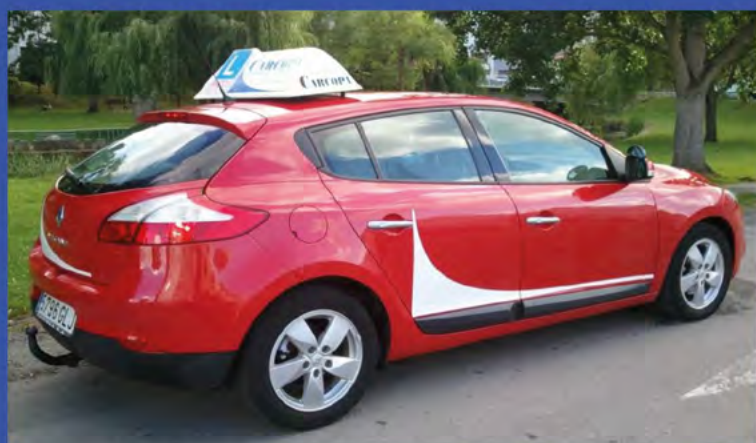
MEJORANDO PARA TI:
INVISALING "Ortodoncia Invisible"
SEDACION CONSCIENTE
(ir al dentista ya no te dolerá)

981 75 65 11

CARCOPA

CENTRO DE FORMACIÓN DEL TRANSPORTE

- Cursos CAP
- Cursos ADR
- Cursos subvencionados



- Todos los permisos
- Cursos de moto
- Cursos Bienestar Animal

Recuperación de puntos

(Centro asociado a Centro Formación Vial Anllons)



CARBALLO

C/ IGLESIA, 32-2º

981 70 10 12 – info@carcopa.com

www.carcopa.com

ARTEIXO

AVDA FINISTERRE, 169-1ºD

981 600 806

arteixo@carcopa.com



RE 100
GALICIA, S.L.

Prezo, Calidade e Variedade • Moitas cousas a 0,60 euros

TODO
O MELLOR PARA O SEU LAR
www.todolar.com **LAR**

Decoración • Regalos • Limpeza • Menaxe • Cociña

**A Coruña - Arteixo - Bembibre - Carballo - Cee
Fisterra - Noia - Ponteceso - Sta. Comba - Vimianzo**

Almacén Maiorista: Rúa do bosque, 16 • 15100 CARBALLO (A Coruña) • Telf.: 981 757 605
e-mail: admin@todolar.com • www.todolar.com • Telf. Atención ao cliente: 902 075 295



Manuel L.
Pan
Gerente de
Abertal

VIEIRO 3.0

PRESENTES
EN LA RED



La Asociación Vieiro continúa un año más siendo referente en internet en su lucha contra la drogadicción, adicciones y salud. La asociación cuenta con una gran comunidad de usuarios que acuden regularmente a su portal web en busca de información y documentación de calidad sobre una gran variedad de temas en torno a la misión y ámbito de actuación de la entidad. Esto ha sido logrado gracias al esfuerzo y dedicación de los miembros de la Asociación, manteniendo este espacio en la red diariamente actualizado.

El número de visitas registradas en el portal web aumenta cada año. Durante este último ejercicio, la web ha recibido un promedio de casi 18.000 visitas mensuales, que han visualizado unas 2,5 millones de páginas, suponiendo este dato un 19,5% más que el año anterior. Esto supone que, como promedio, el usuario navega por 12 páginas del portal web en cada visita, lo que es un buen indicativo del interés que suscitan los contenidos publicados en la comunidad virtual de la Asociación.

La combinación de este gran trabajo de publicación, combinado con una buena labor técnica, permiten

a la web ser referencia también en los resultados que los principales buscadores generan para consultas relacionadas con el ámbito de actuación de la Asociación, como “asociación antidroga”, término por el cual el portal web es el primer resultado de Google.

A esto tenemos que añadir la presencia en redes sociales como facebook donde en estos momentos hay más de 900 amigos a donde se le mandan diariamente las noticias diarias del portal web de vieiro, así como de otras actividades que realizan, también se hace lo mismo con otras redes sociales como Tuenti, Google+, Twitter, entre otras. ■





Belén Álvarez
Psicóloga
Vieiro

ocio y tiempo libre ¿REALMENTE, ME DIVIERTO?

Cuando hablamos de ocio y tiempo libre es necesario diferenciar ambos conceptos. El tiempo libre es el tiempo disponible que no utilizamos para trabajar, estudiar, comer o dormir. Ese período podemos utilizarlo adecuadamente o malgastarlo. En el caso de que lo usemos de forma creativa tratando de generar un enriquecimiento personal estaríamos hablando de ocio.

Todas las personas necesitamos de ese equilibrio personal y enriquecimiento de nuestra experiencia para desarrollarnos de un modo íntegro y favorecer el experimentar nuestra vida como plena.

Conociendo la relevancia de que los niños se desarrollen de forma equilibrada, sería lógico pensar que la distribución correcta de su tiempo libre será igual de importante que la de un adulto. No por ello, nos referimos a la cantidad de actividades de ocio sino a la calidad de las mismas, para lo que será fundamental que el niño realice actividades que le gusten.

Esto tropieza con el afán bien intencionado que los familiares ponemos en la elección de las actividades de ocio de los niños con diversos fines: que sea el mejor, un experto en todo lo que haga, un ejemplo de mis frustraciones y de lo que no pude hacer en mi infancia, de mis gustos y aficiones actuales...

Es ya una norma establecida en la actualidad, el hecho de que muchos niños tengan horario de adultos, sin tiempo para jugar de forma libre en un parque, leer o incluso hacer las tareas escolares. Esta situación está en manos de todos cambiarla o mejorarla y a ello vamos.



De esta forma, habría que determinar los pasos a seguir en la elección de las actividades de ocio de l@s niñ@s:

1.- La elección de las actividades extraescolares o de ocio estará a cargo de l@s niñ@s. Los adultos podremos ofrecer nuestra ayuda para aumentar la información acerca de la variedad de actividades que en nuestros núcleos de población se desarrollen. Esto favorecerá la tan ansiada

autonomía y responsabilidad que los padres y madres deseamos que tengan l@s hij@s.

2.- Será necesario informar al niñ@ que ha de buscar aquellas actividades que más le gusten, sin importar nuestras preferencias de adultos ni las de sus amig@s. Así conseguimos que el niñ@ reflexione sobre sí mismo y se conozca mejor. Algun@s niñ@s en este proceso tienen dificultades para escoger y tomar una

decisión, así que podemos ayudarles a explorar sus gustos o acudir uno o dos días de prueba a una actividad para saber si es de su agrado.

3.- Una vez el niño haya tomado la decisión, ahí es cuando entramos los padres y madres para valorar si es un opción viable en cuanto a horarios, coste, lugar,... En caso de que no fuera así, se le explicará al niño el motivo por el cual no puede acudir a esa actividad y escogerá otra.

También será decisión de los padres y madres la cantidad de actividades que el niñ@ elija, teniendo en cuenta su evolución escolar, el tiempo disponible,... De nada sirve que el niñ@ vaya a muchas actividades si está corriendo de un lado para otro sin descanso en todo el día, tiene que hacer las tareas escolares por la noche (está cansado, su rendimiento no es el deseado y tarda más tiempo en terminar, con lo que se acuesta más tarde y a la mañana siguiente estará agotado, perjudicando su evolución académica), carece de tiempo para que hablemos tranquilamente, jugar de forma libre en un parque o leer (preciosa actividad por cierto).

No hay peor situación que aquella en la que un/a niñ@ va a una actividad que le desagrade, pues no fomentará su crecimiento personal sino que aumentará su frustración, reduciendo en consecuencia su sentimiento de valía personal.

De ahí la importancia de que el poco tiempo libre del que disponen nuestr@s hij@s les haga ser más felices, que en definitiva es lo que todos los padres y madres deseamos para ell@s. ■





Rebeca
Amoeira
Redactora de
Vieiro

Colaboración con **UNIVERSIDADES Y AYUNTAMIENTOS**



En la ASOCIACIÓN ANTIDROGA VIEIRO han realizado las prácticas las alumnas de la UNIVERSIDAD DE A CORUÑA- pertenecientes a la Facultad de Ciencias de la Educación.



Doña **Miriam Romero Traba** de Carballo.
Duración 350 horas



Doña **Tamara Remuiñán Caamaño** de Laracha.
Duración 125 horas



Doña **Irene Varela García** de Ponteceso.
Duración 125 horas

El motivo de estas prácticas son la incorporación entre las materias troncales varias prácticas que los estudiantes deben llevar a cabo en instituciones educativas fuera de la Universidad, con el fin de irse familiarizando con la tareas que previsiblemente, tendrán que desempeñar en el futuro cuando lleguen al mercado laboral como profesionales de la educación. En este contexto, se entiende que el Practicum como un conjunto articulado de prácticas

que tratan de poner a los alumn@s en contacto con los distintos escenarios de la realidad educativa.

Las referidas prácticas consistieron en ver como se desarrolla la planificación de las actividades llevadas a cabo, así como los distintos programas realizados en varios ámbitos de la prevención. Igualmente han participado en la resolución de las distintas consultas que los usuarios o familiares nos solicitaron; además

vieron como se resolvían los problemas que demandaban en temas administrativos, gubernamentales o judiciales. Finalmente asistieron a las clases que nuestras psicólogas han realizado con el programa de **Habilidades Sociales y Construyendo Salud**, en los colegios de Primaria e Institutos de Secundaria, para ver la forma de impartir los programas en el aula.



CONVENIO DE COLABORACION CON LA UNIVERSIDAD DE SANTIAGO



De la Facultad de Ciencias de la Educación se desplazó a la Asociación Vieiro la alumna de dicha universidad **Doña Lara Villar Núñez** de Coristanco para realizar el Practicum I de Psicopedagogía relativo al curso 2012-2013 con una duración de 50 horas con el fin de incorporar al plan de estudios el irse familiarizando con las tareas que previsiblemente tendrá que desempeñar en un futuro cuando concurra al mercado laboral.

Su adiestramiento fue el de la observación y participación en las

actividades de la Asociación, como planificación de programas, forma de llevarlos a cabo, prioridades de los mismos, resolución de problemas comentados por los usuarios, forma de resolverlos y sobre todo el ver el interés demostrado a los interesados para poder resolver su caso.

Especial atención se le prestó a los programas del ámbito educativo, así como la ayuda jurídica al toxicómano.



CONVENIO DE COLABORACION CON EL CONCELLO DE CAMBRE (A CORUÑA)



Para cumplir con el convenio de Formación Profesional llevado a cabo con este ente municipal, hemos recibido para hacer sus prácticas en esta Asociación a la alumna **Doña Águeda María Calviño Rama** de Carballo relativas al curso llevado a cabo en el Centro Municipal de Formación del Concello de Cambre correspondiente a la formación de Dinamización Comunitaria.

El objeto de las prácticas es recabar una mejor formación adaptada a las condiciones reales del puesto de trabajo llevadas a cabo desde el 17 de Octubre a 7 de Noviembre de 2013

Las mismas, consistieron en la observación y participación de las actividades desarrolladas por Vieiro, modo de iniciar un proyecto y como se pone en marcha el mismo. Presencia en las demandas de información-orientación y soluciones que se le daban a los usuarios solicitantes. Información presencial del Servicio Jurídico a toxicómanos, observación en clases de Habilidades en Colegios de E.P. y demás actividades surgidas a lo largo de su presencia en nuestra Asociación



Antón Louza
Redactor de
Vieiro

VIEIRO IMPARTE DOS CHARLAS EN SOFÁN Y SISAMO



Una charla sobre salud abre la Semana Cultural de la UDP de Sofán

La Unión Democrática de Pensionistas (UDP) de Sofán realizó una de sus citas anuales más relevantes: La Semana Cultural.

El Director de Comunicación de Vieiro, Xosé Mª Arán, se desplazó el pasado 20 de abril a la parroquia carballesa de sofán, para dar una charla sobre salud en la Semana Cultural de la UDP de Sofán.

El acto tuvo lugar en el Centro Social de Sofán, donde Xosé María Arán, disertó sobre el tema "Las adicciones en la familia".

Charla en la Semana Cultural de Sisamo

El Director de Comunicación de Vieiro, Xosé Mª Arán, acudió también a la parroquia Carballesa de Sisamo, invitado por la Asociación cultural "O Candil", para participar en su Semana Cultural.

La cita fué el pasado 17 de julio en la Iglesia de Santiago Apostol, donde habló de la importancia de la educación de niños y adolescentes en la familia y la responsabilidad de padres, abuelos y familiares.

Para prevenir que los hijos no tengan problemas de adicciones. ■





**D. José Manuel
López Varela**

Alcalde-Presidente
Concello de Laracha

Desde esta página quiero primero, saludar y darle las gracias a los miembros de la asociación Vieiro por brindarme la oportunidad de poder dirigir unas palabras a la sociedad por la que tanto luchan y trabajan estas personas. Los avances tecnológicos en todos los sentidos son muy grandes, sobre todo en este siglo en el que las grandes tecnologías abarcan tanto el campo de las telecomunicaciones como de la ciencia, en la que juega un papel importante la medicina. Aunque con todos estos avances se consigue una sociedad de bienestar, debemos, sin embargo, permanecer atentos a otros problemas que esto conlleva: familias desencajadas, juventud mal encaminada por dejarse guiar por consejos inapropiados, etc... Debemos, por tanto poner todos nuestros esfuerzos desde la familia, los colegios y las instituciones para que este estado de bienestar sea idóneo para toda la sociedad y que nadie sufra por motivos del alcohol, las drogas, malos tratos, etc... Es obligación de todos luchar para que la juventud no caiga en la pasividad y ayudarles a que consigan alcanzar un compromiso serio por defender los valores de la vida sana a través de una ocupación sana en el tiempo libre. Por una mejor convivencia para todos, acepta y ayuda a la construcción de una sociedad sin perjuicios, libre, solidaria, inteligente y sin drogas.

Por una vida sana



www.concellolaracha.com

Un
establecimiento
a cada paso

O teu espazo
de compras,
nas rúas
de Carballo

carballo
centro comercial aberto

cca

PUEDE PAGAR CON SU TARJETA DE CRÉDITO

LEUS, S.A.

DISTRIBUIDOR DE GASOLEOS

SERVICIO
24h.

El mejor Gasóleo al mejor precio
SERVICIO A DOMICILIO
TRANSPORTE GRATUITO

SERVICIO
CALIDAD
PRECIO





Genaro Amado
Tesorero de Vieiro

ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y AYUDAS DURANTE EL AÑO 2013

“Gracias a la voluntad de los responsables de Vieiro, colaboradores, anunciantes de la revista y de las administraciones como el Concello de Carballo, Xunta de Galicia. ¡seguimos adelante!”

Aún cuando el 2012 fue un año de recortes en lo económico e incluso de suspensión de subvenciones, la Asociación Vieiro (que no recibió cantidad alguna ese año), siguió respondiendo ante la demanda de la información - formación de los jóvenes y familias sobre las drogas no antes de haber pasado por innumerables peripecias y equilibrios de tesorería para poder lograr así poner en práctica la programación prevista para el 2013 arrancando el año con la incertidumbre que acarrea el no saber con que importe se cuenta una vez programado el año 2013.

Ante esta eventualidad, como digo, no sirvió para cuartar nuestra voluntad de servicio a los necesitados de información en temas de drogodependencias y ello lo demuestra que durante el 2013 se llevaron a cabo los siguientes programas:

- 7 programas en el ámbito escolar para alumnos de primaria y secundaria

- 3 programas en el ámbito familiar
- 2 programas en el ámbito juvenil
- 1 programa en el ámbito laboral
- 1 programa de información-sensibilización
- 1 programa de ayuda jurídica al toxicómano, menor y familia



■ ■ ■ Ello, fue posible, gracias a la voluntad de los responsables de Vieiro, tenemos que destacar que para llevar a cabo esta programación fue decisiva la colaboración en primer lugar con los anunciantes de la revista Vieiro, los socios de la entidad, la donación de 6.000€ de la Fundación Luis Calvo Sanz y la ayuda del Ayuntamiento de Carballo mediante convenio que hemos firmado el 3 de Diciembre por otros 6.000€ que recibimos.

Independientemente de estas inestimables ayudas hemos contado con otras de no menos valor y que trata de lo siguiente: Con fecha 18 de Abril de 2013 hemos firmado un convenio por importe de 6.000€ con el Servicio Gallego de Salud-Dirección General de Asistencia Sanitaria- Subdirección General de Planificación y Programación Asistencial para el PROGRAMA JURIDICO SOCIAL.

Fundación Luis Calvo Sanz

Además y por medio del Ayuntamiento de Carballo que presentó nuestro programa de prevención de drogas a concurrencia competitiva con otros ayuntamientos de Galicia convocado por la Subdirección Xeral de Programas de Fomento de Estilos de Vida Saludables de la Consellería de Sanidade el 11 de Julio de 2013 un concurso para la



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE SANIDADE
Subdirección Xeral de Programas de Fomento de Estilos de Vida Saudables

realización de programas de prevención de drogas. En el DOG de fecha 17 de Diciembre han salido publicadas las cantidades otorgadas a cada solicitante y al Ayuntamiento de Carballo le asignaron por los programas presentados de Vieiro la suma de 38.067,55 que también esperamos recibir en breve. Esta cantidad la cede el Ayuntamiento íntegramente a Vieiro dado que la institución viene colaborando con esta sociedad desde el año 1.994 y encargándola como prestadora de los servicios de prevención de drogas en el Ayuntamiento de Carballo, gesto que agradecemos y que sin su ayuda nos sería muy difícil alcanzar las metas que nos hemos propuesto. ■



Erica Castro
Redactora de
Vieiro



PROGRAMA DE ATENCIÓN
PRECOZ A MENORES CON
PRIMEROS CONSUMOS

HABLEMOS DE DROGAS

La Asociación Antidroga Vieiro, ante la evidencia de que cada vez la edad de inicio de algún consumo de drogas se produce a más temprana edad, retoma su programa de “Atención precoz a menores con primeros consumos” dedicado a jóvenes que se hallan iniciado tanto en el alcohol como en alguna de las llamadas drogas ilegales y aún no tenga de ninguna de ellas una dependencia. Entendemos que existe un problema en las familias por este motivo y en consecuencia.



Independientemente de poner a disposición de las familias esta salida, también ofrecemos el mismo a todos los institutos de secundaria de Carballo, dado que a veces tanto estos consumos como la posesión de drogas se traslada al ámbito escolar y surge en los centros educativos, lo que obliga a realizar actuaciones disciplinarias y administrativas en cumplimiento de la ley con la inevitable notificación en el expediente del alumno/a. Aplicando el programa de Vieiro la única condición que se le exige al alumno es el de comprometerse a asistir de forma individualizada al programa para corregir ese desvío el cual incluye un **curso formativo de comportamiento y concienciación sobre el consumo de alcohol y otras drogas**.

¿Qué se pretende con este programa? Con él, queremos conseguir el:

- Proporcionar una alternativa formativo-preventiva a la sanción educativa por consumo o posesión de drogas

tanto en el seno familiar como en el recinto escolar.

- Proporcionar información sobre las drogas, sus efectos y del proceso de una drogodependencia, concienciándoles del riesgo del consumo, con la finalidad de que tomen una postura más comprometida hacia el abandono del mismo tratando de evitar una posterior drogodependencia.

Se aborda también la aclaración y desmitificación de ideas erróneas, confusas o manipuladoras respecto a las drogas y sus efectos. Se pretende igualmente que sea un espacio de reflexión y trabajo para que los responsables del joven tomen conciencia de su importancia preventiva. ■



El programa se llevará a cabo en cualquier momento del curso o del año, según derivación del centro educativo o demanda de la familia.

Se desarrolla a lo largo de 9 sesiones de una hora con una periodicidad de dos días por semana.

Si a lo largo del curso se detectara algún consumo que indicara una drogodependencia, se motivará al alumno/a y familia a que asista a un recurso especializado en drogodependencias facilitándole la derivación.

VIEIRO FORMA PARTE DEL "CONSEJO ASESOR" DEL PATRONATO



Antón Louza
Redactor de
Vieiro



Bergantiños entrega sus

PREMIOS 2013

CARBALLO SE VOLVIÓ A VESTIR DE GALA, PARA ENTREGAR LOS GALARDONES DEL AÑO 2012

El pasado 6 de junio de 2013 para celebrar una nueva edición de la entrega de los premios concedidos por el Padroado Fogar de Bergantiños. Numerosos asistentes, Los alcaldes de bergantiños, representantes de la vida política, cultural, empresarial, etc., se dieron cita en el salón de plenos del Ayuntamiento de Carballo.

El 2014 comenzó con la entrega del Presidente de Honor al anterior Presidente del Patronato José Luis Calvo que le dió su relevo como nueva Presidenta a Josefina Rey, nuestra Vicepresidenta de Vieiro.

El premio al carballés del año, otorgado a la edición de La Voz de Carballo, fue entregado por el alcalde, Evencio Ferrero, al delegado del periódico en la capital bergantiñana, Xosé Ameixeiras.

Dos niños de O Couto, Nerea y Manuel, recogieron el premio al bergantiñán concedido a esa aldea pontecesana en su conjunto y que les fue entregado por el representante de la Obra Social La Caixa.

Los tres policías nacionales fallecidos durante un rescate en la playa coruñesa do Orzán, Javier López,

Rodrigo Maseda y José Antonio Villamor, y las Cantareiras de Ardebullo recibieron el premio compartido al gallego del año.

Los dos integrantes del dúo cómico, Marcos Pereiro e Xosé Touriñán, recogieron su premio haciendo gala de su sentido del humor, pero también de su sensibilidad. El Jefe Superior de la Policía Nacional en Galicia, Jaime Iglesias, recibió de manos del director xeral de Relacións Institucionais, Gonzalo Ordóñez, el galardón a título póstumo para los tres agentes, cuyos padres estuvieron también presentes en el acto y lo vivieron con gran emoción.



Juan Luis Calvo recibió el título de Presidente de Honor del Patronato



Alcalde Carballo entrega galardón Carballés a Delegado Voz.



Representante La Caixa entrega galardón Bergantiñán a O Couto



Diputada Provincial entrega galardón de Galego a Pereiro y Touriñán



Director Xeral entrega galardón Galego a Jefe Superior Policía Nacional en Galicia



Autoridades y público asistente



La nueva Presidenta del Patronato Fina Rey (3ª por la izquierda) y Xosé Mª Arán, Director de Comunicación de Vieiro (1º por la derecha) con los demás miembros del Consejo Rector



**D. Antón
Carracedo Sacedón**

Alcalde-Presidente
Concello de Laxe

En tiempos de la globalización como los que estamos viviendo en el que la cultura del dinero se encuentra por encima de todo, hasta el punto de hacer del bienestar una cuestión económica, relegando a la sociedad al papel de mero contribuyente para satisfacer las necesidades de la economía al servicio de la sociedad. En tiempos que dejamos de un lado la amistad, la ecología, el amor a la tierra, la solidaridad, el respeto a los demás, el respeto a uno mismo. Valores fundamentales en nuestra formación como individuos. Si queremos un mundo mejor, para nosotros, para nuestros hijos, sólo lo conseguiremos respetando a los demás y, lo más importante, respetándonos a nosotros mismos. Tenemos que reflexionar sobre la autoestima que nos tenemos como individuos, sobre nuestras capacidades, sobre nuestras posibilidades.

Un individuo, con una buena autoestima, es cada vez más libre, sin temores y sin dependencias absurdas.

Por una vida sana



www.concellodelaxe.com



918 70 14 61



*“Os libros de Bergantiños
e Costa da Morte”*

LIBRERIA - PAPELERIA BRAÑAS

C/ Gran Vía, 79 • Telf.: 981 70 00 10
CARBALLO (A Coruña)



Carmen
Lamas Gesto
Psicóloga
Vieiro

Hablemos de SEXUALIDAD



Para hablar de sexualidad hemos de empezar comentando que es un concepto difícil de definir a nivel teórico dado que implica muchos y muy diversos aspectos. Podríamos hablar de aspectos fisiológicos, psicológicos y sociales; pues todos ellos aportan algo tanto a la formación como al desarrollo de la sexualidad.

“PARA
HABLAR DE
SEXUALIDAD
TENDRÍAMOS
QUE HABLAR
DE ASPECTOS
FISIOLÓGICOS,
PSICOLÓGICOS
Y SOCIALES.”

Debemos dejar claro que cuando hablamos de influencias en la formación y desarrollo de la sexualidad no estamos hablando de influencias unidireccionales. Es decir, todos los aspectos anteriormente citados influyen en la sexualidad; pero a su vez la sexualidad influye en todos ellos. De igual forma que en cualquier otra parcela de nuestra vida podemos estar determinados por nuestro físico, nuestra forma de ser

o nuestra manera de relacionarnos con el mundo; la sexualidad, como un aspecto más de nuestra identidad, está también influenciada por ellos. Dicho esto, a continuación explicamos lo que podría ser un desarrollo evolutivo de los tres aspectos determinantes de la sexualidad.

El punto de partida podríamos decir que es el aspecto más físico de la misma, la toma de conciencia de la diferenciación física existente entre los dos sexos es el primer





“PESE A LO MODERNA QUE PARECE SER NUESTRA SOCIEDAD Y EL GRAN AVANCE QUE PRESENTA EN LOS ÚLTIMOS TIEMPOS, LA SEXUALIDAD SIGUE SIENDO PARA MUCHOS UN TEMA TABÚ.”

paso hacia la formación de nuestra sexualidad. Estos aspectos físicos diferenciales influyen sin duda en los aspectos psicológicos de la sexualidad, entrarían aquí variables como: la identidad sexual, la afectividad, los roles de sexo-género, etc. Estas variables a su vez determinan en cierta medida el comportamiento e implicaciones sociales en la sexualidad, estaríamos hablando de las relaciones afectivas o sexuales, de discriminación por razón de sexo o género, de igualdad entre sexos... En cualquier caso debemos recordar que estamos hablando de influencias bidireccionales dado que nuestra

sexualidad repercute en nuestro cuerpo, nuestra forma de ser y nuestras relaciones con los demás.

Empezamos este artículo comentando que la sexualidad es un concepto difícil de definir a nivel teórico, pero si difícil es definirlo, más difícil es para muchas personas hablar de él. Pese a lo moderna que parece ser nuestra sociedad y el gran avance que presenta en los últimos tiempos, la sexualidad sigue siendo para muchos un tema tabú. Quizá no en el sentido estricto de la palabra, pues cada vez se habla más de ella, pero si en muchos de sus aspectos especialmente los más personales. En este artículo nos gustaría centrarnos en el momento que todo/a padre/madre tiene que enfrentar: hablar de sexualidad con su hijo/a. Los principales problemas a enfrentar en esta situación son el miedo y la confusión, analicémoslos por separado:

El miedo es muy común pero puede ser a distintos aspectos: hay progenitores que temen no poseer la información suficiente bien sea en cantidad o en calidad, otros temen no manejar esa información de forma correcta bien sea por exceso o por defecto, otros creen no saber expresar con claridad lo que el/la hijo/a necesita saber, también hay quién duda del momento en el que deben hablar del tema, y un largo etcétera de miedos que podríamos relatar.

La confusión se refiere en parte a aspectos incluidos en el miedo, pero hace especial referencia a la



información. Muchos de los/as que ahora son padres/madres no han tenido oportunidad de informarse y/o formarse con respecto a la sexualidad, como ya dijimos sigue siendo un tema tabú para muchos lo que dificulta su comprensión. Cuando hablamos de confusión hemos de destacar a todos/as aquellos/as padres/madres que restringen el concepto de sexualidad al de sexo. Esto conlleva centrarse en aspectos que no necesariamente son los más requeridos por el/la hijo/a.

Explicados los problemas la pregunta es: cómo solucionarlos.

Por lo que respecta al miedo, hemos de ser conscientes que esa especialmente temida charla no es más que una charla más sobre un aspecto más de nuestras vidas y como tal debe ser tratado. De igual forma que no nos planteamos cuándo debemos hablar con nuestros/as hijos/as de temas como la generosidad, la igualdad o el compañerismo; tampoco debemos marcar una fecha para hablar de la sexualidad. Dicho de otra forma, de la misma manera que tratamos ciertos temas en función del momento en el que surgen, lo mismo debemos hacer con éste. Será el/la mismo/a niño/a quien plantee el tema en su momento, y serán sus preguntas las que (siempre guiándonos por el sentido

común) nos marquen el ritmo que ellos/as necesitan seguir.

En cuanto a la confusión hemos de decir que en la mayoría de los casos nuestros/as hijos/as no acuden a nosotros para informarse, pues información es algo que tienen a su alcance con gran facilidad. En cambio, sí tienen dudas de sus sensaciones, sentimientos, la identificación y manejo de ambos, las relaciones que poseen con quienes les rodean,... Lo que quieren de sus progenitores no es más que una conversación sincera en la que puedan expresarse con libertad y sentirse comprendidos. La capacidad de escucha activa, la empatía, un clima de confianza y la libertad de expresión serán las mejores armas para enfrentar esa situación.

Nos gustaría acabar este artículo siguiendo la línea con el que lo empezamos, la sexualidad sí es un tema controvertido por todo lo que la conforma y por sus implicaciones. Sin embargo, en nuestra mano está dejar que siga siendo así o hacer lo posible por simplificarlo; siendo para ello conscientes de que tendemos a ver como simples las cosas que más y mejor conocemos.

“

**“LO QUE QUIEREN DE
SUS PROGENITORES
NO ES MÁS QUE
UNA CONVERSACIÓN
SINCERA EN LA
QUE PUEDAN
EXPRESARSE CON
LIBERTAD Y SENTIRSE
COMPRENDIDOS.”**





Susana
Recarey
Psicóloga
Vieiro

PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIEMO- CIONALES

“Consiste en hacer un taller de aprendizaje teórico-práctico con el objetivo de aprender o modificar, según cada caso, las habilidades socioemocionales de los participantes.”

Consideramos que las formas de relacionarse son aprendidas de forma permanente durante toda la vida; sin embargo, las aprendidas en los primeros años de vida marcan probablemente las pautas más importantes en nuestras relaciones. Pero en esta etapa no siempre discrimina las formas favorables o saludables de relacionarse socialmente de las que no lo son.

Las habilidades sociales son un conjunto de hábitos o estilos (que incluyen comportamientos, pensamientos y emociones), que nos permiten mejorar nuestras relaciones interpersonales, sentirnos bien, obtener lo que queremos y conseguir que los gracias a la interacción con otras personas y posibilitada principalmente por los siguientes mecanismos: a) aprendizaje por experiencia directa, b) aprendizaje por observación, c) aprendizaje verbal o instruccional y d) aprendizaje por feedback interpersonal.

La población a la que se destina este programa de habilidades sociales es para adolescentes con una edad comprendida entre los 12 y los 16 años (estudiantes de secundaria). que consiste en hacer un taller de aprendizaje teórico-práctico con el objetivo de aprender o modificar, según cada caso, las habilidades socioemocionales de los participantes a través de la instrucción teórica de conceptos claves y la puesta en práctica, tanto en clase como en la vida real de lo aprendido.



“

**“EN ESTA EDAD
LOS INDIVIDUOS
COMIENZAN A SER MÁS
INDEPENDIENTES DE SU
FAMILIA Y A BUSCAR SU
IDENTIDAD A TRAVÉS
DE LA IDENTIFICACIÓN
CON SU GRUPO SOCIAL
DE IGUALES.”**

De esta forma, el programa trabaja las habilidades en el cual pretende: Promover el desenvolvimiento de la competencia interpersonal de los alumnos y alumnas. Intervenir precozmente y prevenir futuros problemas de adaptación. Desarrollar actitudes de convivencia positiva con los iguales y con los adultos. Enseñarles a apreciar sus propios valores con el fin de que el alumno aprenda a tener confianza en si mismo.

Los objetivos generales del mismo son dados a que la adolescencia

es un momento en lo que además de producirse un cambio físico y psicológico importante en los jóvenes, cobra gran valor todo lo referente al ámbito de las relaciones y del intercambio social. Esto es debido a que precisamente en esta edad los individuos comienzan a ser más independientes de su familia y a buscar su identidad a través de la identificación con su grupo social de iguales. Se puede decir que es una edad complicada en cuanto a nivel de relaciones con sus iguales, con personas ma-

yores con los cuales le separa una distancia cultural importante (padres, profesores..) y sobre todo lo que les puede llegar a suponer un problema, comenzar a relacionarse con otro sexo, pudiendo aparecer las inseguridades propias de esta etapa. ■



Erica Castro
Redactora de
Vieiro

VIEIRO PARTICIPÓ EN LA “JORNADA SOBRE LA PREVENCIÓN DE DROGODEPENDENCIAS Y ADICCIONES” EN CORCUBIÓN - A CORUÑA

El presidente de la asociación antidroga Vieiro, José Manuel Vázquez Gómez, se desplazó el pasado 16 de marzo de 2013 hasta Corcubión para ofrecer una charla sobre los peligros de las drogas. Lo acompañó la guardia civil María Janeiro Brea, La Jornada estuvo organizada por el Ayuntamiento de Corcubión, a través de la Concejalía de Servicios Sociales quien puso sobre la mesa algunas pistas para detectar si los jóvenes están consumiendo algún tipo de estupefaciente.



La jornada aportó estrategias educativas efectivas a padres y madres que les permitirán emprender actuaciones encaminadas a contrarrestar los factores de riesgo de adicciones (drogodependencias y botellón) que pueden afectar a sus hijos y hijas.

Quedó claro que los padres cada vez son más conscientes del peligro que corren sus hijos, ya que el consumo empieza cuando son muy jóvenes, porque, según las estadísticas, los chavales de entre 13 y 15 años ya consumen alcohol y no hay que olvidar que el alcohol también es una droga. Cuando pensamos en drogas todos pensamos en algo ilegal, oscuro y oculto, pero también hay drogas legales, como el tabaco, el alcohol o alguna clase de medicamentos.

Se dieron claves de como pueden darse cuenta de que los chavales están consumiendo algún tipo de droga.

Hay que estar atentos. Si un menor cambia su comportamiento de repente y de forma brusca hay que estar alerta, pero sin olvidar que todos los adolescentes están en una época de cambio. Hay que ver si cambia su forma de ser y de actuar, si deja a sus amigos de siempre, si empieza a quedarse encerrado en sí mismo...

Así cómo evitarlo, ya que la mejor arma es siempre el diálogo, saber cosas sobre ellos, pero sin invadir su intimidad. Eso se logra con dedicación, con interés y paciencia. ■



Malpica de Bergantiños



**D. Eduardo J.
Parga Veiga**

Alcalde-Presidente
Concello de Malpica
de Bergantiños

Todos/as somos susceptibles de tener en nuestro entorno seres queridos que caigan en la quimera de las ilusiones artificiales y la degradación personal, incluso de caer en los mismos.

Es una responsabilidad colectiva, de todos y todas, la contribución decidida para evitar las drogodependencias y devolver la dignidad a quien tenga el infortunio de perder las referencias personales y colectivas.

Vieiro es un ejemplo de dedicación y buen hacer. Es una honra, que comparto con todos/as malpicans/anas, de recoger su invitación para compartir estas líneas. Quiero también aprovecharla para reiterar el compromiso Institucional del Ayuntamiento de Malpica de Bergantiños y sus gentes con la ingente tarea que desarrollan.

Por una vida sana



www.concellomalpica.com



Serigrafía Papucho

Regalos e Publicidade de Empresas

Avd. das Flores, 32 • 15100 CARBALLO (A Coruña) • Telf. 981 75 71 91 • Móvil 608 58 35 02

POLOS
GORRAS

CAMISETAS
SUDADERAS

CHAVEIROS
PEGATINAS

MECHEIROS
BOLIGRAFOS

MI MONEDA

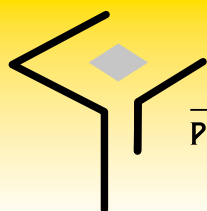
*All I am I owe to you..
Happy Mother'sday!*

Joyería - Relojería

Calvelo Seoane

Telf. 981 703 057
Fomento, 1 - CARBALLO

WWW.MI-MONEDA.COM



Calvelo

PLATERIA

REGALO

Lista de Bodas - Vajillas - Cuberterías
Cuadros - Lámparas - Mueble auxiliar

Teléfono 981 702 066
Plaza de Galicia, 5 - Carballo



www.prevenciondrogas.lugo.es

SERVICIO MUNICIPAL DE PREVENCIÓN DE DROGODEPENDENCIAS DE LUGO

Tipología/s del recurso: Organismo oficial de carácter municipal

Temática/s del recurso: Prevención, Información

País: España - **Idioma/s:** Gallego

Descripción del recurso: El Servicio Municipal de Prevención de Drogodependencias de

Lugo comienza a funcionar en el año 1989, dependiente del Comisionado del Plan de Galicia sobre drogodependencias (Xunta de Galicia) y del Ayuntamiento de Lugo. La web incluye información sobre las drogas y los efectos adversos para la salud que causa su consumo y sobre los distintos materiales de prevención de las drogodependencias que ha elaborado.



www.proyectohombre.es

PROYECTO HOMBRE ESPAÑA

Tipología/s del recurso: ONG/ Fundación privada

Temática/s del recurso: Asistencia, Integración social, Prevención

País: España - **Idioma/s:** Español

Descripción del recurso: Proyecto Hombre nace en 1.985, para ofrecer soluciones en materia de tratamiento y rehabilitación de las dro-

godependencias y otras adicciones. Está formada por 26 Centros que atienden anualmente, en toda España, a más de 19.000 personas con problemas de adicciones y a sus familias. Trabaja tres áreas fundamentalmente: la prevención del consumo de drogas en diferentes ámbitos, la rehabilitación y reinserción de las personas drogodependientes. Desarrolla desde su origen un método propio de intervención.



Challenge of new psychoactive substances Naciones Unidas. Oficina contra la Droga y el Delito (UNODC)

Este informe es la primera evaluación global de la situación sobre nuevas sustancias psicoactivas presentada bajo el Programa Global SMART y de acuerdo a la Comisión de Estupefacientes de la Resolución 55/1, sobre "Promoción de la cooperación internacional para responder a los desafíos que plantean las nuevas sustancias psicoactivas", que pidió a la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito para proporcionar una actualización de su informe de 2011 titulado "Los cannabinoides sintéticos en productos a base de hierbas", que abordan una amplia gama de nuevas sustancias psicoactivas, además de cannabinoides sintéticos, y para tener en cuenta la creación de una recopilación de nuevas sustancias psicoactivas encontradas por los Estados miembros, para servir como un aviso de alerta temprana.

DESCARGAR EN: http://www.unodc.org/documents/scientific/NPS_2013_SMART.pdf



Pasta básica de cocaína: cuatro décadas de historia, actualidad y desafíos UNODC, Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas

El estudio presentado por DEVIDA y la UNODC está organizado en once capítulos que recopila los principales estudios epidemiológicos llevados a cabo en el Perú sobre el consumo de PBC, desde 1978 hasta 2012; tipos de drogas cocaínicas (características de los cigarrillos, envoltorio y combinaciones más frecuentes, ritual del consumo, modalidades y vías de consumo).

Otro de los puntos que aborda es el análisis del consumo de PBC en poblaciones especiales, principalmente el sector femenino y su especificidad. También examina tangencialmente el tema de niños que fuman PBC, y dependientes de los estratos socioculturales medio y alto.

El estudio refleja la articulación entre Estado, sociedad civil y cooperación internacional, fórmula indispensable para el descubrimiento, en equipo, de rutas más eficientes y eficaces frente al problema del uso de drogas cocaínicas como la PBC.

DESCARGAR EN: http://www.unodc.org/documents/peruandecuador/Publicaciones/Publicaciones2013/LIBRO_PBC.pdf

Súmate a este
esfuerzo por sólo

euros/año

Colabora con Vieiro!!

www.vieiro.org

Vieiro es una asociación antidroga, una entidad sin ánimo de lucro que desarrolla programas de:

- Prevención en los ámbitos: escolar, familiar, comunitario, información-formación, laboral.
- Prevención, información y orientación para afectados y familiares.
- Sensibilización, rehabilitación e incorporación socio-laboral.
- Asesoría jurídica.
- Atención en prisiones.
- Afectados por VIH/SIDA.
- Adicciones.
- Mujeres y jóvenes en situación de riesgo.
- Formación e investigación.
- Servicio de atención psicológica a familias afectadas.

¿Qué recibes?

- El saber que estás apoyando a los más desfavorecidos, a los afectados por drogas y adicciones
- Sentirte más solidario
- La revista Vieiro cada trimestre en tu casa.
- Publicaciones periódicas sobre drogodependencias.

Para ser socio

Datos personales

Nombre.....

Apellidos.....

DNI.....

Dirección.....

Localidad.....

CP.....

TF.....

FAX.....

e-mail.....

Si deseas rellenar tus datos puedes hacerlo también en

Vieiro

Rúa Vázquez de Parga, 119
Bloque 4 - Bajo derecha
15100 CARBALLO (A Coruña)
Telf/Fax: 981 756 161

Apartado de correos 163
Carballo (A coruña)
e-mail: vieiro@vieiro.org

Para apoyar económicamente los programas de Vieiro

Puedes hacer tu aportación al rellenar la siguiente ficha y la orden de pago.

Deseo colaborar al sostenimiento de los programas de prevención y de atención a drogodependientes que desarrolla Vieiro con una aportación con carácter anual de 12 euros

Otra cantidad.....

Banco/Caja.....

Agencia.....

Dirección.....

Población.....

Provincia.....

Nº cuenta _____

Titular.....

Señores: les agradecería que con cargo a mi cuenta atiendan el recibo anual que les presente Vieiro como apoyo a sus programas

En....., a.....de.....de 20.....



Ponteceso



**D. José Luis
Fondo Aguiar**

Alcalde-Presidente
Concello de Ponteceso

La necesidad más profunda del hombre es la necesidad de abandonar la cadena de su soledad.

Hay muchas maneras de alcanzar ese objetivo, pero nunca consumiendo drogas. Las drogas siguen siendo uno de los atrancos sociales y sanitarios más importantes.

Para conseguir una sociedad libre de drogas, cada uno desde su puesto, tenemos que extender la práctica de decir NO.

Por una vida sana



JESÚS VARELA VEIGA



PERITO JUDICIAL EN MATERIA DE SEGUROS
MEDIADOR TITULADO DE SEGUROS. AGENTE EXCLUSIVO.

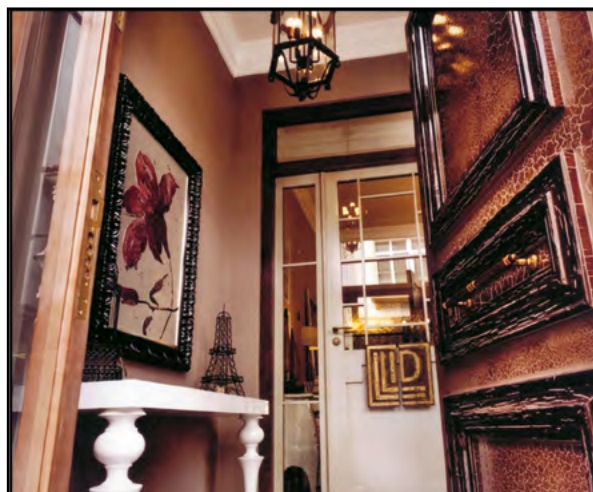
C/ Gran Vía, 74 · 15100 CARBALLO (A Coruña) · Tfnos.: 981 701 486 / 610 229 290 - Fax. 981 703 676

e-mail: info@jesusvarela.com

cafeslua.com



CAFÉS LUA
amor por el café



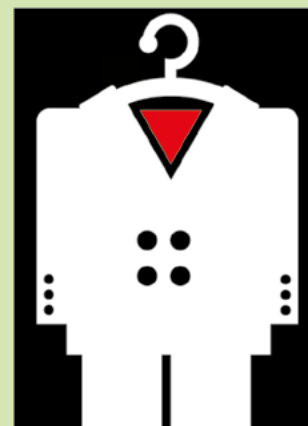
*“Vivimos
A Decoración”*

Rúa Hórreo, 7 • **CARBALLO**
Telf.: 981 75 58 73



Gran tintorería
Iglesias
Desde 1947

Alvarez de Sotomayor, 8
Teléfono 981 70 04 56
Carballo - A Coruña



BALANCE SITUACIÓN DE CUENTAS AL DIA 31 DE DICIEMBRE DE 2013

INGRESOS

Remanente año anterior	10.591,18
Subvención Fundación Luis Calvo Sanz de Carballo	6.000,00
Convenio con la Sudirección Xeral de Planificación e Programación Asistencial del Servizo Galego de Saude	6.000,00
Convenio Concello de Carballo	6.000,00
Subvención Diputación de A Coruña	2.282,50
Cuota de Socios	1.139,80
Recuperado por actividades de prevención de drogas	4.593,20
TOTAL INGRESOS	36.606,68

GASTOS

Salarios del personal para la atención del programa Ayuda Jurídica y atención toxicómanos y familias	10.085,96
Seguros Sociales satisfechos por el mismo concepto	5.036,10
Gastos Generales:	2.289,72
Mantenimiento pagina web	365,49
Tinta toners fotocopiadoras	432,50
Factura conexión Movistar	182,92
Sellos de correos	92,94
Compra material oficina	1.076,44
Material de limpieza oficina	139,43

Gastos por Actividades de Prevención:

Programas, Salud en la Escuela, Habilidades Sociales en I.E.S, Construyendo Salud en Colegios de Primaria, Escuela de Padres, Programa de Información-Formación, Programa Laboral, Programa Cambio de Sentido, Programa de Familias con hijos, con problemas de conducta, Programa Intervención Socioeducativa en el aula y programa Jurídico Social al drogodependiente	11.789,16
I.R.P.F	1.733,54

TOTAL GASTOS	30.934,48
Sobrante	5.672,20

TOTAL	36.606,68
--------------------	------------------





IMPRESOS COMERCIAIS E PUBLICITARIOS
REVISTAS A TODA COR
TROQUEIS, ETC...

Rúa da Igrexa, 20
Telf.: 981 70 01 42
Fax: 981 70 40 60
15100 CARBALLO
e-mail: imprentaeuropa@terra.es



Comunicación e Internet



+34 902 23 31 31
info@abertal.com
www.abertal.com

OBRA SOCIAL
EL ALMA DE "LA CAIXA"



PROGRAMA DE PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS

Hablemos de drogas

Una realidad que debe tratarse en familia

*Si tienes dudas,
LLÁMANOS Y TE ORIENTAREMOS*
900 22 22 29



Obra Social
Fundación "la Caixa"

¡Somos Campeones!

Maverick Viñales y
el Calvo Team,
Campeones del
Mundo de Moto 3.



¡ENHORABUENA CAMPEONES!
¡FELICIDADES MAVERICK!

Enhorabuena a Maverick Viñales y a todos los
componentes del Calvo Team por luchar al máximo
hasta el final y llevarnos a lo más alto.

Gracias por un año emocionante y maravilloso.