

---

# Promoció de la salut en la infància i l'adolescència

---

## Exemple d'intervenció

PID\_00250242

Anna Novell Ribas

---

Temps mínim de dedicació recomanat: 2 hores



Universitat  
Oberta  
de Catalunya

---



# Índex

<b>Introducció.....</b>	<b>5</b>
<b>1. Pla municipal de prevenció en drogodependències: estructura.....</b>	<b>7</b>
<b>2. Eix I: prevenció i reducció de la demanda: objectius i projectes.....</b>	<b>18</b>
<b>3. Intervencions en l'eix 1: La prevenció i reducció de la demanda en les diferents etapes educatives.....</b>	<b>19</b>
3.1. Treball amb les famílies a l'Educació Infantil .....	19
3.2. Treball amb l'alumnat a l'Educació Primària .....	22
3.3. Treball amb l'alumnat a l'Educació Secundària .....	23
<b>Bibliografia.....</b>	<b>27</b>



## Introducció

Les intervencions que es fan en promoció de la salut han d'estar sempre integrades dins d'un projecte que, alhora, estarà integrat en un programa. Aquest, al seu torn, farà referència al pla de salut del seu entorn nacional o municipal.

En aquest document hem escollit com a àmbit d'intervenció la prevenció en drogodependències, per dos motius: perquè és un tema bàsic en la promoció de la salut i perquè en la majoria dels casos està coordinada per psicòlegs. A més, permet fer intervencions en totes les etapes de la vida i, en concret, en la infància i l'adolescència, encara que siguin més inespecífiques en les edats més primerenques. Així doncs, en aquest document, com a exemple d'una intervenció en promoció de la salut, hem escollit un pla municipal de prevenció de drogodependències, concretament el pla local de prevenció de drogodependències de Mollet del Vallès (Barcelona). Aquest pla està penjat al web de l'Ajuntament de Mollet, per si algú el vol consultar, ja que l'amplitud del pla no ens permet mostrar-lo en la seva totalitat.

Hi podreu veure quin és el procés per elaborar un pla de prevenció en drogodependències; això vol dir treballar en xarxa amb diferents professionals, amb diferents institucions, elaborar comissions de treball, fer l'emmarcament teòric i legal i, a partir d'un diagnòstic de la situació, detectar necessitats, fixar objectius comuns i finalment fer les intervencions pertinents a cada etapa educativa.

També hi veureu la diferència entre què és un pla general, els programes i projectes que es deriven d'aquest pla i, dins de cada projecte, els objectius que ens plantegem i les intervencions que es faran.

Dins d'aquest pla, ens centrarem en tres intervencions, una en cada etapa evolutiva: de zero a sis anys, de sis a dotze anys, i de dotze a divuit anys.

### **Bibliografia recomanada**

Podeu consultar el pla de drogodependències de Mollet del Vallès a l'enllaç següent:  
[http://www.molletvalles.cat/DetailContinguts/\\_wEovPETJ6tfhFiZdbdfjL\\_ZHpeQPDrk06PtqWGAMb7Y](http://www.molletvalles.cat/DetailContinguts/_wEovPETJ6tfhFiZdbdfjL_ZHpeQPDrk06PtqWGAMb7Y)

Aquest pla només està disponible en català, però podeu consultar plans equivalents en altres municipis com, per exemple, el de l'Ajuntament de Santurtzi (Biscaia):  
[http://www.santurtzi.net/es-ES/Servicios/Accion-Social/Prevencion\\_adicciones\\_Materiales\\_documentos/PLAN%20LOCAL%20PREVENCION%20C3%93N%20DE%20ADICCIONES%202016-2019.pdf](http://www.santurtzi.net/es-ES/Servicios/Accion-Social/Prevencion_adicciones_Materiales_documentos/PLAN%20LOCAL%20PREVENCION%20C3%93N%20DE%20ADICCIONES%202016-2019.pdf).

Com a documents marc podeu consultar també: *Manual para la elaboración de Planes Municipales sobre Drogas* (Palacios, 2001):  
<http://www.pnsd.mssi.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/bibliotecaDigital/publicaciones/pdf/femp.pdf> i

*Programas preventivos de las drogodependencias. Guía de evaluación* (Font, Gras, Planes, 2010):  
[http://www.prevencionbasadaenlaevidencia.net/uploads/PDF/IME\\_Font\\_GuiaEvaluacionProgramas.pdf](http://www.prevencionbasadaenlaevidencia.net/uploads/PDF/IME_Font_GuiaEvaluacionProgramas.pdf).

Així doncs, els objectius d'aquest document són tres:

- Conèixer com es fa un pla municipal de prevenció de drogodependències: el seu procés, els seus components, i la seva estructura.
- Descriure els eixos que formen part d'un pla de prevenció de drogodependències i aprofundir en la prevenció i reducció de la demanda com a eix principal en promoció de salut.
- Conèixer tres intervencions diferents en la matèria de prevenció de drogues, emmarcades en tres etapes evolutives diferents.

## 1. Pla municipal de prevenció en drogodependències: estructura

Un pla municipal de prevenció en drogodependències hauria de tenir una estructura amb un índex similar al següent. Segons l'exemple del municipi de Mollet del Vallès:

1) Introducció	
2) Marc teòric	
3) Marc legal i fonamentació tècnica	
4) Funcionament del pla	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Comissió política</li> <li>b) Comissió tècnica</li> <li>c) Grup motor</li> </ul>
5) Diagnòstic de la situació i detecció de necessitats	
6) Estructura del pla	
7) Objectiu general	
8) Objectius específics (segons eixos d'actuació o àmbits)	
9) Pla d'acció per un període de temps	
10) Pla de treball (de cada any)	
11) Avaluació	
12) Annexos	

A partir d'aquest exemple del municipi de Mollet del Vallès farem un resum d'alguns d'aquests apartats. Recordeu que podeu trobar aquest pla complet o un altre exemple en castellà en els enllaços que teniu a la introducció d'aquest mòdul.

### 1) Introducció

A la introducció fem referència a tots aquells conceptes, plans i organitzacions que aniran sortint al pla. També expliquem quins objectius perseguim amb aquest pla i què volem fer.

Les drogues han estat presents en totes les cultures en cerimònies, costums i situacions de caràcter social. Des del començament del segle XX, i molt especialment a partir de la segona meitat del segle, la producció, la comercialització i el consum de drogues legals als països industrialitzats van deixar de banda aquesta dimensió cultural i tradicional per passar a formar part de la dinàmica

ca que regeix la societat del lliure mercat (en aquest cas, el Llibre blanc de la prevenció a Catalunya: consum de drogues i problemes associats, Generalitat de Catalunya, 2008).

En la promoció de la salut i la prevenció del consum de drogues, un element important és la diferenciació entre l'ús i l'abús en el consum. Gairebé tothom fa ús d'alguna droga ocasionalment: fàrmacs, alcohol, cafè, te... El problema esdevé quan aquest consum es torna habitual, abusiu, sense control, sense decisió pròpia, etc. És aleshores quan diem –de manera genèrica– que s'ha creat una addicció, una dependència.

La promoció de la salut i la prevenció del consum de drogues és un dels punts del Pla director de salut mental i addiccions<sup>1</sup> (Generalitat de Catalunya, 2006).

Des de les administracions locals s'elaboren plans locals de prevenció de drogodependències com a eina d'organització, coordinació i motor de les polítiques de drogues. La Federació Espanyola de Municipis i Províncies (FEMP) al seu *Manual para la elaboración de Planes Municipales sobre Drogas* (Palacios, 2001) estableix que un pla local de prevenció en drogodependències (PLPD) reuneix les característiques següents:

- És un instrument impulsat des de la corporació local que dona estabilitat a les accions i als programes desenvolupats.
- Ha de servir-nos per establir les necessitats a les quals tractem de donar resposta, així com els principis generals i específics d'actuació que han d'inspirar els programes destinats a fer front al fenomen de les drogodependències.
- Ha d'afavorir la màxima participació d'entitats i administracions des de les fases inicials de la seva elaboració, per partir d'una anàlisi correcta de les situacions sobre les quals hi hagi consens.
- Té com a propòsit l'abordatge integral del fenomen de les drogodependències, tant pel que fa a les drogues legals com a les il·legals.

Abans d'iniciar qualsevol pla local de prevenció en drogodependències, és important fer un estudi territorial previ que ens ajudi a conèixer de quin punt partim i a fixar i a concretar els objectius d'intervenció.

Així doncs, amb aquest pla ens proposem fer un estudi, a la ciutat de Mollet del Vallès, de la percepció respecte al consum de drogues, als problemes associats al seu consum i a la percepció del grau de compliment de la normativa legal. També pretenem recollir suggeriments que ens ajudin a elaborar un pla local de prevenció en drogodependències.

<sup>(1)</sup>Objectius del Pla director de salut mental i addiccions. 1) Promoció de la salut mental i prevenció dels trastorns mentals i les addiccions. Pla director de salut mental i addiccions (Barcelona, 2006).



Aquesta anàlisi es farà a partir de dotze entrevistes a informants clau del municipi (nou adults i tres joves) i de memòries, qüestionaris i programes que ja s'estan fent des dels diferents àmbits i serveis de la ciutat. Això ens ajudarà també a conèixer quines intervencions estem fent, a ordenar-les i a analitzar quines hauríem de modificar, ampliar o canviar des d'una perspectiva transversal i territorial.

### Informant clau

Un informant clau és una persona que, pel seus coneixements, estatus o habilitats, pot aportar una comprensió profunda de la realitat que es pretén analitzar. És una «font de primera mà».

## 2) Marc teòric

Sempre caldrà emmarcar teòricament les intervencions que fem. En el cas del pla de prevenció de drogues, els dos ancoratges teòrics en les quals ens situem són el model biopsicosocial i el model de competències.

### Model biopsicosocial

El model psicològic més integral és el model biopsicosocial, que inclou tant característiques individuals com components afectius i cognitius o vinculats amb l'entorn i la situació social. Aquest model se situa realment sota el parai-gües de la psicologia social i posa l'accent en els processos socialitzadors de les persones, sobretot en la socialització primària (Centre SPOTT, 2012).

Els aspectes clau d'aquest model per a l'anàlisi del consum i abús de les drogues són tres:

- la substància consumida,
- el subjecte consumidor i
- la situació social en què té lloc el consum.

### Model de competències

Aquest model relacionat amb la prevenció de drogues se centra en l'adopció i el manteniment d'estils de vida saludables, que s'aconsegueixen amb l'educació i adquisició de les competències que els sostenen.

Enumerem, de manera esquemàtica, els criteris i principis bàsics d'aquest model:

- El model de competències es basa en la idea que els nens i adolescents són competents per créixer, desenvolupar-se i influir en el seu entorn.
- Es basa en un model pedagògic i educatiu focalitzat en la transmissió de coneixements i l'aprenentatge d'habilitats, destreses i competències.
- El model té l'origen en els principis de la teoria de l'aprenentatge social.

### Referència bibliogràfica

Centre SPOTT (2012). *Guia per a l'elaboració d'un pla local de drogodependències*. Barcelona: Diputació de Barcelona.

### Bibliografia recomanada

Novell, A. (2018). *Promoció de la salut en la infància i l'adolescència. Conceptes Bàsics*. Barcelona: UOC.

- Aquests model no pretén detectar ni aclarir els factors que expliquin els dèficits o els problemes.
- El desenvolupament de competències és un procés que es retroalimenta i, per tant, constitueix un cercle virtuós. Com més dotació de competències proporcioni, més probabilitats hi haurà d'afrontar amb èxit els problemes i les decisions que es plantegen als joves; això ajuda a construir una autoestima més sòlida, s'incrementa la seguretat del jove en si mateix, etc.

### 3) Marc legal i fonamentació tècnica

- Un Pla local de prevenció de drogodependències (PLPD) s'ha de regir necessàriament pel marc normatiu en matèria de drogues: tractats internacionals, multilaterals i bilaterals subscrits per la normativa internacional, estatal, autonòmica i local.
- Marc europeu. Estratègia de la Unió Europea, que fa un repàs del tractat de Maastricht (1992), la declaració de Hèlsinki (2005), el tractat de Lisboa (2009) i l'Observatori Europeu de la Droga i les Toxicomanies<sup>2</sup> (1992).
- Marc nacional. Es fa referència a la Constitució espanyola (1978) i als articles de la Llei general de sanitat (1986) i de la Llei 28/2005, de 26 de desembre sobre la venda i subministrament del tabac.
- Marc autonòmic. La Llei 20/1985 de prevenció i assistència en matèria de substàncies que poden generar dependència, i diversos decrets rellevants, com el decret 160/1986, de 26 de maig, pel qual es crea l'òrgan tècnic de drogodependències.
- Marc local. Les competències locals en matèria de drogodependències del Decret legislatiu 2/2003, de 28 d'abril, pel qual s'aprova el text refós de la Llei municipal de règim local de Catalunya (articles 66 i 67).

<sup>(2)</sup>[https://europa.eu/european-union/about-eu/agencies/emcdda\\_es](https://europa.eu/european-union/about-eu/agencies/emcdda_es)

### 4) Funcionament del pla

És una planificació transversal. Així doncs, caldrà crear diferents comissions de treball, els seus participants i definir les seves funcions.

Un pla de prevenció de drogodependències està estructurat en **comissions de treball polítiques i tècniques**. Vegem quines són aquestes comissions i quines funcions tenen.

- **Comissió política**

És el màxim òrgan de decisió del pla local de drogodependències i està formada per representants polítics amb veu i vot. Les seves funcions són: a) assignar i aprovar el pressupost anual al pla local de prevenció de drogues; b) acordar els criteris i aspectes de cooperació anual; c) nomenar la

comissió tècnica; d) proposar els projectes que considerin prioritaris per al pla, i e) aprovar el pla de treball anual que presenti la comissió tècnica.

- **Comissió tècnica**

Aquesta comissió està formada per tècnics de serveis diversos, com Serveis Socials, Educació, Joventut, Esports, policia local, Mossos d'Esquadra, personal sanitari del Centre d'atenció primària (CAP), del Centre d'atenció i seguiment en drogodependències (CAS), del Centre de salut mental infantil i juvenil (CSMIJ), i d'un centre privat de toxicomanies, la tècnica municipal de cultura, i la de la nova ciutadania i de polítiques d'igualtat. La persona que coordina aquesta comissió és la tècnica de Promoció de la Salut (psicòloga), que entre altres funcions té la de convocar la comissió tècnica i establir les relacions institucionals pertinents.

La comissió tècnica es reuneix un cop al semestre en sessió plenària i les seves funcions són gestionar els encàrrecs de la comissió política.

- **Grup motor**

És el grup que lidera el Pla. El grup motor està format pel director de Serveis Personals, la cap de Serveis Socials, Sanitat i Salut Pública, la tècnica de Promoció de la Salut i la representant de la Diputació de Barcelona.

És funció del grup motor presentar a la comissió tècnica propostes per a l'elaboració del Pla local de prevenció de drogues; el Pla de treball anual, i fer-se càrrec de la redacció del pla, del seguiment de les accions que es duguin a terme i de la seva avaluació.

El grup es reuneix els cops que sigui necessari al llarg de l'any.

## 5) Diagnòstic de la situació i detecció de necessitats

Cal fer un diagnòstic de la situació de la qual es parteix. Per fer-ho, es revisaran les característiques de la zona, les dades sociodemogràfiques, i s'obtidran dades quantitatives i qualitatives. Amb això es podrà establir quines necessitats té el municipi en matèria de prevenció de drogodependències i establir els objectius que caldrà treballar en el PLPD.

### Característiques de la zona i dades sociodemogràfiques

És una informació contextual genèrica que descriu l'entorn en el qual es desenvoluparà l'acció. Es pot extreure d'altres informes.

### Dades quantitatives

- a) **Enquesta de salut de Catalunya 2012** (Generalitat de Catalunya, 2013)

Per fer aquest diagnòstic primer es recolliran les dades genèriques sobre la zona i les dades sociodemogràfiques. En segon pas, es farà una anàlisi dels estudis i enquestes prèvies, prestant atenció tant a dades **quantitatives** com **qualitatives**.

- **Consum de tabac:** el 28,5% de les persones de quinze anys o més són fumadores (diàries o ocasionals), de les quals, el 34,2% són homes, i el 22,9%, dones. El 21,8% de la població de quinze anys i més és exfumadora.
- **Consum d'alcohol:** el 3,9% de la població de quinze anys i més fa un consum de risc d'alcohol (el 6% dels homes i l'1,7% de les dones). El 65,1% de la població beu amb moderació.

**b) Enquesta estatal sobre l'ús de drogues a l'ensenyament secundari (ESTUDES) 2012-2013. Pla nacional sobre drogues (Ministeri de Sanitat, Política Social i Igualtat, 2014)**

- **Alcohol**

- Augmenta el consum d'alcohol, especialment dels més joves (catorze i quinze anys).
- El consum intensiu, les borratxeres i el *binge drinking* (consum excessiu agut) és molt freqüent i s'associa a un augment de l'ús de drogues il·legals (policonsum).
- Augmenta la presència de noies a les edats més joves/primerenques (catorze, quinze i setze) per a patrons de consum intensiu.
- Més de la meitat de joves de catorze a divuit anys han fet *botellón* l'últim mes. Als catorze anys, un de cada quatre.
- Els menors obtenen alcohol amb molta facilitat i la seva percepció de risc és baixa.

- **Cànnabis**

- El cànnabis manté una alta prevalença de consum entre els joves.
- Augmenta el percentatge de consumidors problemàtics.
- El 16% dels joves que ha fumat cànnabis l'últim any presenta un consum de risc. Això té repercussió en els indicadors de problemes associats al consum de drogues, fet que fa que s'observi un augment del protagonisme del cànnabis en els serveis de tractament per a drogues i a les urgències hospitalàries.
- Actualment cada cop es tenen més proves sobre les conseqüències físiques, psicològiques i socials del consum de cànnabis. Malgrat això, els joves tenen una baixa percepció del risc associat al consum.

**c) Enquesta estatal sobre alcohol i drogues a la població general EDADES 2011-2012. Pla nacional sobre drogues (Ministeri de Sanitat, Serveis Socials i Igualtat (2013). Des del 1995, el Pla nacional sobre drogues fa, cada dos anys, una enquesta a la població general d'entre quinze i seixanta-quatre anys sobre alcohol i drogues a Espanya. Els resultats són representatius en l'àmbit nacional, amb una mostra de 22.128 qüestionaris vàlids. S'inclouen en el qüestionari un total de vin-i-una drogues.**

Segons aquesta enquesta:

- Les drogues consumides per un percentatge més alt de persones són l'alcohol, el tabac i els hipnosedants. S'observa una reducció del consum de totes les substàncies (excepte hipnosedants), més acusada en el cas del tabac, l'alcohol, el cànnabis i la cocaïna.
- El consum de drogues, tant legals com il·legals, està més estès entre els homes, excepte amb els hipnosedants, en què la proporció de dones consumidores duplica la dels homes.
- Es confirma la tendència descendent de la prevalença de consum diari de tabac en totes les franges d'edat i en ambdós sexes, excepte en dones de quinze a trenta-quatre anys, que es manté estable.
- Les tendències de consums de begudes alcohòliques no mostren canvis significatius en els darrers deu anys i es troben estabilitzades.
- La prevalença d'intoxicacions etíliques descendeix lleugerament en ambdós sexes i en tots els grups d'edat, tot i que segueix mantenint-se en nivells molt elevats. La franja d'edat de més risc, tant amb homes com amb dones és la de quinze a trenta-quatre anys, en la qual dos de cada cinc homes i una de cada cinc dones han patit una intoxicació etílica al llarg de l'últim any.

### Dades qualitatives

S'ha fet un estudi qualitatiu de necessitats per poder detectar necessitats no cobertes i recollir suggeriment pel Pla de drogues. Es van fer entrevistes semiestructurades a dotze informants clau. Previ consentiment, es van enregistrar les entrevistes, i posteriorment es van transcriure per fer-ne una anàlisi temàtica.

La mostra dels dotze informants clau estava formada per:

- professionals relacionats amb l'objecte d'estudi: psicopedagog, educador social, psicòloga i inspector de Salut Pública;
- tres joves estudiants;
- dues persones relacionades amb el món de l'oci: un entrenador d'atletisme i un propietari d'un local d'oci nocturn;
- dos usuaris del CAS (Centre d'Atenció i Seguiment a les drogodependències);
- dos polítics: la regidora de Salut Pública i la regidora de Serveis Socials.

I el guió de l'entrevista abordava els aspectes següents:

- percepció del grau de consum a Mollet del Vallès,
- tipus de drogues percebudes com a més consumides,
- percepció de problemes associats al consum,
- percepció d'acompliment de la normativa legal sobre drogues,

- respostes que caldria donar a aquest fenomen,
- suggeriments i disponibilitat per col·laborar en el Pla local de drogues.

A continuació detallem les conclusions, reflexions i les propostes a les quals es va arribar a partir de l'anàlisi del contingut temàtic de les entrevistes:

- El grau de consum de drogues a Mollet del Vallès es percep d'una manera similar a altres poblacions o ciutats properes.
- El consum està relacionat amb el lleure, amb gent jove, i es fa majoritàriament en grup.
- Les drogues més consumides són l'alcohol, el tabac, el cànnabis i en, últim terme, la cocaïna.
- Es produeix més consum a les festes populars, a l'estiu i en les discoteques i els locals de lleure.
- Hi ha petits grups que fan *botellón* a places, aparcaments i parcs de la ciutat.
- Totes les persones entrevistades estan d'acord a dir que les drogues creen problemes personals i/o comunitaris.
- Una primera diferència molt clara s'aprecia entre adults i joves. Els joves situen la droga més personalment, en els problemes que els poden ocasionar consumir-ne, mentre que els adults inclouen i emfatitzen els problemes comunitaris.
- Els joves relacionen el consum amb l'estil de vida, l'ambient en què es mouen i amb la personalitat de cadascun.
- Els joves fan un abordatge més proper i participant, mentre que els adults fan un abordatge més global, com a espectadors.
- Els adults que treballen amb joves o en serveis d'intervenció (CAS) tenen una visió més preventiva i orientada als problemes que ocasionen les drogues en les persones.
- Altres professionals i polítics que no treballen amb joves situen el problema, sobretot, en els problemes comunitaris i veïnals.
- Seria interessant treballar conjuntament joves i adults en projectes preventius per potenciar l'empatia d'uns respecte als altres.
- Hi ha una percepció d'un bon compliment de la normativa legal sobre les drogues (amb alguna excepció).

- Es percep un bon control policial en els controls d'alcoholèmia.

## 6) Estructura del pla

A partir del diagnòstic realitzat, i integrant els programes i projectes que ja es feien des dels diferents serveis del territori, s'estructura el Pla local de drogues 2014-2017.

El Pla d'acció té una durada de quatre anys, (2014-2017), i comprèn un total de sis eixos, cadascun dels quals inclou diferents objectius.

Eixos del Pla d'acció

<b>1. Prevenció i reducció de la demanda</b>	Donar a la població eines per mantenir actituds favorables a no consumir drogues. Proporcionar als individus habilitats per enfortir la capacitat personal i per rebutjar l'oferiment de drogues.
<b>2. Detecció precoç i orientació</b>	Treballar en sistemes eficients de detecció del consum de drogues abans que el consum esdevingui problemàtic. Orientar o derivar els casos detectats desenvolupant vies d'actuació específiques als serveis corresponents.
<b>3. Reducció de riscos</b>	Donar eines als individus i als col·lectius per a la gestió dels riscos derivats del consum de drogues. Assumir la prevenció com una pràctica educativa i sanitària que eduqui en el consum responsable i que desenvolupi capacitats i habilitats per gestionar factors de risc específics.
<b>4. Reducció de danys</b>	Desenvolupar estratègies individuals i col·lectives en l'àmbit social i sanitari adreçades a millorar la qualitat de vida i l'assistència a les persones amb problemes derivats del consum de drogues. Reduir i minimitzar els efectes negatius del consum de drogues.
<b>5. Inserció social i laboral</b>	Enfortir les línies d'inserció social i laboral de les persones amb problemes derivats del consum de drogues. Evitar la marginalitat i l'exclusió social.
<b>6. Informació i coneixement</b>	Assolir un grau de coneixement de la realitat de Mollet del Vallès més elevat en relació amb el consum de drogues i de la tasca que es desenvolupa al municipi. Millorar i ampliar els sistemes de registre i l'avaluació dels indicadors de consum.

## 7) Objectiu general

Com a objectiu general es va establir el promoure hàbits i estils de vida saludables, prevenir i detectar de manera precoç el consum de drogues i potenciar el tractament i la reducció de danys en persones consumidores, així com la seva inserció social i laboral.

## 8) Objectius específics

Partint de l'objectiu general com a marc i de les dades quantitatives i qualitatives recollides en l'anàlisi de necessitats, la comissió tècnica va elaborar i prioritzar uns objectius de treball dins de cada eix.

**Nosaltres ens centrarem només en el primer eix: prevenció i reducció de la demanda, que és on se situa la promoció de la salut.**

## Eix 1. Prevenció i reducció de la demanda

### Objectius específics

- Promoure hàbits i estils de vida saludables a la comunitat.
  - Continuar treballant en els centres educatius de secundària la promoció de la salut i la prevenció d'inici de consum de drogues.
  - Treballar la prevenció universal potenciant les habilitats socials, emocionals i cognitives (habilitats per a la vida) en els centres d'educació primària i secundària.
  - Treballar amb les famílies els límits, les normes, la comunicació i les habilitats socials, emocionals i cognitives de totes les etapes educatives
  - Potenciar espais de lleure alternatiu. Fomentar una cultura del lleure dissociada del consum de drogues. Potenciar begudes alternatives en festes populars / festes majors.
  - Potenciar i promocionar l'esport.
- Treballar amb grups específics detectats: prevenció universal i selectiva.
- Vetllar perquè es compleixi la normativa de venda d'alcohol i tabac en els establiments, superfícies comercials i espais d'oci del municipi.

#### Prevenció universal i selectiva

Prevenció universal: intervenció adreçada a la població en general  
 Prevenció selectiva: intervenció adreçada a la població de risc

## 9) Pla d'acció (2014-2017)

És on es descriuen les intervencions dissenyades per a acomplir els objectius descrits. Normalment és un pla a 4 anys.

Vegeu els punts següents on es detallen les accions dissenyades. En el marc de l'Eix 1 de Prevenció i Reducció de la demanda, i vinculat a 3 objectius específics concrets, es detallen les accions relacionades amb diferents grups d'edat (0-6 anys, 6-12 anys i 12-18 anys).

## 10) Pla de treball

En aquest apartat es detallen les accions a realitzar anualment.



## 11) Avaluació

En aquest apartat es defineixen l'objectiu i de l'avaluació i els índexs que s'usaran per a avaluar l'aplicació del Pla. Tanmateix, no es tracta només d'avaluar els resultats, sinó fer-ho d'una manera global. Així, identifiquem tres aspectes:

- avaluació del disseny i de la planificació
- avaluació del procés
- avaluació dels resultats

## 12) Annexos

I tot Pla comporta un seguit de documents annexos on hi situem les dades, els exemples, i els materials que donen suport a les afirmacions del document.

## 2. Eix I: prevenció i reducció de la demanda: objectius i projectes

Vinculat a l'eix I, treballarem tres objectius i situarem cadascun d'ells en una etapa evolutiva per a la qual dissenyarem un programa o projecte.

- 0-6 anys. Treball amb les famílies: els límits, les normes i les habilitats socials, emocionals i cognitives a l'etapa d'educació infantil.
- 6-12 anys. Promoció de la salut i prevenció universal a l'educació primària, treballant les habilitats per a la vida i capacitant els infants i adolescents per prendre decisions responsables i fer front a la pressió del grup.
- 12-18 anys. Promoció de la salut i prevenció i/o retard de l'inici de consum de drogues a l'ESO.

Objectius	Programes/projectes
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Treballar amb les famílies els límits, les normes, la comunicació i les habilitats socials, emocionals i cognitives.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Moneo/Protego</i> (Programa d'habilitats socials i emocionals per a les famílies),</li> <li>• xerrades específiques per etapes educatives,</li> <li>• <b>els deu passos del programa <i>L'aventura de la vida</i>.</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promocionar la salut i la prevenció universal potenciant les habilitats socials, emocionals i cognitives en els centres d'educació primària.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fem pinya!</li> <li>• <b>Programa <i>L'aventura de la vida</i></b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Treballar en els centres educatius de secundària la promoció de la salut i la prevenció d'inici de consum de drogues.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Projecte municipal de tallers de salut a l'ESO</b></li> </ul>

El primer que fem és identificar quins són els materials de què disposem. En el nostre cas es disposava de diversos materials ja elaborats, per tant, no cal fer-los de bell nou. També podem accedir a materials ja elaborats per altres entitats i empreses amb qui l'Ajuntament tenen contacte. Per tant, **el més important és saber què necessitem, estar al dia dels materials disponibles, fer-ne una bona selecció, elaborar els que necessitem, i treballar amb els mediadors.** Els mediadors amb qui treballarem en aquesta etapa evolutiva són els pares, les mares i de vegades també els avis o tutors que estan al càrrec dels nens i nenes; també són mediadors els mestres i professors. Òbviament, també treballarem directament amb els infants i adolescents.

### 3. Intervencions en l'eix 1: La prevenció i reducció de la demanda en les diferents etapes educatives

#### 3.1. Treball amb les famílies a l'Educació Infantil

Etapa: educació infantil

Destinatari: pares i mares d'infants de l'etapa d'educació infantil (actuen també com a mediadors)

Material escollit: els deu passos del programa *L'aventura de la vida*

El treball amb les famílies és bàsic i indispensable en totes les etapes educatives, però hem escollit el treball amb famílies a l'etapa de 0-6 anys, per dos motius: perquè sabem que les famílies quan més receptives estan és a les edats més primerenques, i perquè pensem que quan abans comencem a establir pautes, valors i estils de vida saludables, millor.

Les famílies són el model a seguir pels infants i, per tant, tot i que sabem que no és fàcil, hem d'aconseguir treballa-hi. A més, hem de comptar que treballar amb les famílies és quelcom que haurem de seguir fent al llarg de totes les etapes educatives.

Hem escollit el material del programa *L'aventura de la vida*. Les raons per escollir aquest material per a la intervenció de zero a sis anys són:

- Està validat.
- Treballa amb tota la comunitat educativa: famílies, infants i professorat.
- Parteix de tres criteris que compartim:
  - Considera la salut com una manera de viure, és a dir, parla dels estils de vida.
  - Entén la prevenció com un enfortiment de la persona i, per tant, ens situa en el model de competències socials.
  - Treballa en xarxa: comunitat educativa, associacions territori, tècnics municipals, etc.

Amb el seu decàleg, els *10 Passos de L'aventura de la vida* pretén involucrar les famílies en la tasca de promoure estils i condicions de vida saludables com a eina de prevenció en matèria de drogues.

#### **L'aventura de la vida**

Flores, R. (2003). *Programa L'aventura de la vida. Adaptació del programa Osasunkume. La aventura de la vida*. Bilbao: Edex.

<http://www.edex.es/portfolio/la-aventura-de-la-vida/>



Té com a premissa bàsica que les habilitats necessàries per fer front a possibles situacions de risc s'han de desenvolupar des d'edats primerenques i els pares i mares tenen un paper decisiu en la promoció i el reforç d'aquestes habilitats.

Els recursos específics que comprèn aquest programa són:

- guia per a les famílies amb deu passos,
- sessions formatives per a pares i mares.

Aquest material es pot treballar de moltes maneres, depèn una mica de la persona que el lideri, i del temps que se li vulgui dedicar. Tanmateix, pensem que una bona manera de fer-ho és dedicant una sessió formativa a cadascun dels passos que es volen treballar.

Els deu passos que treballa la guia són:

- 1) Apreneu a escoltar realment els vostres fills.
- 2) Parleu amb els vostres fills de l'alcohol, el tabac i altres drogues.
- 3) Ajudeu els vostres fills a sentir-se bé amb si mateixos.
- 4) Oferiu un bon exemple.
- 5) Ajudeu els vostres fills a desenvolupar valors.
- 6) Ajudeu els vostres fills a afrontar la pressió dels companys.
- 7) Establiu normes familiars clares i estables.
- 8) Fomenteu activitats d'esplai.
- 9) Ajudeu els vostres fills a prendre decisions.
- 10) Actueu com a pares i mares i com a ciutadans.

Dins de cadascun d'aquest passos, es poden treballar aquestes habilitats. Com a exemple, analitzem quines habilitats i de quina manera es poden treballar aquestes habilitats en un dels passos:

### **Pas 3. Ajudeu els vostres fills a sentir-se bé amb si mateixos**

La sessió comença anunciant el que es vol aconseguir treballant aquest pas. En aquest cas seria aquest:

«Els vostres fills se sentiran bé quan reforceu els seus esforços i assoliment. Quan els hagueu de renyar critiqueu les seves accions i no a ells com a persones, així enfortireu la seva autoestima.»

A partir d'aquí, es treballen les habilitats següents amb els pares i mares:

**a) Estimuleu els èxits dels vostres fills.** Busqueu èxits, fins i tot en les petites coses; és més probable obtenir un comportament desitjable si es posa l'èmfasi en les coses positives i les reforceu. Aquest reforç fa que els nens i nenes desenvolupin sentiments positius.

**b) Elogieu l'esforç, no només l'èxit.** Fer-los saber que no sempre es guanya, però que l'esforç per aconseguir objectius és molt positiu i necessari per arribar a aconseguir-ho.

**c) Ajudeu els vostres fills a fixar-se metes realistes.** A fixar-se objectius petits i anar caminant fins a aconseguir-los.

**d) No compareu els resultats dels vostres fills amb els dels altres.**

**e) Quan feu correccions critiqueu l'acte, no l'infant.** És important fixar-nos a corregir comportaments i en la manera de dir-ho.

**f) Comuniqueu de manera apropiada els vostres sentiments.** Utilitzeu els missatges en primera persona, aquests missatges permeten que els infants no se sentin atacats.

**g) Proporcioneu responsabilitats als vostres fills.** Els infants que tenen feines per fer a casa aprenen a veure's útils i part integrant d'un grup. Complir les seves obligacions també els produeix una sensació de competència i d'èxit.

**h) Feu bromes i expliqueu acudits.** El sentit de l'humor és un factor bàsic perquè les persones se sentin bé. Riure plegats és una experiència de bona convivència.

**i) Demostreu als vostres fills que els estimeu.** Fer petons, abraçades, dir-los que els estimeu els fa sentir bé amb ells mateixos.

Totes aquestes habilitats s'haurien de tractar en una sessió de noranta minuts aproximadament. La sessió ha de ser dinàmica utilitzant *role-playing*, visualitzacions de vídeos, fent dinàmiques per grups, etc. L'objectiu final és que els pares i mares entenguin quines habilitats han de reforçar als seus fills i que les practiquin fins a la sessió següent.

És aconsellable iniciar la sessió següent recordant el pas treballat a la sessió anterior i donant espai perquè es pugui explicar com han anat les pràctiques amb els fills.

També es pot fer la versió més reduïda, que és fer una única sessió formativa on s'expliquin els continguts de la guia i es lliuri una guia a cada família.

### 3.2. Treball amb l'alumnat a l'Educació Primària

Etapa: educació primària

Destinatari: nens i nenes de 7 a 12 anys

Material escollit: àlbums de cromos del programa *L'aventura de la vida*

Mediadors: professorat

Continuant amb el material del programa *L'aventura de la vida*, ara l'utilitzarem per fer la intervenció en nens i nenes de 7-12 anys (de 3r a 6è de primària). El material que utilitzarem seran els àlbums de cromos i els mediadors aquí no seran els pares i mares, sinó el professorat, que serà qui farà la intervenció a l'aula.

Objectius que es treballaran a l'aula

- Millorar la percepció que tenen els alumnes d'ells mateixos.
- Desenvolupar amb èxit habilitats emocionals.
- Enfortir l'autonomia personal i desenvolupar competències per prendre decisions i establir lligams afectius.
- Facilitar el coneixement de les influències socials sobre conductes relacionades amb la salut.
- Informar sobre les drogues més presents.
- Treballar els hàbits de salut i els comportaments de risc.
- Potenciar el compromís amb la seva salut.

Es treballa a partir de quatre blocs: autoestima, habilitats per a la vida, drogues i hàbits saludables. Cada bloc està format per temes que es treballaran a partir de cromos a l'aula.

1) **autoestima**: respecte vers un mateix, afrontament dels desafiaments

2) **habilitats per a la vida**: control de la tensió, relació i presa de decisions

3) **drogues**: medicaments, tabac i alcohol

4) **hàbits saludables**: activitat/descans, alimentació, seguretat, higiene

#### Material didàctic

El material bàsic del programa són àlbums de cromos. Hi ha un àlbum per a cada alumne i una guia per al professorat que suggereix com dinamitzar a l'aula els diferents cromos.

**L'aventura de la vida**

<http://www.edex.es/portfolio/la-aventura-de-la-vida/>



Els àlbums presenten els continguts del programa: de l'encreuament de dotze temes amb quatre grans blocs, sorgeixen trenta-sis històries breus en trenta-sis cromos, que mostren la vida quotidiana d'una colla de nens i nenes en tres escenaris de la vida: família, escola i barri.

Els protagonistes de les històries són una colla de nois i noies, una d'elles cega, que es fa acompanyar per un animal de companyia que es diu Llampec. En les imatges i els textos que les acompanyen queda reflectida una part de la vida quotidiana d'aquests nois i noies.

Com a exemple, agafarem un cromo de l'àlbum de cinquè dins del bloc de drogues on es treballa l'alcohol:

El cromo té per títol: **Alcohol? Ni de broma!** I el text que l'acompanya és el següent:

Nadal és la nostra festa preferida. En aquestes dates no falta de res: vacances, alegria als carrers, regals per a tothom... i alcohol.

Les reunions familiars ens proporcionen els millors moments. Al voltant de la taula mengem, parlem, juguem a cartes, cantem... Algunes persones grans solen beure més que de costum, es posen pesades i fins i tot conviden a beure de vegades els nens i nenes. Però nosaltres no acceptem, sabem que amb l'alcohol no es fa broma.

A partir del cromo el professor dinamitza la sessió a l'aula fent intervenir els nois perquè hi diguin la seva tot recordant moments i experiències similars, etc.

A part dels cromos, que són l'eina bàsica amb què treballarà el professor a l'aula, també hi ha altres eines de suport al programa com són vídeos, contes per xerrar i una web <http://laaventuradelavida.net/> on es pot trobar tot el material i més recursos.

### **3.3. Treball amb l'alumnat a l'Educació Secundària**

Etapa: ESO

Destinatari: Adolescents de 12 a 18 anys

Material escollit: tallers de salut a l'aula

En aquesta intervenció hem escollit un projecte diferent als anteriors. El projecte municipal de *Tallers de salut a l'aula*.

Aquest projecte consisteix a facilitar als centres educatius un catàleg amb tallers de salut que treballen diversos blocs i temes de promoció de salut. Davant d'aquest catàleg, i en funció de les necessitats del grup, el professorat escollirà quins treballar cada any.

L'objectiu general aquí és informar i capacitar els nois i noies de l'ESO, de dotze i setze anys, perquè puguin millorar la seva salut, adquirint hàbits de salut, millorant els factors de protecció i adquirint habilitats i estratègies que els ajudin a fer front als factors de risc.

Cada taller està recomanat per a una etapa educativa, però és el tutor qui acabarà decidint a quin curs es farà el taller, ja que és ell el que coneix els alumnes i sap què cal reforçar i treballar en el grup.

**En aquesta intervenció els tallers son molt específics, i els facilitadors seran persones especialistes del tema; és a dir, ja no serà el professorat ni els pares qui els imparteixin, tot i que el professorat serà també un aliat en aquesta intervenció.**

Els tallers treballen temàtiques diferents i estan agrupats en cinc blocs:

- **Benestar emocional**
  - *M'agrada tal com sóc*. Taller que treballa l'autoestima i que està recomanat per al primer cicle de l'ESO.
  - *Prevenió d'assetjament escolar (bullyig)*. Taller que treballa la prevenió i detecció precoç de l'assetjament a primer i segon cicle de l'ESO.
  - *Amunt videofòrum*. Taller que treballa la fase maníaca del trastorn bipolar i que està recomanat per al segon cicle de l'ESO.
- **Prevenió de drogodependències**
  - Taller de prevenió del tabac recomanat per al primer cicle.
  - Taller de prevenió del cànnabis recomanat per al segon cicle de l'ESO.
  - Anem de festa recomanat per al segon cicle de l'ESO.
- **Alimentació**
  - Alimentació saludable i trastorns del comportament alimentari: promocionar uns bons hàbits d'alimentació i fer una detecció precoç de trastorns del comportament alimentari (primer i segon cicle de l'ESO).
  - Menjar sa: treballar l'alimentació mediterrània, i promocionar uns bons hàbits d'alimentació (primer cicle de l'ESO).
- **TIC**





- *Estàs pantallat?* Afavorir un ús responsable de les pantalles: xats, mòbils, etc. (primer cicle de l'ESO).
- **Autoprotecció:** taller d'autoprotecció i suport vital bàsic: dotar els joves d'eines i recursos per identificar una situació d'emergència i saber com actuar (segon cicle de l'ESO).

Seguint amb el Pla de drogues, els tallers que hem escollit del catàleg per fer la nostra intervenció secundària són els de prevenció de drogodependències.

### **Taller de prevenció de tabac**

Objectius específics:

- Dotar l'alumne d'informació relacionada amb el concepte de droga.
- Parlar dels valors i de les actituds.
- Treballar l'assertivitat i la presa de decisions.

Destinatari: alumnes de segon de l'ESO

### **Taller de prevenció del cànnabis**

Objectius específics:

- Sensibilitzar dels riscos del consum de cànnabis.
- Oferir informació sobre quines són les disposicions legals relacionades amb aquesta substància.
- Dotar d'elements de resistència.

Destinatari: alumnes de segon i tercer de l'ESO

### ***Anem de festa***

Objectius específics:

- Tractar temes com la sexualitat, el consum d'alcohol i d'altres substàncies.
- Reflexionar sobre el lleure juvenil i les relacions que s'estableixen.
- Saber implicar-se positivament en la salut.

Destinatari: alumnes de tercer i quart de l'ESO

La metodologia emprada en cadascun dels casos serà una sessió de noranta minuts a l'aula.

Una bona programació en prevenció de drogodependències a l'ESO podria ser començar a segon de l'ESO amb el tema del tabac, continuar a tercer amb el cànnabis i a quart fer el taller *Anem de festa*. Però, com ja hem dit abans, no

tots els grups són iguals i deixem que els tutors decideixin quins taller són els més adients depenent del grup. El professorat està cada dia amb els nois i els coneixen molt bé, cal escoltar-los i acabar de consensuar amb ells els tallers que es faran.

El taller el fa una persona especialista en el tema, però es demana als tutors o docents que estiguin presents en el taller i se'ls facilita material perquè després puguin continuar treballant els temes a l'aula de tutoria o quan ells ho considerin adient.

Com a exemple, descriurem la dinàmica d'un dels tallers: el taller *Anem de festa*

### **Exemple: taller *Anem de festa***

Aquest taller se situa en el model biopsicosocial i treballarà els tres aspectes del consum i abús de les drogues: la substància consumida, el subjecte consumidor i la situació social en què té lloc el consum.

La dinàmica serà la següent: se situarà els nois i noies en una festa major i se'ls preguntarà si sortiran a la nit o no, i que esperen d'aquella nit. A partir d'aquí es parlarà sobre el lleure, sobre com l'ocupem, quines activitats podem fer, del sortir de festa com a opció (no com a obligació), normalitzant ambdues opcions (sí o no). També es parlarà de si cal o no consumir alcohol en sortir de festa, aquí també és bo donar totes les possibilitats, i entendre que no tothom ha de fer el mateix.

Si decidim consumir alcohol, parlarem dels diversos moments o fases pels quals es passa, des d'«agafar el puntet» per divertir-se fins al coma etílic. En totes les fases es parla de com es viu, quins sentiments es tenen, quins comportaments, de si t'ho passes bé o no, i de com això té una incidència sobre tu, sinó també sobre els que hi ha al teu voltant.

En la mesura que es va passant per fases més abusives de l'alcohol, es va entenent que ja no és tan divertit i les conseqüències que això pot portar. Es parla també de com cal reaccionar com a amics de la persona que ha consumit de manera abusiva, a qui avisar, i no deixar-lo sol.

L'objectiu final és evitar un consum abusiu, entendre que es pot anar de festa sense consumir o consumint amb moderació. I s'aborda també el tema de la sexualitat, dels comportaments assetjadors i de la falta de control que produeix l'alcohol. També es relaciona amb la conducció i amb la salut.

Totes les intervencions han d'estar avaluades, tant en el procés com en els resultats. El procés seria la relació establerta amb els mediadors, nombre d'entrevistes, reunions, nombre de tallers demanats pels tutors, etc. (sovint ho avaluem amb dades objectives i amb qüestionaris de satisfacció a l'alumnat i al professorat). I el resultat avaluarà la consecució dels objectius pretesos respecte a les conductes vinculades al consum.

## Bibliografia

### Referències bibliogràfiques

Ajuntament de Mollet del Vallès (2014). *Pla Municipal de Prevenció de Drogodependències. Mollet del Vallès, 2014-2017*.

Ajuntament de Mollet del Vallès (2016). *Catàleg de tallers de salut* (última revisió 2016). Recuperat de [http://www.molletvalles.cat/DetailContinguts/\\_wEovPETJ6tdFGotXrgAG61LoeMm85Py\\_VJ9EpJZzVsD1imr9a1Dng](http://www.molletvalles.cat/DetailContinguts/_wEovPETJ6tdFGotXrgAG61LoeMm85Py_VJ9EpJZzVsD1imr9a1Dng)

Font, S., Gras, E., i Planes, M. (2010). *Programas preventivos de las drogodependències. Guía de evaluación* (col·lecció Bienestar Social, 4). Barcelona: Diputació de Barcelona. Recuperat de: [http://www.prevencionbasadaenlaevidencia.net/uploads/PDF/IME\\_Font\\_GuiaEvaluacionProgramas.pdf](http://www.prevencionbasadaenlaevidencia.net/uploads/PDF/IME_Font_GuiaEvaluacionProgramas.pdf)

Flores, R. (2003). *Programa L'aventura de la vida. Adaptació del programa Osasunkume. La aventura de la vida*. Bilbao: Edex. Recuperat de <http://www.edex.es/portfolio/la-aventura-de-la-vida/>

Generalitat de Catalunya (2006). *Pla director de salut mental i addiccions*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de Salut, Direcció General de Planificació i Avaluació.

Generalitat de Catalunya (2008). *Llibre Blanc de la prevenció a Catalunya: consum de drogues i problemes associats*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de Salut, Subdirecció General de Drogodependències, Direcció General de Salut Pública.

Generalitat de Catalunya (2012). *Pla de Salut de Catalunya 2011-2015*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de Salut.

Generalitat de Catalunya (2013). *Enquesta de salut de Catalunya 2012*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de Salut, Direcció General de Planificació i Recerca en Salut.

Larriba, J., Duran, A. M., i Suelves, J. M. (2002). *Moneo. Educació familiar per a la prevenció de les drogodependències*. Barcelona: PDS Promoció i Desenvolupament Social.

Larriba, J., Duran, A. M., i Suelves, J. M. (2017). *Protego: Entrenament en parentalitat positiva i habilitats educatives per a pares i mares* (3a. ed.). Barcelona: Promoció i Desenvolupament Social.

Larriba, J. i García, C. (2004). *Fem Pinya!* Barcelona: PDS Promoció i Desenvolupament Social. Recuperat de <http://www.pdsweb.org/es/fem-pinya-todos-a-una/>

Ministeri de Sanitat, Política Social i Igualtat (2014). *Encuesta estatal sobre el uso de drogas en la enseñanza secundaria ESTUDES 2012-2013*. Madrid: Ministeri de Sanitat, Política Social i Igualtat.

Ministeri de Sanitat, Serveis Socials i Igualtat (2013). *Encuesta EDADES 2011-12*. Madrid: Ministeri de Sanitat, Serveis Socials i Igualtat, Secretaria d'Estat de Serveis Socials i Igualtat, Delegació del Govern per al Pla Nacional sobre Drogues.

Novell Ribas, A. (2012). *Estudi de percepció del consum de drogues a Mollet del Vallès*. Recuperat de <https://prezi.com/ekqvfi8aihxr/estudi-de-percepcio-del-cosum-de-drogues-a-mollet-del-valles/>

Palacios, D. (2001). *Manual para la elaboración de Planes Municipales sobre Drogas*. Madrid: Ministeri de l'Interior i Federació Espanyola de Municipis i Províncies.

Centre SPOTT (2012). *Guia per a l'elaboració d'un Pla local de drogodependències*. Barcelona: Diputació de Barcelona.

