

Fem Llar

Butlletí familiar d'educació per a la salut núm. 46

any 2025

Campanya “CANVIA EL PLA” EN PLA... SALUDABLE



La UPCCA de la Mancomunitat ha llançat la campanya:

Canvia el pla,

per a sensibilitzar sobre els riscos d'algunes substàncies i certs comportaments potencialment addictius. La campanya es porta a terme sobre tot en els centres educatius però el missatge que busquen generar alternatives als comportaments de risc volem que arriben a tota la població.

ELS OBJECTIUS DE LA CAMPANYA:

- Estimular l'actitud crítica cap a alguns comportaments i consums que estan molt normalitzats, com el consum d'alcohol, cànnabis, tabac i begudes energètiques i comportaments com l'ús excessiu de les tecnologies.
- Usar la falca verbal “en plan”, tan utilitzada pels adolescents per canviar-li el sentit i proposar alternatives.

La campanya consta de 8 blocs agrupats en dos grans apartats:

RISCOS I ADDICCIONS A SUBSTÀNCIES



ALCOHOL



TABAC I VÀPERS



CÀNNABIS



BEGUDES ENERGETIQUES

RISCOS I ADDICCIONS COMPORTAMENTALS



PANTALLES



VIDEOJOC



APOSTES



LA DICTADURA DEL LIKE

COM ES DESENROTLLA LA CAMPANYA?

Àmbit escolar

- Cada bloc de l'exposició va acompanyat per una sèrie de preguntes per a la reflexió i **activitats** per a treballar a les aules de l'ESO.
- **Exposició** dels pannells als centres educatius
- Reunions informatives amb el **professorat** per explicar els materials



Ens ajudeu
a canviar
el pla?

Àmbit comunitari

- **Difussió** en xarxes i mitjans de comunicació de la campanya i els missatges que proposa
- **Exposició** dels pannells en casals joves i altres espais
- Disseny de campanyes complementàries (dies mundials, etc)

Podeu consultar els materials de la campanya a la web de la Mancomunitat www.mancovall.com i seguir informats a les xarxes de la UPCCA i la Mancomunitat:



<https://www.facebook.com/upccaMancovall>
https://www.instagram.com/upcca_mancovall/
<https://www.instagram.com/mlavalldalbaida/>
<https://www.facebook.com/MlaValldAlbaida>



MANCOMUNITAT
DE MUNICIPIS
DE LA VALL D'ALBAIDA



GENERALITAT
VALENCIANA
Conselleria de Sanitat