

# PREVENCIÓN SOCIAL



PrevencionSocialCaboCorrientes



prevencionsocial@cabocorrientes.gob.mx



(322)-100-5595

## CONTENIDO

Mensaje preventivo.....	1
¿Qué le falta a tu casa?.....	2
Misión Preventiva .....	3
Aprendiendo a Cuidarte.....	4
Convivencia sin violencia.....	5
Acoso escolar: Bullying.....	6
Saber Elegir.....	7
Padres en Prevención .....	8
VEA: Vecinos en alerta.....	9
Convivencia Escolar .....	10
Terapia cognitivo conductual .....	11
Curso de verano: Yo soy súper héroe .....	12
Activación física: zumba .....	13
Actividad deportiva .....	14
Recuperación de espacios públicos.....	15
Instructores de Prevención Social.....	16
Frases que dejan huella .....	17

## FRASES QUE DEJAN HUELLA

- Ⓜ “No hay niños difíciles, lo difícil es ser niño en un mundo de gente cansada, ocupada, sin paciencia y con prisa”.
- Ⓜ “Exigir es fácil, señalar es fácil, condenar es fácil, quejarse es fácil, pero dar el ejemplo es lo difícil”.
- Ⓜ “Lo que esta generación de niños y adolescentes está pidiendo a gritos son padres que pongan límites claros y consecuencias naturales, que sean ejemplos a seguir, que regalen afecto en vez de comprarlo, que estén pendientes y más presentes”.
- Ⓜ “La vida no tiene premios ni castigos solo consecuencias”.
- Ⓜ “No es como te criaron ni lo que te paso, tú puedes hacer la diferencia y hacer las cosas bien”.
- Ⓜ “Ten empatía por los demás hay personas: con un vacío, tratando de no quebrarse, con un nudo dentro, sanando heridas y haciendo lo mejor que puede”.
- Ⓜ “En lugar de comprar a tus hijos lo que nunca tuviste, deberías enseñarles todo lo que nunca te enseñaron, lo material se degasta pero el conocimiento permanece”.
- Ⓜ “El sentido de la vida es tener Valores, no cosas de valor.

## INSTRUCTORES PREVENCIÓN SOCIAL

### **ROGELIO LÓPEZ DÍAZ**

- Encargado de Prevención Social de la Violencia y la Delincuencia, Seguridad Pública Municipal de Cabo Corrientes, Jalisco.
- Sesiones de prevención social del programa homologado Aprendiendo a Cuidarte.
- Sesiones de prevención social del programa ConVIVencia sin Violencia.
- Sesiones del Programa Saber Elegir Cabo Corrientes.
- Sesiones del Programa Padres en Prevención.

### **SILVIA SINTA JIMÉNEZ**

- Policía de Línea, Seguridad Pública Municipal de Cabo Corrientes.
- Enlace Municipal en Prevención Social.
- Certificación del Curso “Terapia Cognitivo Conductual para Jóvenes en Conflicto con la Ley”.
- Certificación en programas homologados en materia de prevención social de las violencias y delincuencia.
- Sesiones de prevención social del programa Aprendiendo a Cuidarte.
- Sesiones de prevención social del programa ConVIVencia sin Violencia.
- Sesiones de prevención social del programa Saber Elegir Cabo Corrientes.

### **JESSICA MOLINA FARÍAS**

- Policía de Línea, Seguridad Pública de Cabo Corrientes, Jalisco.
- Certificación en programas homologados en materia de prevención social de las violencias y delincuencia.
- Sesiones del programa Aprendiendo a Cuidarte.
- Sesiones de prevención social del programa ConVIVencia sin Violencia.
- Sesiones de prevención social del programa Saber Elegir.

## MENSAJE PREVENTIVO

El departamento de Prevención Social lleva a cabo la educación preventiva hacia la niñez, adolescentes y adultos con la finalidad de promover y fortalecer los factores de autoprotección, fomentar la prevención social de la violencia y la delincuencia en la disminución de factores de riesgos.

Mediante diversos programas preventivos se dotará de conocimientos que les permitan desarrollar habilidades para que tomen decisiones asertivas ante situaciones de riesgo o negativas que puedan afectar su estado emocional, ayudándonos a multiplicar los conocimientos adquiridos y fomentando la seguridad personal y la participación ciudadana en su entorno, mediante actividades deportivas, activación física, mejorar la convivencia de los alumnos en los centros escolares, curso de verano en periodos vacacional, terapia cognitivo para padres y alumnos para canalizar sus emociones, fomentar la cohesión social con el programa VEA y recuperando los espacios públicos.

Es importante que los padres de familia fortalezcan la comunicación con sus hijos y su familia, eduquen sin violencia mediante un estilo firme y amoroso, establezcan límites y reglas en casa, identifiquen los factores de riesgo y fortalezcan los factores de protección. Los programas preventivos son gratuitos para toda la población estudiantil y padres de familia, con un horario de atención de Lunes a Viernes de 09:00 am a 16:00 hrs y turno vespertino según se requiera. Teniendo cobertura en todos los planteles escolares del municipio con fundamento en la Ley de Prevención Social del Estado de Jalisco y Reglamento de Prevención Social Municipal, no se cuenta con un formato fijo establecido.

## ¿QUÉ LE FALTA A TU CASA?

La familia es una fuente de apoyo y protección para los niños, adolescentes y jóvenes, en ella se aprende creencias, valores, hábitos y formas de ser, que se reflejan dentro y fuera de casa.

### ¿Qué le falta a tu casa?

- 1. Cimientos: Valores y buenas costumbres.** La educación se aprende en casa. **Valores:** Gratitude, honestidad, responsabilidad, integridad, amor, respeto, solidaridad, empatía, etc.  
**Buenas costumbres:** Saludar, despedirse, por favor, con permiso, muchas gracias, cubrirse la boca al estornudar, salud, etc.
- 2. Puertas y ventanas: comunicar y expresar sentimientos.** La comunicación es como la puerta y la ventana escuchar y expresar los sentimientos, comuníquese con sus hijos, platíqueles, escúcheles, mírelos y ponga atención a lo que dicen o piensan.
- 3. Techo: Supervisión y cercanía.** Se asemeja al techo de la casa el cual brinda protección. Es responsabilidad de los padres supervisar lo que hacen sus hijos sin que se sientan intimidados o acosados.
- 4. Rejas o bardas: normas y reglas.** Se representa en la casa en establecer reglas y límites, el establecer acuerdos nos ayudan a convivir mejor y evitar conflictos, las reglas son un escudo de protección. Reflexionemos: ¿Qué le falta a tu casa? ¡Asegúrese que no le falte las puertas, ventanas, techo y rejas o bardas!

## RECUPERACIÓN DE ESPACIOS PÚBLICOS

Con el apoyo del gobierno del Estado y del gobierno municipal se llevan a cabo estrategias de recuperación de espacios públicos deteriorados o en abandono.



## ACTIVIDAD DEPORTIVA

Se impulsa el fortalecimiento de las actividades deportivas en niños y adolescentes como factor de protección para disminuir los factores de riesgos a los cuáles son vulnerables los menores de edad, que aprendan a hacer mejor uso de sus tiempos libres.



## MISIÓN PREVENTIVA

Se imparten diversos temas para realzar la figura del policía y sus funciones, Qué es una falta administrativa y un delito, aprendiendo a cuidarte, adicciones, abuso sexual, violencia intrafamiliar, la prevención del suicidio, valores de la familia, autoestima, cómo ser resiliente, derechos y responsabilidades de los niños, medidas de seguridad en casa, medidas de seguridad: de las personas, fraude telefónico, de los vehículos, en los negocios, denuncias 911, utilización del tiempo libre en la familia, entre otros.



## APRENDIENDO A CUIDARTE

El programa Aprendiendo a Cuidarte se imparte a nivel preescolar y a nivel primaria en los grupos de primero a tercer año escolar, se narra una historia de unos niños que son muy buenos amigos “Paty” y “Chuy” a través del teatro guiñol con los personajes de “Paty”, “Chuy” y “Poli cuate”, mediante la sensibilización de los niños sobre medidas preventivas de auto protección en la prevención del abuso sexual infantil, identifiquen los factores de riesgo, violencia, adicciones, faltas administrativas, delitos, derechos y deberes de los niños, valores, apoyo en los cuerpos de seguridad y promover una cultura de paz.



## ACTIVACIÓN FÍSICA: ZUMBA

Se llevan a cabo actividades de activación física en los diferentes centros escolares. Se imparten sesiones de zumba a madres de familia mediante ejercicios aeróbicos al ritmo de música latina con el objetivo de promover una mejor calidad de vida y evitando el sedentarismo.



## CURSO DE VERANO: YO SOY SUPER HÉROE

El curso tiene una duración de dos semanas hábiles, con cuatro horas diarias de actividades preventivas, recreativas y lúdicas con los menores de edad.

Se aprovecha el periodo de vacaciones de fin de curso de los menores de edad llevando a cabo actividades preventivas sobre violencia, número de emergencia, yo soy policía, faltas administrativas, delitos, adicciones, bullying/ciberdelitos, cuidados en la salud y alimentación, pláticas de protección civil, cultura ambiental, juego de valores, juegos tradicionales, zumba, salidas a la naturaleza (campamento y salida a playa), proyección de películas con mensaje reflexivo.



## CONVIVENCIA SIN VIOLENCIA

Se imparte el programa ConVIVencia sin Violencia a niños de primaria, secundaria y preparatoria, mediante representaciones con teatro guiñol caracterizados con los personajes “Emma”, “Chuy”, “Droguis”, “Violeta” y “Policuate” para la concientización de los menores de edad sobre los factores de riesgos a los cuales pueden estar expuestos como son las adicciones, personas malintencionadas, la violencia, delitos, faltas administrativas e invitándolos a que fortalezcan sus habilidades sociales, sus factores de protección y una cultura de paz.



## ACOSO ESCOLAR: BULLYING

Se llevan a cabo sesiones preventivas sobre acoso escolar especialmente en grupos que presentan esta problemática y a petición de las autoridades académicas.



## TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL

El taller de terapia cognitivo conductual consta de 10 sesiones:

1. Atención plena ¿Para qué?
2. Practicando la atención plena
3. Haciéndonos conscientes de los impulsos automáticos (responder vs reaccionar)
4. Reconociendo la preocupación I
5. Reconociendo la preocupación II
6. Cambiando la relación con las emociones y las situaciones difíciles I
7. Cambiando la relación con las emociones y las situaciones difíciles II
8. Atención plena, empatía y cuidado de otros
9. Atención plena y cuidado de uno mismo
10. Disfrutar y agradecer.

Teniendo como objetivo que las personas disminuyan sus conductas impulsivas basado en atención plena (mindfulness) basado en Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT) dentro del marco teórico de la neuropsicología que incluye habilidades cognitivas de autorregulación emocional, control de impulsos y gestión de emociones, disminuyendo los comportamientos violentos en jóvenes y adultos.



## CONVIVENCIA ESCOLAR

El programa se imparte en los diferentes centros escolares enfocado a los niños y adolescentes con la finalidad de fortalecer los factores de auto protección de la convivencia escolar y fomentar la prevención social. Con una duración de una hora por semana.

Consta de 6 lecciones:

1. Autoestima: Me conozco, me acepto y me quiero.
2. Emociones: Reconozco y manejo mis emociones.
3. La convivencia: Convivo con los demás y los respeto.
4. Las reglas: Acuerdos para la sana convivencia.
5. Los conflictos: Manejo y resolución de conflictos.
6. La familia: Todos somos importantes en la familia y todas las familias son importantes.



Infografía del programa Convivencia Escolar. Incluye el logo de Cabo Corrientes, el título "CONVIVENCIA ESCOLAR", un correo electrónico "prevencion@cabocorrientes.gob.mx", un teléfono "(322) 352-2349", un campo de texto "NOMBRE:" y logos de "PREVENCIÓN SOCIAL" y "Cabo Corrientes PREVENCIÓN SOCIAL".

## SABER ELEGIR

El programa preventivo Saber Elegir consta de 10 sesiones preventivas:

1. Presentación del programa
2. Conociendo el Policía
3. Violencia
4. Faltas administrativas
5. Delitos
6. Adicciones
7. Valores
8. Actividad deportiva
9. Plan de vida
10. Cuestionario final

Con una duración de una hora por semana y se hace una reunión de padres de familia y entrega de reconocimientos. Se proyectan videos preventivos de acuerdo al tema y dinámicas con los estudiantes para que sea interactivo y divertido. Se lleva a cabo en los diferentes centros escolares desde nivel escuelas primarias, Secundaria y Preparatorias. Teniendo un impacto significativo en la conducta de los niños, adolescentes y jóvenes.



## PADRES EN PREVENCIÓN

Es un curso-taller para dar a conocer a los padres de familia y adultos las habilidades y las herramientas que les permitan ejercer una educación sin violencia, así como promover mejores prácticas de crianza en sus familias y en su entorno con la finalidad de promover y fortalecer una prevención social de conductas antisociales, violencia y la delincuencia.

Consta de tres etapas:

Etapas:  
Etapas 1: Educación sin violencia para la familia

Etapas 2: Factores de riesgo en la familia

Etapas 3: Herramientas que generan factores de protección en la familia.



## VEA: VECINOS EN ALERTA

Es un programa con acciones encaminadas a la Prevención de los factores de riesgo, participando de manera organizada los ciudadanos en coordinación con instituciones municipales y no gubernamentales: creando cohesión social. Teniendo como objetivo fomentar la educación preventiva, una cultura de paz, de auto protección y aprendan a afrontar situaciones de riesgo.



Beneficios:

- Rescatar lugares de esparcimiento
- Lograr una comunidad segura y organizada
- Mayor seguridad personal, familiar, patrimonial y social.

El programa VEA consta de las siguientes etapas:

Etapas:  
Etapas 1: Importancia de la participación social

Etapas 2: Diagnóstico participativo

Etapas 3: Marcha exploratoria

Etapas 4: Conociendo el plan de acción

Etapas 5: Plan de acción: Diseño de estrategias

Etapas 6: Elaboración, seguimiento y reforzar el plan de acción.