

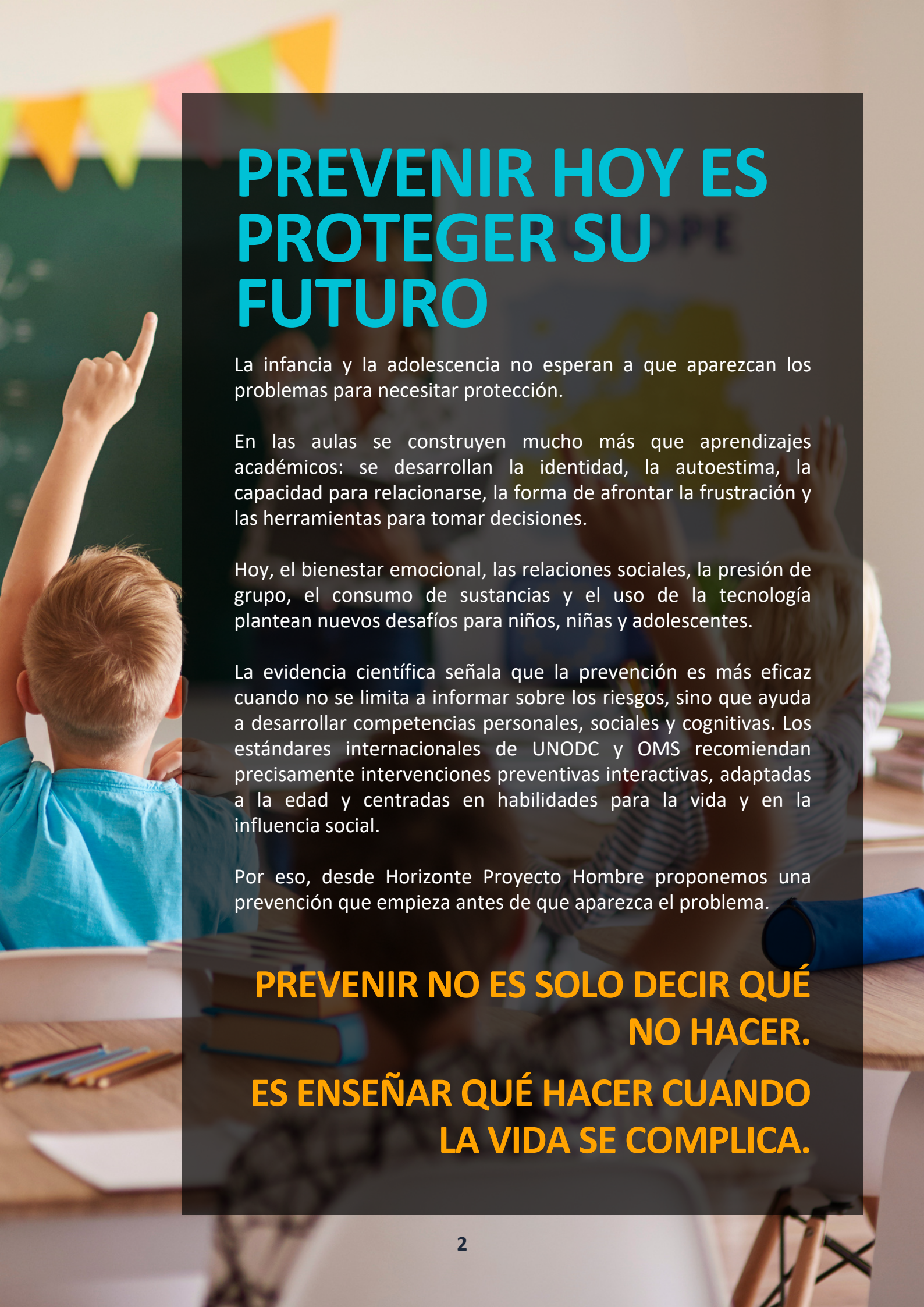
PROGRAMA DE PREVENCIÓN ESCOLAR

*Horizonte
Proyecto Hombre*

2026–2027

www.horizonteprojectohombremarbella.org



A young boy with light brown hair, wearing a blue t-shirt, is seen from behind, pointing his right index finger upwards. He is in a classroom setting, with a green chalkboard and colorful triangular bunting in the background. The text is overlaid on a dark grey semi-transparent box.

PREVENIR HOY ES PROTEGER SU FUTURO

La infancia y la adolescencia no esperan a que aparezcan los problemas para necesitar protección.

En las aulas se construyen mucho más que aprendizajes académicos: se desarrollan la identidad, la autoestima, la capacidad para relacionarse, la forma de afrontar la frustración y las herramientas para tomar decisiones.

Hoy, el bienestar emocional, las relaciones sociales, la presión de grupo, el consumo de sustancias y el uso de la tecnología plantean nuevos desafíos para niños, niñas y adolescentes.

La evidencia científica señala que la prevención es más eficaz cuando no se limita a informar sobre los riesgos, sino que ayuda a desarrollar competencias personales, sociales y cognitivas. Los estándares internacionales de UNODC y OMS recomiendan precisamente intervenciones preventivas interactivas, adaptadas a la edad y centradas en habilidades para la vida y en la influencia social.

Por eso, desde Horizonte Proyecto Hombre proponemos una prevención que empieza antes de que aparezca el problema.

**PREVENIR NO ES SOLO DECIR QUÉ
NO HACER.
ES ENSEÑAR QUÉ HACER CUANDO
LA VIDA SE COMPLICA.**



1. ¿POR QUÉ PREVENIR AHORA?

La salud y el bienestar emocional de niños, niñas y adolescentes constituyen una prioridad educativa y social.

El Barómetro de Opinión de la Infancia y la Adolescencia de UNICEF España 2023-24 señala que el 41 % de los adolescentes participantes manifestó haber tenido o creer haber tenido un problema de salud mental durante el último año. Entre quienes experimentaron estas dificultades, una parte importante no llegó a pedir ayuda.

En paralelo, los datos más recientes de ESTUDES 2025, (Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones, Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas) muestran una evolución favorable en distintos indicadores de consumo entre estudiantes de 14 a 18 años, pero confirman que el alcohol continúa teniendo una presencia elevada y que siguen siendo necesarias actuaciones preventivas relacionadas con el consumo de sustancias y otras conductas de riesgo.

El Ministerio de Sanidad también incorpora en sus estudios el uso problemático de internet, los videojuegos y el juego con dinero, reflejando la necesidad de educar para un uso digital saludable y responsable.

La prevención no debe esperar a que exista un diagnóstico, un consumo problemático o una

situación de crisis.

Debe comenzar cuando todavía estamos a tiempo de fortalecer capacidades.

2. ¿QUÉ PROPONEMOS?

El Programa de Prevención Escolar de Horizonte Proyecto Hombre desarrolla talleres y dinámicas dirigidos al alumnado desde las primeras etapas educativas hasta Bachillerato, con contenidos adaptados a la edad y a las necesidades del grupo. Este enfoque forma parte de la trayectoria preventiva de la entidad.

Nuestro objetivo es fortalecer factores de protección y proporcionar herramientas prácticas para afrontar situaciones cotidianas.

No se trata únicamente de hablar de drogas.

Trabajamos sobre aquello que ayuda a prevenirlas y, al mismo tiempo, favorece el bienestar:

- **EMOCIONES:** reconocer, expresar y regular lo que sentimos.
- **RELACIONES:** comunicarnos, empatizar, establecer límites y afrontar la presión social.
- **DECISIONES:** pensar antes de actuar, valorar consecuencias y resolver problemas.
- **ENTORNO DIGITAL:** utilizar la tecnología con criterio, seguridad y equilibrio.
- **PROYECTO VITAL:** desarrollar autonomía, valores, metas y una visión saludable del futuro.

3. LAS CINCO COMPETENCIAS QUE ENTRENAMOS

01 · COMPETENCIAS EMOCIONALES

Autoconocimiento y autorregulación: trabajamos el reconocimiento de emociones, autoestima, frustración, autonomía emocional y estrategias para afrontar situaciones difíciles.

Prevenir también es aprender a gestionar el malestar.

02 · COMPETENCIAS SOCIALES

Relacionarse y convivir: trabajamos comunicación asertiva, empatía, presión de grupo, resolución de conflictos, respeto y convivencia.

Aprender a decir “no” también es una habilidad preventiva.

03 · COMPETENCIA COGNITIVA

Pensar antes de decidir: trabajamos resolución de problemas, pensamiento crítico, análisis de alternativas, anticipación de consecuencias e influencia social.

Tomar decisiones conscientes requiere aprender a pensar sobre ellas.

04 · COMPETENCIAS DIGITALES

Vivir en un entorno digital con criterio: abordamos redes sociales, videojuegos, uso problemático de internet, privacidad, ciberacoso, presión social y hábitos digitales saludables.

No se trata de demonizar la tecnología. Se trata de aprender a utilizarla.

4. ¿CÓMO TRABAJAMOS?

APRENDER HACIENDO

La metodología es participativa, práctica y adaptada a cada etapa educativa.

Las sesiones pueden incorporar:

- dinámicas grupales;
- juegos de rol;
- debates;
- análisis de situaciones cotidianas;
- resolución de problemas;
- reflexión personal;
- recursos audiovisuales;
- actividades de toma de decisiones.

El objetivo es que el alumnado no solo reciba información, sino que practique habilidades que pueda trasladar a su vida cotidiana.

EN EL AULA · EN HORARIO LECTIVO · 60 MINUTOS

La intervención se realiza en el aula ordinaria, facilitando el acceso universal al programa y evitando asociar la prevención con la existencia de un problema individual.





5. UN PROGRAMA PARA TODA LA COMUNIDAD EDUCATIVA

ALUMNADO

Beneficiario directo

Desarrolla competencias personales, emocionales, sociales y cognitivas adaptadas a su etapa evolutiva.

CENTRO EDUCATIVO

Agente preventivo

El programa complementa la acción tutorial y puede integrarse en las actuaciones de convivencia, orientación y promoción del bienestar.

FAMILIAS

Aliadas de la prevención

La prevención se fortalece cuando existe continuidad entre escuela, familia y comunidad.

Cuando se detectan necesidades que requieren una atención específica, el programa no sustituye a los servicios especializados, sino que facilita la identificación y orientación hacia los recursos adecuados.

6. ¿CÓMO SE IMPLANTA?

Un procedimiento sencillo y coordinado.

01 • SOLICITUD

El centro contacta con Horizonte Proyecto Hombre y designa una persona de referencia.

02 • PLANIFICACIÓN

Se acuerda la distribución de los talleres según las necesidades y el calendario del centro.

03 • PROPUESTA PEDAGÓGICA

El equipo de prevención concreta las temáticas y contenidos adaptados a cada curso.

04 • CALENDARIO

Se fijan fechas y horarios de las sesiones.

05 • INTERVENCIÓN

Los profesionales de Horizonte Proyecto Hombre desarrollan los talleres en el aula.

06 • VALORACIÓN

Se recoge la valoración de la intervención y se identifican oportunidades de mejora y continuidad.

7. UNA PREVENCIÓN CON BASE CIENTÍFICA

La evidencia internacional señala que los programas preventivos escolares más eficaces incorporan el desarrollo de competencias personales y sociales, la influencia social y la participación activa del alumnado (International Standards on Drug Use Prevention, UNODC y OMS).

Nuestro programa se inspira en principios recogidos en la literatura científica y en las recomendaciones de organismos nacionales e internacionales.

La evidencia señala que:

- **La información por sí sola no basta:** las intervenciones preventivas pueden ser más útiles cuando incorporan habilidades personales, sociales y estrategias relacionadas con la influencia social.

- **Las habilidades necesitan practicarse:** los estándares UNODC/OMS recomiendan metodologías interactivas que permitan al alumnado participar y practicar competencias.
- **La prevención debe adaptarse a la edad:** los contenidos, lenguaje y actividades deben responder al momento evolutivo del alumnado.
- **La prevención necesita continuidad:** un taller aislado no constituye por sí mismo una respuesta suficiente ante problemas complejos. La prevención alcanza mayor sentido cuando forma parte de una estrategia educativa sostenida.

**Nuestro
compromiso:
Experiencia
profesional +
metodología
participativa +
actualización
científica +
evaluación y
mejora continua.**

8. UNA INVERSIÓN EN PREVENCIÓN

Prevenir cuesta poco. No prevenir puede costar mucho.

La prevención escolar permite actuar antes de que los problemas se consoliden, fortaleciendo capacidades personales y sociales que ayudan a niños, niñas y adolescentes a afrontar mejor las situaciones de riesgo.

El Programa de Prevención Escolar de Horizonte tiene actualmente un coste de 75 € por taller, exento de IVA.

En un grupo habitual de 25–28 alumnos, la inversión supone aproximadamente:

2,50–3 € POR ALUMNO/A

Una intervención de 60 minutos que trabaja competencias que pueden acompañar al alumnado mucho más allá del aula.

Los Estándares Internacionales sobre Prevención del Uso de Drogas de UNODC, elaborados en colaboración con la OMS, señalan que:

**POR CADA 1 € INVERTIDO EN PREVENCIÓN
PUEDEN AHORRARSE AL MENOS
10 € EN COSTES FUTUROS**

Estos ahorros se relacionan con costes sanitarios, sociales y asociados a la delincuencia.





9. VÍAS DE COLABORACIÓN

La prevención escolar necesita compromiso compartido.

Por ello, el programa puede desarrollarse mediante diferentes vías de colaboración.

CENTROS EDUCATIVOS Y AMPAS

El programa puede integrarse en las actuaciones de tutoría, convivencia, orientación y promoción del bienestar del centro.

La financiación puede proceder de recursos propios del centro, asociaciones de familias, actividades de recaudación u otras fórmulas de colaboración.

Destinar recursos a prevención significa proporcionar al alumnado oportunidades para desarrollar herramientas que podrá utilizar dentro y fuera del aula.

EMPRESAS

Responsabilidad Social Corporativa

Las empresas pueden convertirse en colaboradoras del programa financiando la intervención en uno o varios centros educativos de su entorno.

Esta fórmula permite transformar la inversión social en una actuación concreta, visible y vinculada a una necesidad de la comunidad.

La colaboración puede estructurarse mediante:

- patrocinio de talleres;
- financiación de programas completos;

- apoyo a centros con necesidades específicas;
- campañas de sensibilización;
- o proyectos de prevención de carácter comunitario.

Cuando proceda, las posibles ventajas fiscales deberán determinarse de acuerdo con la normativa aplicable y las características concretas de la aportación.

ADMINISTRACIONES PÚBLICAS Y FUNDACIONES

Las instituciones públicas y entidades fundacionales pueden contribuir mediante:

- convenios de colaboración;
- subvenciones;
- convocatorias específicas;
- becas de prevención;
- financiación de programas en centros públicos;
- o proyectos dirigidos prioritariamente a contextos de mayor vulnerabilidad.

Esta vía permite ampliar el alcance del programa y favorecer una prevención más equitativa.

¿QUÉ PROPONEMOS?

- No proponemos llenar las aulas de mensajes de miedo.
- No proponemos convertir la prevención en una lista de peligros.
- No proponemos sustituir a las familias, al profesorado ni a los servicios especializados.

PROPONEMOS ALGO DIFERENTE.

- Entrenar capacidades.
- Generar espacios de reflexión.
- Fortalecer factores de protección.
- Normalizar la búsqueda de ayuda.
- Enseñar a tomar decisiones.
- Preparar para afrontar la presión social.
- Educar para utilizar la tecnología con criterio.
- Y acompañar al alumnado en la construcción de un proyecto personal.

Porque:

- Los riesgos cambian.
- Las tecnologías cambian.
- Las formas de relacionarse cambian.
- Las sustancias y los patrones de consumo cambian.

Pero existe algo que permanece:
la necesidad de que cada niño, niña y adolescente disponga de recursos para afrontar la vida.

La prevención forma parte de una visión más amplia de acompañamiento y promoción del bienestar.

Desde Horizonte Proyecto Hombre entendemos que intervenir antes de que un problema se consolide ofrece una oportunidad especialmente valiosa: trabajar cuando todavía hay margen para fortalecer capacidades, modificar hábitos y construir alternativas.

Por eso llevamos la prevención al lugar donde se aprende, se convive y se construyen relaciones cada día: EL AULA.

- Una prevención cercana.
- Una prevención continuada.
- Una prevención basada en competencias.
- Una prevención conectada con la realidad.
- Una prevención que cuenta con la comunidad educativa.

Porque prevenir no es esperar.

Es preparar.

Y preparar hoy es proteger el futuro.

Contacto

 contacto@horizonteprojectohombremarbella.org

 comunicacion@horizonteprojectohombremarbella.org

 www.horizonteprojectohombremarbella.org

 952 775 353 / 695 192 835

 Calle Galveston, 5. 29601 Marbella (Málaga)

Para más información, síguenos en redes sociales:



horizontemarbella



horizonteprojectohombre



Horizontephmar



MARBELLA
PROYECTO
HOMBRE
HORIZONTE

ANEXO · ITINERARIO DE TALLERES

¿QUÉ TRABAJA CADA TALLER Y QUÉ APORTA AL ALUMNADO?

Los talleres están diseñados de forma progresiva y adaptados a cada curso escolar. Cada intervención parte de las necesidades propias de la edad y trabaja objetivos concretos relacionados con el desarrollo emocional, la autonomía, la convivencia, la seguridad digital, el pensamiento crítico y la prevención de conductas de riesgo.

La siguiente relación permite conocer, de forma sencilla, qué se trabaja en cada taller y qué puede conseguir el alumnado con esa intervención

UNA SECUENCIA QUE EVOLUCIONA

El programa mantiene una misma filosofía preventiva, pero los aprendizajes cambian y aumentan en complejidad a medida que el alumnado crece.

En Primaria se construyen las bases para reconocer, comprender y regular las emociones, desarrollar una autoestima positiva, relacionarse y protegerse. En ESO se incorporan herramientas para analizar pensamientos, gestionar la presión del grupo, tomar decisiones, valorar riesgos y utilizar la tecnología de forma responsable. En Bachillerato se trabaja desde una perspectiva de mayor autonomía: resolver problemas, construir un proyecto de futuro, actuar de acuerdo con los propios valores, afrontar cambios y analizar críticamente conductas de riesgo.

Así, el programa no pretende repetir un mismo mensaje cada curso, sino acompañar el desarrollo del alumnado mediante objetivos específicos y progresivos.

EDUCACIÓN PRIMARIA

1º DE PRIMARIA

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	Agencia de Detectives de Emociones	Que el alumnado aprenda a reconocer y poner nombre a sus propias emociones y pueda identificar cómo se sienten otras personas a través de lo que dicen, hacen o expresan.
2º	Las Herramientas Secretas de las Emociones	Que aprenda a reconocer cuándo una emoción es demasiado intensa y conozca herramientas sencillas para gestionarla de forma respetuosa consigo mismo y con los demás.
3º	Yo siento, yo decido	Que comprenda lo que siente, reconozca sus propias capacidades y pueda decidir cómo actuar de una manera respetuosa.

2º DE PRIMARIA

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	Exploradores de Emociones	Que amplíe su vocabulario emocional y sea capaz de reconocer y nombrar emociones básicas tanto en sí mismo como en otras personas, favoreciendo la empatía.
2º	El Laboratorio de la Calma	Que aprenda a detectar cuándo sus emociones aumentan de intensidad y pueda utilizar recursos sencillos, como la respiración o el semáforo emocional, para regularlas.
3º	Mis Superpoderes, Construyendo Autoestima	Que reconozca sus cualidades personales, aprenda a valorarse y pueda apreciar también las capacidades de sus compañeros.

3º DE PRIMARIA

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	El Viaje de las Emociones	Que comprenda mejor sus propias emociones y las de los demás, reconociendo para qué sirven, cómo se manifiestan y cómo pueden cambiar.
2º	Cómo Domar lo que Siento	Que aprenda a reconocer las señales que indican que una emoción está aumentando y pueda utilizar recursos corporales, visuales y mentales para controlar respuestas impulsivas.
3º	Cualidades Ocultas	Que identifique sus cualidades y logros, mejore la valoración que hace de sí mismo y aprenda a reconocer y valorar de forma respetuosa las cualidades de sus compañeros.

4º DE PRIMARIA

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	Cómo me Siento y qué Puedo Hacer	Que comprenda la relación entre lo que piensa, siente y hace, y pueda utilizar estrategias básicas para regular sus emociones de forma consciente.
2º	Conductas Disruptivas – Cómo Elegir Mejor	Que reflexione sobre las conductas que dificultan la convivencia y conozca alternativas respetuosas para responder ante determinadas situaciones.
3º	Héroes de la Ciberseguridad	Que aprenda a utilizar internet de forma más segura y consciente, identificando riesgos digitales, protegiendo su privacidad y actuando responsablemente.

5º DE PRIMARIA

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	Conozco mis Emociones	Que comprenda mejor sus emociones, cómo pueden manifestarse en su cuerpo y en su mente, y conozca estrategias para gestionarlas de forma saludable.
2º	Tolerancia a la frustración: ¿y si las cosas no salen como yo quiero?	Que aprenda a reconocer y comprender la frustración y desarrolle formas más positivas de afrontar los errores, las dificultades y las situaciones que no salen como esperaba.
3º	Descubriendo y fortaleciendo mi autoestima	Que avance en el conocimiento y aceptación de sí mismo y desarrolle pensamientos y hábitos que contribuyan a una autoestima más sana y positiva.

6º DE PRIMARIA

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	Comunicación Asertiva para una Convivencia Positiva	Que aprenda a expresar opiniones, necesidades y emociones de forma clara y respetuosa, mejorando sus relaciones y la convivencia.
2º	Acoso – Rompiendo el Silencio	Que comprenda qué es el acoso, conozca sus consecuencias y sepa cómo actuar ante estas situaciones, favoreciendo el respeto, la empatía y la intervención.
3º	Ciberseguridad, protege tu vida digital	Que conozca los principales riesgos asociados al uso de las tecnologías y adquiera herramientas prácticas para actuar de forma segura, responsable y crítica en internet.

EDUCACIÓN SECUNDARIA

1º ESO

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	Houston, tenemos un problema – Pensamientos tramposos	Que comprenda cómo determinados pensamientos e interpretaciones automáticas pueden influir en lo que siente y hace, y aprenda a identificarlos y cuestionarlos.
2º	Conectados con cabeza, usar la tecnología de forma segura	Que reflexione sobre el uso que hace de las tecnologías y desarrolle hábitos más seguros, responsables y conscientes.
3º	Decido yo – cómo manejar la presión de grupo	Que reconozca situaciones de presión de grupo, identifique cómo le afectan y aprenda estrategias asertivas para tomar decisiones propias y responsables.

2º ESO

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	La fábrica mental – descubre y cambia tus pensamientos	Que identifique pensamientos automáticos y creencias poco racionales, comprenda cómo influyen en sus emociones y conductas y aprenda a replantearlos mediante el modelo ABCDE.
2º	¿Quién tiene la culpa? Descubre tu estilo atribucional	Que comprenda cómo interpreta los éxitos y fracasos y aprenda a asumir aquello que depende de sus propias acciones, manteniendo una visión equilibrada de la responsabilidad.
3º	Cómo protegernos del ciberacoso, el sexting y el grooming	Que conozca estos riesgos digitales, pueda reconocer situaciones de peligro y sepa qué medidas puede adoptar para prevenirlas y actuar ante ellas.

3º ESO

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	¿Y tú, cómo usas las tecnologías? Reflexionando sobre el uso de las TIC	Que analice su propia relación con las tecnologías y las redes sociales y desarrolle un uso más consciente, seguro y saludable.
2º	Mitos y realidades sobre alcohol, cannabis, tabaco y vapeo	Que contraste las creencias habituales sobre estas sustancias con información fiable y desarrolle una actitud crítica e informada ante su consumo.
3º	Y en el futuro... ¿qué? Proyectando consecuencias, diseñando decisiones	Que aprenda a anticipar posibles consecuencias de sus decisiones y utilice esta capacidad para reflexionar sobre sus elecciones personales y prevenir conductas de riesgo.

4º ESO

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	Decido yo – presión, opciones y consecuencias	Que utilice un proceso estructurado para tomar decisiones, identificando las influencias externas y valorando diferentes alternativas y sus consecuencias antes de actuar.
2º	Yo siento, yo me reconozco	Que desarrolle una mayor conciencia de sus emociones, reconozca cómo se manifiestan en su cuerpo y comprenda que sentir una emoción no determina necesariamente cómo decide actuar.
3º	Me conozco, me valoro y puedo crecer	Que construya una visión más consciente y realista de sí mismo, reconociendo sus fortalezas y dificultades y entendiendo que puede desarrollar y modificar aspectos de su forma de verse y valorarse.

BACHILLERATO

1º BACHILLERATO

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	Cuando tengo un problema: paro, pienso y actúo	Que disponga de un método concreto —Paro, Pienso, Actúo y Compruebo— para afrontar problemas cotidianos de forma activa, clara y responsable.
2º	Hacia dónde voy: Construir mi futuro	Que relacione sus metas y expectativas de futuro con las decisiones que toma en el presente y pueda transformar sus objetivos en acciones concretas.
3º	Lo que pienso, lo que valoro y lo que hago	Que reflexione sobre sus valores y sobre la relación entre lo que piensa, lo que considera importante y la manera en que realmente actúa.

2º BACHILLERATO

Trimestre	Taller	¿Qué se consigue?
1º	Dónde está mi queso – Cómo afrontar el cambio y tomar decisiones	Que identifique sus propias resistencias ante los cambios y desarrolle mayor capacidad para adaptarse a situaciones nuevas y tomar decisiones responsables.
2º	El gran debate: Consumo de drogas en fines de semana – Una visión crítica	Que analice el consumo de drogas durante el ocio desde diferentes puntos de vista y pueda valorar sus consecuencias personales y sociales de manera crítica.
3º	Mi personaje en la vida – Autoconocimiento y superación	Que reflexione sobre su identidad, sus capacidades y dificultades, fortaleciendo el autoconocimiento, la aceptación personal y la capacidad de afrontar los cambios y las dificultades.

UNA COMUNIDAD QUE PREVIENE, PROTEGE

LA PREVENCIÓN ES UNA RESPONSABILIDAD COMPARTIDA.

Centros educativos, familias, administraciones, empresas y entidades sociales podemos sumar esfuerzos para crear entornos que favorezcan el bienestar y el desarrollo de nuestros jóvenes.

Invertir en prevención es apostar por personas más preparadas para afrontar su presente y construir su futuro.

¿TE SUMAS?

Colabora con el Programa de Prevención Escolar de Asociación Horizonte Proyecto Hombre.

ASOCIACIÓN HORIZONTE PROYECTO HOMBRE

C/ Galveston, 5 • 29601 Marbella (Málaga)

Programas Terapéuticos y de Prevención

695 192 835 • 952 775 353

contacto@horontreproyecto@horontremarbella.org

www.horontreproyecto@horontremarbella.org

