

# trazo

-6-



# Ayuntamiento de Zaragoza.

## CMAPA (Centro Municipal de Atención y Prevención de las Adicciones).



Autoras:

Equipo de Prevención de CMAPA:

Asenjo Lostao, Begoña.

España Ubeira, Rosa Mary.

Jiménez Dual, Carmen.

Molina Ladrón, Charo.

Plo García, Beatriz.

Diseño gráfico e ilustración:

Beatriz Barbero Gil

Depósito Legal: Z 1342-2021

## CMAPA

Avda. Pablo Ruiz Picasso, 59

50018, Zaragoza.

Teléfono: 976 724 916

Fax: 976 724 917

[prevencionadicciones@zaragoza.es](mailto:prevencionadicciones@zaragoza.es)

[www.zaragoza.es/cmapa](http://www.zaragoza.es/cmapa)

[www.zaragoza.es/trazo6](http://www.zaragoza.es/trazo6)

© De los textos, equipo de Prevención CMAPA. Zaragoza 2019.

© Del diseño gráfico, Beatriz Barbero Gil. Zaragoza 2019.

© De la primera edición, CMAPA, Ayuntamiento de Zaragoza. Zaragoza 2019

© De la presente edición y actualización de textos, CMAPA. Ayuntamiento de Zaragoza. Zaragoza 2021

# ¿Qué es tRAZO6?

/ Actividad 0 /

## 0.1- PRESENTACIÓN TRAZO 6 :

Vais a iniciar en clase el programa **tRAZO6**.

¿Qué os sugiere el título ?, ¿Qué vamos hacer ?, ¿Cómo lo vamos hacer?, ¿En cuánto tiempo?, ¿Dónde? o ¿Para qué?...

Estas son algunos de los interrogantes que queremos aclarar, así que nos ponemos en marcha;

Hola!

Estás a punto de comenzar una gran aventura que se llama: **tRAZO6**.

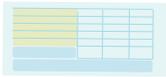
Quiero recibirte con las páginas abiertas... con un montón de líneas incompletas, apartados en blanco y preguntas que aún no tienen respuesta. Espero las llenes tú de ideas geniales, colores nuevos y asombrosas propuestas.

Han empezado dándome forma de juego de "cacos" sobre cómo proteger en internet los datos personales. Te aviso que estés bien pendiente.



Te propondré una ruta muy especial por el cuerpo humano para reflexionar sobre la salud y tener más presente cómo algunas sustancias tóxicas pueden perjudicarte y cómo puedes cuidar de ti y de otras personas.



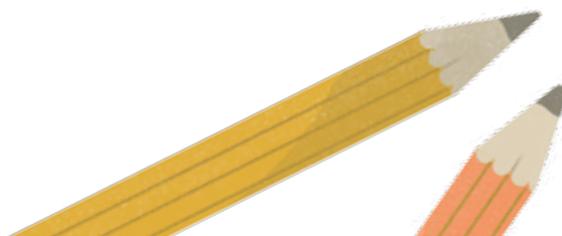
Después me transformaré en un marcapáginas  y me podrás llevar contigo mientras resolvemos algún conflicto.

Acabaremos sabiendo mucho más de las redes sociales e investigando lo que no nos cuentan de ellas.

Para cuando acabes este cuaderno, te he preparado algunas preguntas sobre tu valoración de lo que se ha realizado en clase. Sé todo lo sincero/a que puedas y apunta, escribe, dime lo que quieras para mejorarme. Tu opinión me parece muy importante.

En esta aventura no camino sólo. Me acompaña otro cuaderno dirigido a mi familia. Se llama **Trazo en Familia**. Te pido lo entregues en casa e invites a leerlo. Con él podréis compartir información, sensaciones y aprendizajes impulsados con cada una de las actividades de trazos.

¡Te animo a que me disfrutes!



# ÍNDICE

## tRAZO6 :¿Qué es?

0.1 Presentación TRAZO6

0.

1.

### ¿Quién te ve?

(Pág.3)

1.1 Dentro vídeo

1.2 ¿Sigo mi rastro!

1.3 ¿Dónde están tus datos?

2.

### Ruta 0,0 (Pág.7)

2.1 Poniendo a prueba tus conocimientos sobre el alcohol

2.2 ¿Qué pasa cuando se bebe alcohol?

3.

### El conflicto y la solución de Noemí

(Pág.11)

3.1 Cómic: "El conflicto de Noemí"

3.2 Tú misma/o puedes practicar tu solución.

4.

### Poniendo en forma la salud (Pág.17)

4.1 Saludómetro

4.2 Saludómetro:

mide tus prácticas de salud

4.3 Un botiquín completo

5.

### A ciegas no te cuento

(Pág.20)

5.1 Dentro y fuera

5.2 ¿Qué son y qué redes sociales conozco?

Evaluación (Pág. 23)

# ¿QUIÉN TE VE?

/Actividad nº 1/

## 1.1- DENTRO VÍDEO;



Si no lo haces en tu vida normal... ¿POR QUÉ LO HACES EN INTERNET ?

" <https://www.youtube.com/watch?v=pWSrdaKtYwtw> (1'30") de Save The Children España.

Es importante que prestéis atención a lo que hace y dice la protagonista del vídeo para luego comentar con toda la clase las siguientes cuestiones:

Si no lo haces en tu vida normal...  
¿POR QUÉ LO HACES EN INTERNET ?

LA PROTAGONISTA DEL AUDIOVISUAL QUE ACABAMOS DE VER ...

¿Cómo es? ¿Dónde está? ¿De qué habla? ¿Facilita información personal?  
¿Qué tipo de información? ¿A quién les da esta información?  
¿Crees que hace bien? ¿Qué consecuencias puede tener? ¿Qué debería hacer?



► Contesta a las siguientes preguntas:

Si damos esta información ...

● ¿Qué tipo de datos estamos dando?-----

¿Qué es un dato personal?-----

Nombra tres datos de carácter personal -----

Una imagen, ya sea una foto o un vídeo ¿es un dato personal?-----

● En internet, ¿aparecen datos personales?----- ¿sabemos quién puede ver los datos personales

que se cuelgan en internet? -----

¿Dónde puede ir a parar la información personal que se cuelga en internet? -----

¿Se deben proteger los datos personales?----- ¿Por qué? -----



## I.2- ¡¡ SIGO MI RASTRO !!

Cumplimentar los datos de la ficha ; "TODO SOBRE MÍ..." luego la podréis compartir.

### "TODO SOBRE MÍ"

Tengo ..... años

Mi cumpleaños es el día .....  
de ..... y lo que más  
me gusta es .....

Mi pelo es de color.....

Y mis ojos son .....

Tengo ..... hermanos y ..... hermanas

Mi/s madre/s-padre/s se llaman

.....

### - Mis cosas favoritas -

Color \_\_\_\_\_

Comida \_\_\_\_\_

Juguetes \_\_\_\_\_

Deporte \_\_\_\_\_

Animal \_\_\_\_\_

Libro \_\_\_\_\_

Película \_\_\_\_\_



Nombre

Apellidos

Un número, un secreto....



### 1.3- ¿ DÓNDE ESTÁN TUS DATOS?

Has perdido el control sobre dónde han ido a parar tus datos ¿Qué sentimiento te produce?

Rodea el/los sentimiento/s que te produce...

- ENFADO

- MIEDO

-TRISTEZA

-ALEGRÍA

- INDIFERENCIA

¿Ahora piensa y escribe que harías para proteger tus datos?

Escribe un consejo:



# ••••• RUTA 0,0 •••••

/ Actividad nº 2 /

## 2.1 PONIENDO A PRUEBA LO QUE SABES SOBRE EL ALCOHOL

A continuación vas a encontrar un pequeño cuestionario que incluye una serie de afirmaciones. Unas son ciertas y otras falsas. Pon una X en la columna correspondiente. Procura señalar el menor número de veces posible la opción "no sé".

La columna "Puntuación" de momento, déjala en blanco

	Verdadero	Falso	No sé	Puntuación (0/1)
1. El alcohol es una droga que puede hacer que una persona no pueda dejar de beber aunque le haga daño.				
2. Los efectos que produce el alcohol son los mismos en las mujeres que en los hombres.				
3. Beber mucho alcohol puede causar problemas en la familia.				
4. Los controles de alcohol que hay en las carreteras se hacen para fastidiar a quien conduce.				
5. El alcohol nos perjudica de la misma manera a nosotros/as que a quienes son ya mayores de edad.				
6. Una persona puede morir por beber alcohol.				
7. Quien bebe alcohol puede hacer o decir cosas de las que luego sienta vergüenza.				

\* Pon un 1 en la columna "Puntuación" si la has acertado o un 0 si te has equivocado o has elegido "No sé". Fíjate especialmente en aquellas que te has equivocado al dar la respuesta

PUNTUACIÓN TOTAL

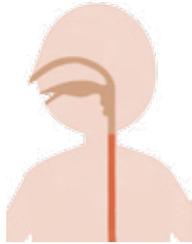
## 2.2 ¿QUÉ PASA CUANDO SE BEBE ALCOHOL?

En el siguiente dibujo se representa de manera muy gráfica "la ruta" que sigue el alcohol desde que se bebe hasta que se elimina.

1. BOCA



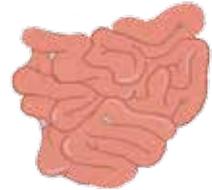
2. ESÓFAGO



3. ESTÓMAGO



4. INTESTINO DELGADO



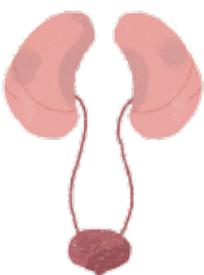
12. PIEL



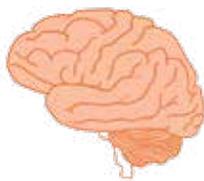
11. ORINA



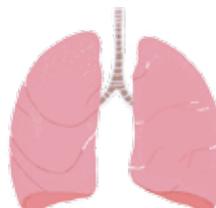
10. RIÑONES



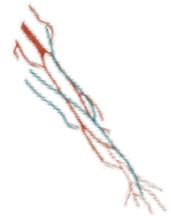
9. CEREBRO



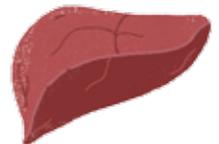
8. PULMONES



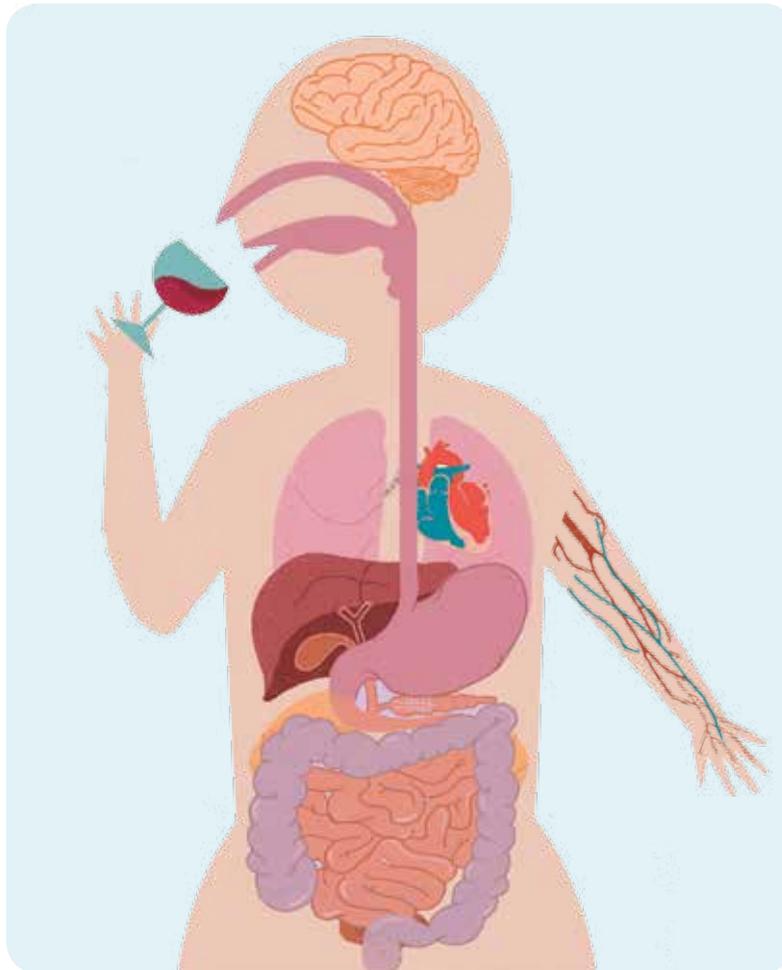
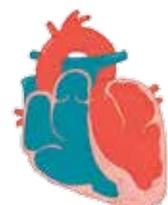
5. SANGRE



6. HIGADO



7. CORAZÓN



Todas las bebidas alcohólicas contienen alcohol. Cuando se bebe cerveza, vino, etc., se irritan los órganos que entran en contacto con él.

En todo este recorrido, son diferentes las partes del cuerpo que se van a ver afectadas. Las consecuencias de este consumo van a variar en función de la cantidad y de la frecuencia con la que se bebe. Pero, recuerda, que también va a influir el hecho de ser hombre o mujer y de si se es mayor o menor de edad.

## La ruta del alcohol

NÚMERO	ÓRGANO/S	FUNCIÓN QUE DESEMPEÑA EN EL CONSUMO DE ALCOHOL
1.	BOCA	Permite la entrada del alcohol al organismo.
2.	ESÓFAGO	Conducto que utiliza el alcohol para llegar al estómago.
3.	ESTÓMAGO	Absorbe o capta la mayor parte del alcohol que se bebe.
4.	INTESTINO DELGADO	Permite el paso del alcohol a la sangre.
5.	SANGRE	Permite que el alcohol llegue a diferentes partes del organismo.
6.	HÍGADO	Transforma el alcohol en otras sustancias que puedan ser asimiladas por el organismo.
7.	CORAZÓN	El alcohol disminuye la fuerza con la que el corazón bombea la sangre.
8.	PULMONES	Una pequeña parte del alcohol, se elimina por los pulmones a través de la respiración.
9.	CEREBRO*	El alcohol, llega rápidamente al cerebro a través de la sangre.
10.	RIÑONES	Los riñones filtran el alcohol y lo envían a la vejiga, donde se almacena la orina.
11.	ORINA	El alcohol se elimina junto con la orina.
12.	PIEL	Pequeñas cantidades de alcohol se eliminan a través de la piel, (también del sudor, las lágrimas ...)

\* No olvidar que una vez en el cerebro, el alcohol entorpece la actividad del cerebro, produciendo descoordinación de movimientos (dificultad para andar en línea recta, poner la llave en una cerradura, coger una pelota ...), disminución de los reflejos (con las consecuencias que de ello pueden derivarse cuando se conduce, se va en bici ...), pérdida de memoria, además de somnolencia.

Esta representación del cuerpo humano vais a completarla entre toda la clase. Conviene que prestes atención para que coloques la/s tarjetas o gomet/s que te han tocado, en el momento que corresponda y en el lugar adecuado de la silueta.

¿Cómo crees que puede afectarte a ti el hecho de beber alcohol, teniendo en cuenta que todos los órganos en los que repercute negativamente se encuentran en pleno proceso de crecimiento y maduración?

Para finalizar, escribe un MENSAJE/TUIT que ayude a que un/a menor de edad, no beba alcohol.

A large rectangular area defined by a dotted green border, intended for writing a message or tweet.



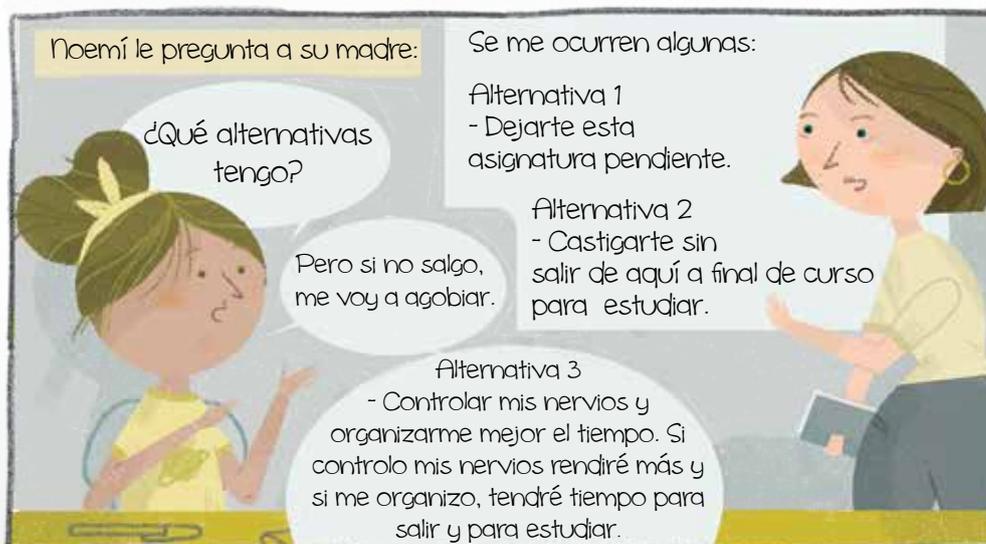
# ... EL CONFLICTO Y LA SOLUCIÓN DE NOEMÍ ...

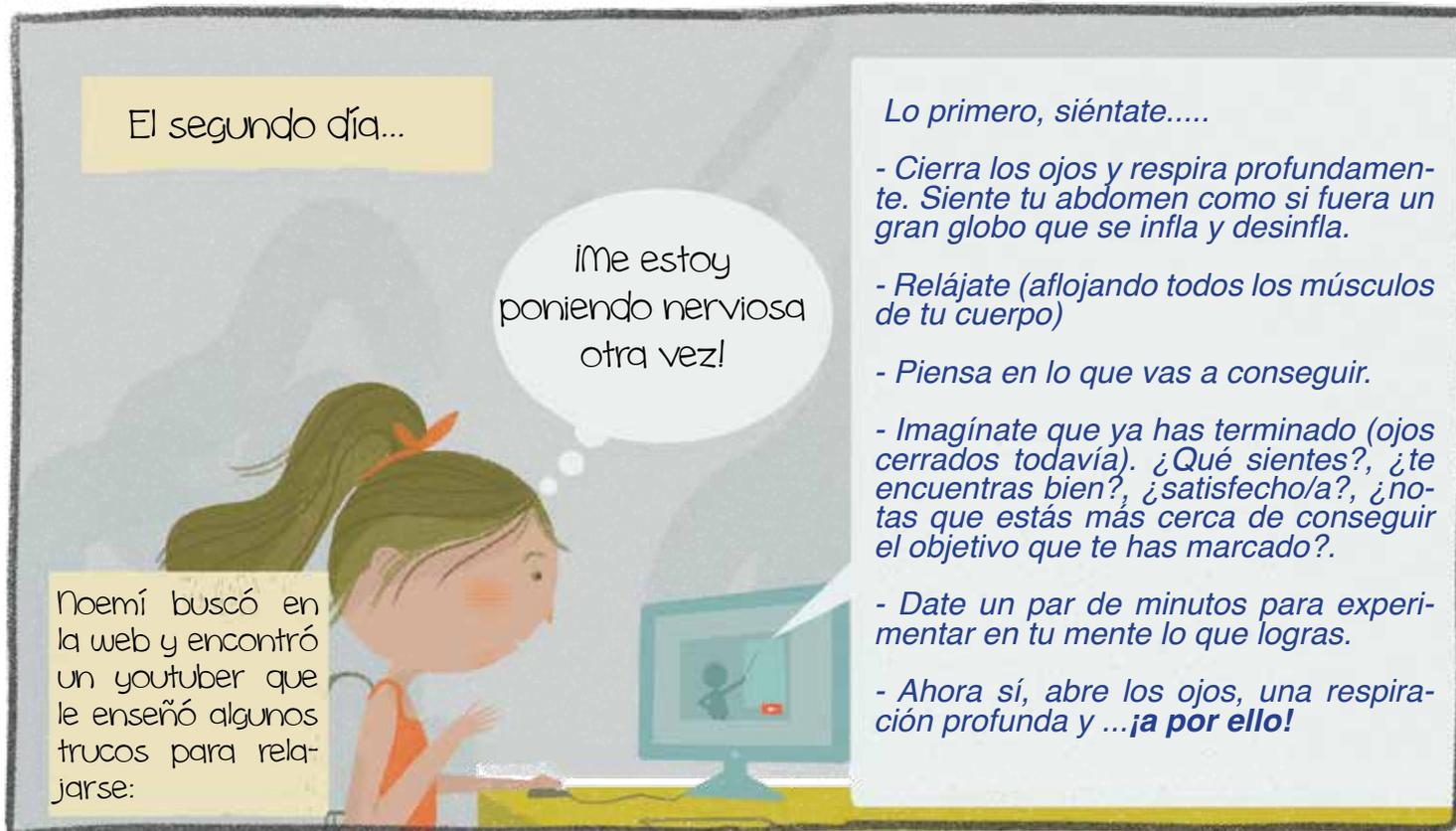
/ Actividad nº 3 /

No es posible ni deseable evitar los problemas. Son parte de la vida. Gracias a ellos, tenemos la oportunidad de cambiar y crecer. Pueden ser una fuente de sinsabores, pero también una oportunidad para mejorar.

Lee la historia siguiente donde Noemí dirige sus fuerzas a manejar un problema personal de forma creativa.

## 3.1: CÓMIC: "El conflicto de Noemí"





El tercer día y sucesivos...

Se dió cuenta de que, con la relajación previa, cada día leía más rápido y memorizaba con mayor facilidad...

Claro, tu capacidad de atención aumenta y estás más concentrada por más tiempo.

¿Esto funciona?

Es verdad, antes estudiaba tensa malgastando mi energía. Ahora todo me cuesta menos, ya que si estoy relajada empleo la energía en lo que tengo delante. Consigo más, con menos esfuerzo.

Tengo otras asignaturas que estudiar y me quitan tiempo...  
-¡Ya está! ¡Qué idea! Para organizarme mejor controlaré el tiempo que dedico a esta asignatura cada semana.

Después planificó cómo hacerlo con la ayuda de su madre:

Le voy a dedicar 6 horas semanales. Por ejemplo: los lunes, miércoles y sábados.

Si lo consigo, cada semana me daré un pequeño premio. Dicen que se necesitan 21 días para hacer un cambio, así que lo haré durante 3 semanas y si finalmente logro mejorar ¡me daré un premio extra!

Para lograr tu objetivo se me ocurre una idea...

Le diseñó un marcapáginas en el que puso el nombre de las asignaturas que le gustaban menos y necesitaba mejorar. Cada semana revisaban juntas si el tiempo dedicado al estudio de cada asignatura era el que Noemí se había propuesto. Si lo conseguía, obtenía un premio.

Cuando acabaron los 21 días se concedió un gran premio final. Les contó a sus amigos/as todo lo que había conseguido gracias a haber puesto en práctica el marcapáginas y también su descubrimiento: **Se había dado cuenta del poder que cada cual tiene si decide hacer las cosas controlando su conducta, sus emociones y sus impulsos.**

Contesta con tu grupo a las preguntas-guía para ver cómo ha resuelto su conflicto el personaje de la historia:

## GUÍA DE SOLUCIÓN / NOEMÍ RESUELVE SU CONFLICTO

### PASO 1: IDENTIFICAR Y COMPRENDER EL PROBLEMA

Consulta las viñetas 1 y 4

¿Cuál es el problema/conflicto? .....

¿Qué ha pensado?.....

¿Qué ha sentido?.....

¿Cómo ha reaccionado?.....



### PASO 2: PLANIFICAR LA ACCIÓN ; ESTABLECER OBJETIVOS Y CRITERIOS.

Consulta las viñetas 3, 8 y 9

¿Qué quiere conseguir?.....



### PASO 3: PENSAR ALTERNATIVAS Y PREVER LAS CONSECUENCIAS.

Consulta las viñetas 2, 5 y 6

¿Qué alternativas considera y qué consecuencias piensa de cada una de ellas?  
.....



### PASO 4: ELEGIR LA MEJOR ALTERNATIVA y PONERLA EN PRÁCTICA.

Consulta la viñeta 7 y la narración final

¿Qué alternativa elige? .....

¿Cómo pone en práctica la solución? .....



### PASO 5: ¿Cómo evalúas el resultado final?

## 3.2 - TÚ MISMA/O PUEDES PRACTICAR TU SOLUCIÓN

- Piensa en algo que quieras cambiar de ti mismo/a
- Cumplimenta una parte del siguiente marcapáginas que va a acompañarte durante las próximas tres semanas.

### AHORA, EN CLASE:

- Anota en el marcapáginas el objetivo que te propongas alcanzar en los próximos días y piensa en el premio que te vas a conceder cuando lo consigas.
- Recórtalo y piensa en ponerlo en un lugar visible y accesible que será siempre el mismo.

**DURANTE LA PRIMERA SEMANA Y SIGUIENTES:** Ver reglas en la parte inferior del marcapáginas titulado: "La solución de..." donde vas a poner tu nombre y a definir tu problema o conflicto personal



# LA SOLUCIÓN DE ...

## DEFINE TU PROBLEMA PERSONAL

¿Qué quieres conseguir?

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

SEMANA I  
 CUÁL ES MI  
 OBJETIVO SEMANAL

SEMANA II  
 CUÁL ES MI  
 OBJETIVO SEMANAL

SEMANA III  
 CUÁL ES MI  
 OBJETIVO SEMANAL

..... .....	..... .....	..... .....
----------------	----------------	----------------

Autoevaluación

Autoevaluación

Autoevaluación

LUNES			
MARTES			
MIÉRCOLES			
JUEVES			
VIERNES			
SÁBADO			
DOMINGO			
<b>TOTAL SEMANA</b>			
QUÉ PREMIO SEMANAL ME DARÉ SI LO CONSIGO			

CUÁL SERÁ MI PREMIO FINAL:



### REGLAS PARA UTILIZAR EL MARCAPÁGINAS:

- Cada día dibuja en la columna de autoevaluación el emoticono que represente en qué medida has conseguido el objetivo: bastante bien, regular, bastante mal.
- Suma al final de la semana tus emoticonos y valora si has conseguido el objetivo.
- Si está bien conseguido el objetivo, puedes ofrecerte ciertas recompensas ¿no crees?
- Si no está bien alcanzado el objetivo durante la semana, preguntarse:
  - La dificultad: ¿cuál es el motivo que no permite hacerlo bien?
  - Soluciones: ¿cómo se puede mejorar?
  - Darse un tiempo ¿Cuándo se puede volver a intentar?.

Para la semana siguiente, puedes adaptar un poco el objetivo y proponerte algo más fácil. También puedes esforzarte un poco más, ¿Cómo imaginas que podrías hacerlo? En cualquier caso no te desanimes, seguro que la semana próxima es distinta... y tú la puedes mejorar eligiendo las estrategias, ideas o trucos más adecuados que te ayuden a lograr tus objetivos :

- Seguir hasta completar las tres semanas
- Comparte tus logros y dificultades con la familia, amigos, etc



# .....PONIENDO EN FORMA LA SALUD.....

/Actividad nº4/

## 4.1 SALUDÓMETRO

- ¿Qué crees que es estar sano/a?
- ¿Cómo te sientes cuando tienes buena SALUD?
- ¿Cómo definirías la SALUD?

SALUD ES: .....

.....

Aquí tienes unos personajes que te pueden ayudar en tu reflexión:

LARVA STOMACH (1'59"): <https://youtube/3upJXVFKLc>

LARVA SNOT (2'): <https://youtube/uxUr5cT8lql>

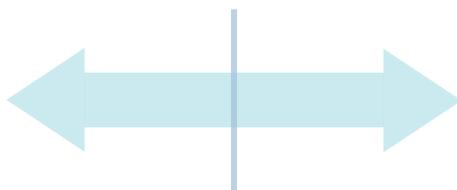
LARVA EL BESO (3'24"): <https://youtube/wLGR9ilZ5oM>

Cuando tenemos un buen estado de salud podemos pensar que es algo fijo, que ya no va a cambiar en el tiempo y no es así. La salud está continuamente cambiando al igual que lo hace nuestra vida. Podríamos decir que salud y enfermedad se sitúan en los dos extremos opuestos de una misma línea.

Enfermedad



Punto 0 / Neutro



Salud



¿En qué posición de este continuo te encuentras hoy?

## 4.2 SALUDÓMETRO: MIDE TUS PRÁCTICAS DE SALUD

En general dirías que tu salud es:



Mala

Regular

Buena

Muy buena

Excelente

Si has respondido del lado de la salud, vamos ahora a explorar cómo haces para mantenerla... Si por el contrario has contestado del lado de la enfermedad porque hoy tu salud no está al día, valoraremos qué podemos hacer para mejorarla. Esto vamos a medirlo con el **SALUDÓMETRO**.

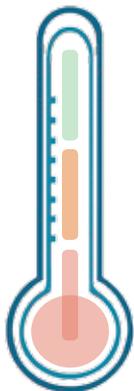
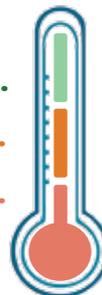
### Saludómetro:

Colorea del color que corresponda el estado de cada una de tus prácticas de salud

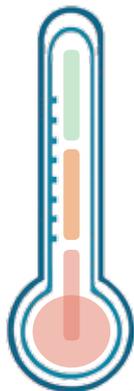
Saludable; muy buena, excelente (en verde) . . . .

Zona intermedia: buena (en naranja) . . . . .

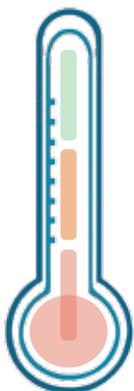
No saludable: mala, regular (en rojo) . . . . .



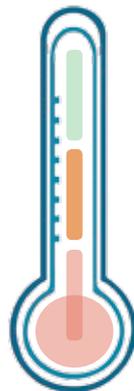
Cepillo mis  
dientes varias  
veces al día



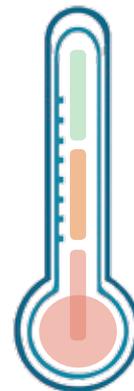
Duermo entre  
10 y  
12 horas diarias



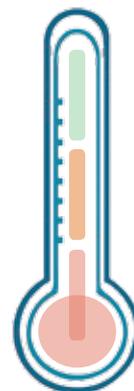
Realizo alguna  
actividad física a  
diario



Como fruta, ver-  
dura y hortalizas  
a diario



Me divierto con  
amigos/os



Me siento  
lleno/a de  
energía

### 4.3 UN BOTIQUÍN COMPLETO

Prepara tu propio botiquín con remedios caseros. Primero vamos a jugar en clase para adivinar algunas de las enfermedades más comunes y representaremos con mímica, sus síntomas más llamativos. Luego compartiremos los remedios caseros que conocemos que pueden ayudar a combatirlos. Piensa en los componentes que necesitas para prepararlos y que sería bueno incluir en tu botiquín...



# A CIEGAS NO TE CUENTO

/ Actividad nº 5 /

## 5.1.- DENTRO Y FUERA

¿Le contarías lo que haces, tus gustos, tus secretos y le dejarías ver tus fotos a alguien que no ves o que no conoces?

Contesta a las siguientes preguntas de aquellas cosas que haces en la calle y de las que haces en internet.

### ¿QUÉ HACES O QUÉ HARÍAS?

EN LA CALLE

EN LA RED

SI

NO

SI

NO

¿Cuelgas fotos tuyas, de tus amigos y amigas o de tu familia?

¿Hablas con personas que no conoces?

¿Has insultado a alguien?

¿Eres vergonzoso/a?

¿Te has hecho pasar por otra persona?

¿Te felicita gente que no conoces el día de tu cumpleaños?

¿Es posible que alguien encuentre dónde vives o el colegio donde estudias?

¿Saludas a gente que no conoces?

¿Te comportas de la misma forma en la red y fuera de la red? \_\_\_\_\_ ¿Por qué? \_\_\_\_\_



Vamos a ver un vídeo y hablaremos de lo que les pasa a sus personajes. (Campaña Unicef Redes, 3' 16").

¿Por qué tienen información de los chicos y chicas? ¿De dónde la han obtenido? ¿Cómo reaccionan cuando se ven descubiertos/as? ¿Cómo se sienten?

## 5.2- ¿QUÉ SON Y QUÉ REDES SOCIALES CONOZCO?

Ahora que ya sabemos que el resto tiene información de nosotros/as a través de lo que contamos y colgamos en internet, entre toda la clase vamos a definir qué es una red social.

Una **RED SOCIAL** es:

Rodea con un círculo aquellas redes sociales que conoces:



► Por grupos, trabajaremos las redes sociales que conocemos y completaremos el siguiente cuadro:

Red social	Principal característica	Año de creación	Número de usuarios/as	Edad mínima

¿Qué es lo que más te ha llamado la atención de esta búsqueda?

-----  
-----

¿Sabías que existe una edad mínima para poder acceder a las redes sociales?

-----

¿Se cumple la edad mínima para utilizarlas? ----- ¿Por qué? -----

-----

¿Tienes alguna red social? ----- ¿Para qué la utilizas? -----

-----

¿Cumples la norma de la edad mínima? ----- ¿Por qué? -----

-----



# CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNADO:

CENTRO: .....

CURSO Y GRUPO ..... EDAD .....

CHICO  CHICA

FECHA DE CONTESTACIÓN DEL CUESTIONARIO: .....

1. Valora del 1 (si no te ha gustado nada) al 5 (si te ha gustado mucho) las siguientes cuestiones relacionadas con el programa que has trabajado en el aula.

					
	1	2	3	4	5
Las actividades me han parecido interesantes (1) -----	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Las actividades me han parecido divertidas (2) -----	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Me ha gustado la forma de trabajar las actividades en clase (3) -----	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Me ha gustado la participación de mis compañeros/as (4) -----	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Me ha gustado el trabajo en grupo (5) -----	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Me han gustado los audiovisuales (6) -----	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Me ha gustado aprender cosas nuevas (7) -----	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Me ha gustado compartir las actividades con mi familia (8) -----	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

2. Valora del 1 (si no te ha ayudado en nada) al 5 (si te han ayudado mucho) las actividades para conseguir:

					
	1	2	3	4	5
Actividad 1. Saber la importancia de la privacidad on-tic y de proteger nuestros datos personales (1) -----	<input type="text"/>				
Actividad 2. Entender algunos de los efectos que produce el alcohol (2) -----	<input type="text"/>				
Actividad 3. Valorar los hábitos de salud (3) -----	<input type="text"/>				
Actividad 4. Resolver conflictos practicando el autocontrol (4) -----	<input type="text"/>				
Actividad 5. Conocer las ventajas y los riesgos de las redes sociales (5) -----	<input type="text"/>				

3. Define el programa TRAZO 6 con 5 adjetivos:

- Creativo  - Entretenido  - Útil  - Aburrido  - Adecuado   
- Educativo  - Pesado  - Necesario  - Provechoso  - Inútil   
- Informativo  - Largo  - Interesante  - Repetitivo  - Novedoso

4.- Haciendo este programa me lo he pasado:

Muy bien  Bien  Regular  Mal  Muy mal

Quiero decir del programa que:

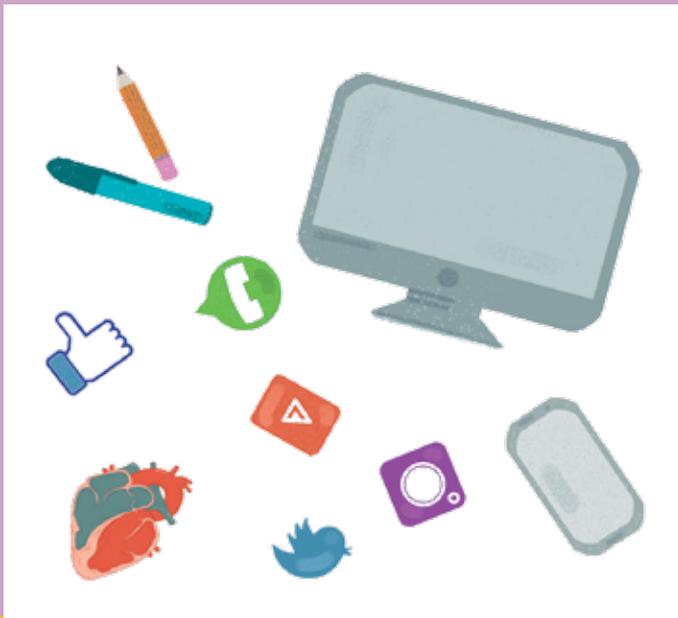
-----  
-----  
-----  
-----

Muchas gracias por tu colaboración. Entrega el cuestionario a tu profesor/a

CMAPA Centro Municipal de Atención y  
Prevención de las Adicciones

Ayuntamiento de Zaragoza  
prevencionadicciones@zaragoza.es

Tel: 976 72 49 16



**Zaragoza**  
AYUNTAMIENTO



1982-2022  
Aniversario  
Estatuto de  
Autonomía de  
Aragón



**GOBIERNO  
DE ARAGON**