



0,0



i



# 10 IDEAS PARA UNA BUENA FIESTA EN EL CAMPUS



**punto! itu**

drogas y otras conductas adictivas  
@tupunto.org



**itu**

drogas y otras conductas adictivas  
[www.tupunto.org](http://www.tupunto.org) / [infodrogas@tupunto.org](mailto:infodrogas@tupunto.org)

**punto! itu**

drogas y o  
[www.tupunto.org](http://www.tupunto.org)





# 10 IDEAS PARA UNA BUENA FIESTA EN EL CAMPUS



Esta guía plantea reflexiones y consejos para hacer compatibles la actividad cultural, la diversión, la responsabilidad y el respeto en la organización de fiestas en la universidad, residencias universitarias y colegios mayores. Está pensada como un apoyo para la organización de las fiestas universitarias y, sobre todo, para hacer que la fiesta sea divertida, libre y segura.

Más allá de las correspondientes autorizaciones administrativas que son necesarias para la organización de cualquier fiesta en el campus, deseamos incorporar un “código de buenas prácticas” que facilite a las personas organizadoras establecer un servicio responsable de bebidas alcohólicas y acciones de reducción de riesgos relacionados con el consumo de sustancias (alcohol u otras drogas), teniendo en cuenta la perspectiva de género y la diversidad.

Ofrecemos 10 recomendaciones útiles para planificar la fiesta, llevarla a cabo y finalizarla con un buen sabor de boca. Recordad que cuanto mayor planificación y organización, menos imprevistos habrá, y se dispondrá de más tiempo para disfrutar del ambiente, la gente y las amistades.

Es importante mencionar que las universidades recomiendan que en los campus, y por tanto en las fiestas universitarias, no se vendan bebidas que contengan alcohol. Sin embargo, en las universidades donde se convoquen fiestas en que se ofrezcan este tipo de bebidas, bien sea en los campus, residencias universitarias o colegios mayores, estas recomendaciones pueden ser de utilidad.

En relación al consumo de otras drogas (legales e ilegales), las universidades instan a cumplir la ley vigente a tal efecto. Teniendo esto presente, algunos de los puntos que se especifican a continuación ofrecen información sobre el consumo de sustancias a las personas asistentes que lo requieran, minimizando el riesgo en caso de consumo y aportando a la población universitaria herramientas para tener un control sobre su propia salud.

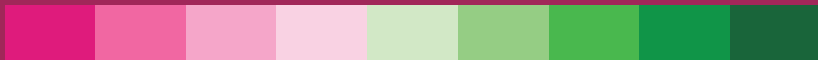
# 1 | CULTURA VERSUS ADICCIONES

*¡VAMOS ALLÁ!, EMPIEZA EL CONCIERTO...*

Una fiesta no tiene por qué basarse en el consumo de sustancias psicoactivas (alcohol u otras drogas), ni de nada que sea efímero o superficial. Cuando un espacio de ocio es rico en arte (música, decoración, performance, videocreación...), cuando hay muchas actividades para hacer y ver (puestos informativos de asociaciones o movimientos sociales, un videomatón para expresar lo que se piensa, un espacio de jam session o dance session) es más fácil que el consumo de sustancias y otros hábitos de riesgo para la salud no sean las diversiones protagonistas.

Una fiesta universitaria –montada por y para jóvenes– se puede desmarcar de cierto tipo de ocio nocturno cuyo único objetivo es ganar dinero, a la vez que se crean fiestas más alejadas del modelo hegemónico de ocio, que se basa en consumo de sustancias, sexo y, gran parte de las veces, cosificación de las personas.

Es recomendable planificar bien los métodos más efectivos para saber cómo informar y comunicar el mensaje a los/las jóvenes sobre la fiesta (fecha, localización, vestimenta, etc.). Un buen canal son las redes sociales, donde los mensajes deben promover la salud, la responsabilidad y el respeto.



# 2 | DIVERSIDAD Y RESPETO



## *¡NOS GUSTAN LAS DIFERENCIAS!*

En ambientes festivos, aunque se trate de un contexto de ocio, pueden darse algunas situaciones de violencia o conductas intolerantes. La desinhibición motivada por el consumo de sustancias y las características propias del entorno son factores que se relacionan con una mayor frecuencia de aparición de situaciones violentas.

Para prevenir esas conductas se deben realizar campañas preventivas con el alumnado mediante todos los canales comunicativos. Se debe explicitar que el espacio de fiesta es contradictorio con la intolerancia. No se permiten actitudes sexistas, homófobas, racistas o de cualquier otra índole que vulneran los derechos humanos. Es importante que el equipo organizador esté al día de los acontecimientos que ocurren a su alrededor a la hora de organizar una fiesta. Se trata de conseguir una fiesta basada en el respeto y libre de agresiones, pero también de actitudes que las inciten.

Se deben organizar fiestas en las que las relaciones sean igualitarias y consentidas por ambas partes, en las que todas las personas tengan el mismo derecho a divertirse en libertad y a compartir la fiesta y sus espacios sin que ni su seguridad ni sus derechos sean violados, y así debe quedar explicitado.

Es importante no generar y perpetuar tales discriminaciones desde la organización de la fiesta: evitar ciertas imágenes publicitarias, promociones especiales para chicas, ciertos espectáculos que denigran y cosifican a personas, roles diferenciados de género en la propia fiesta, así como otras discriminaciones.

Además, la organización –de la misma manera que asigna otras funciones– puede encargar a algunas personas la función de velar por la libertad y bienestar en la fiesta. Estas, en el momento en que detecten situaciones indeseables, pueden intervenir para prevenir problemas o para sugerir a algunas personas abandonar el espacio de ocio si reiteran ciertas actitudes.

Otra forma de hacer ver la relación entre una fiesta y valores como el respeto y el altruismo podría ser realizar estas fiestas con fines benéficos. Es recomendable transmitir a los/las asistentes que el dinero que invierten en esta fiesta en comida y bebida será destinado a alguna ONG u organización, o tendrá algún tipo de objetivo altruista, especialmente si el motivo del acto benéfico está relacionado con las prácticas que queremos evitar.

# 3 | SERVIR CON RESPONSABILIDAD

## LO SIENTO, A TI NO TE PUEDO SERVIR UN CUBATA

Se hace imprescindible formar al personal que gestionará las barras para que se dé un servicio responsable de alcohol. Es una buena manera de asegurar que en la fiesta se cumplirá la ley y que se podrán gestionar de manera adecuada situaciones complicadas relacionadas con la bebida.

Todo esto permitirá anticipar situaciones desagradables y dará herramientas e instrumentos para resolverlas, de manera que todo el mundo gane: tanto quien está de fiesta como quien va a estar toda la noche trabajando. A la vez, medidas de este tipo contribuirán a fomentar hábitos saludables y evitarán la conducción de vehículos bajo los efectos del alcohol.



# 4 | FIESTA TAMBIÉN PARA QUIEN NO BEBE

## ➔ YO DECIDO NO TOMAR ALCOHOL

Una fiesta debe tener en cuenta también a quienes no consumen alcohol. De hecho, la diversidad de maneras de ser, de opciones de consumo, de músicas, de conversaciones o de seducciones es lo que hará que la fiesta sea rica y atractiva.

El uso de alcohol u otras drogas no debe ser una obligación; recuerda que no las necesitas para divertirte.

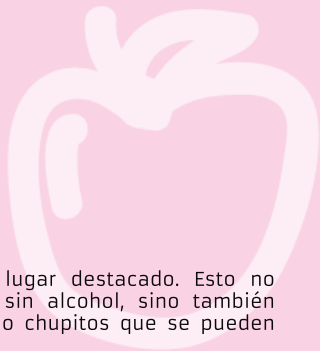
## ➔ SI BEBO, ¿CÓMO BEBO?

*ARRIBA, ABAJO, AL CENTRO Y ¡ME LO PIENSO!*

La fiesta debe disponer de puntos de información que ayuden a difundir nuevas estrategias de consumo responsable. Entre ellas, algunas recomendaciones son:

- Poner en marcha juegos y actividades variadas que se vayan realizando durante la fiesta y que no estén directamente relacionados con el consumo de alcohol.
- Alternar el consumo de bebidas alcohólicas con el de agua y bebidas sin alcohol. Beber agua ayudará a los/las invitados/as a hidratarse, además de disminuir el consumo mientras siguen sintiéndose cómodos/as en la fiesta.
- Evitar las mezclas de alcohol y bebidas energéticas (sustancia depresora y sustancia estimulante).
- Proporcionar oportunidades para conseguir comida con que llenar el estómago durante la fiesta.
- Disfrutar de no beber; o beber poco y lentamente a fin de manejar mejor los efectos del alcohol.

# 5 | OFRECER VARIEDAD DE BEBIDAS SIN ALCOHOL



## *¡UNA SIN CON LIMÓN!*

Las bebidas sin alcohol han de tener un lugar destacado. Esto no contempla solo los refrescos o la cerveza sin alcohol, sino también cócteles atractivos en presentación y sabor o chupitos que se pueden preparar in situ y no contengan alcohol.

La promoción de bebidas sin alcohol puede concretarse en que tengan un lugar destacado en los carteles de las barras junto a su precio, o que puedan ofertarse a precios más asequibles o baratos que las bebidas con alcohol.

Para aquellas personas a las que no les gusta el alcohol, para las que han de conducir tras la fiesta o prefieren abstenerse de beber alcohol por algún motivo, el hecho de poder escoger entre una variedad de bebidas sin alcohol refuerza una decisión responsable.

Dado que uno de los motivos por los que una persona bebe alcohol es la desinhibirse, pueden ofrecerse juegos o dinámicas variadas que promuevan esa experiencia social, creando las condiciones para fiestas en las que se fomente la interacción entre las personas.



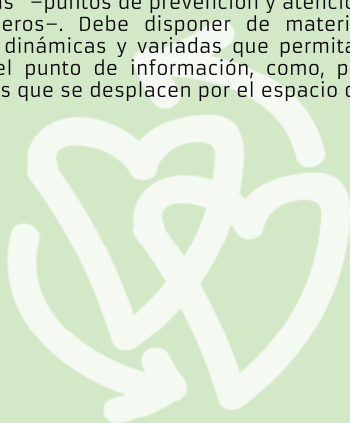
# 6 | SEXUALIDAD Y AFECTIVIDAD

## *¡NECESITAMOS CONDONES!*

La distribución gratuita de preservativos masculinos y femeninos –o su venta a precio de coste– facilitará la prevención de ITS y los embarazos no previstos.

Conviene poner a disposición de las personas asistentes materiales informativos sobre sexualidad, infecciones de transmisión sexual, identidades y orientaciones sexuales, uso de drogas, así como otras actividades. En todo momento se debe tener en cuenta el sexo y aspectos de género.

La fiesta debe contar con “Puntos lilas” –puntos de prevención y atención de agresiones y violencia de géneros–. Debe disponer de material informativo y promover actividades dinámicas y variadas que permitan extender los mensajes más allá del punto de información, como, por ejemplo, mediante parejas itinerantes que se desplacen por el espacio de la fiesta.



# 7 | INFORMACIÓN ACCESIBLE SOBRE DROGAS

## *ACLARADME UNAS DUDAS, ¿VALE?*

Se recomienda la colaboración con entidades especializadas en la prevención de problemas relacionados con las drogas, tanto para instalar puntos de asesoramiento en la propia fiesta, como para realizar actividades preventivas antes de que se lleve a cabo.

Los puestos instalados pueden contar con materiales como folletos informativos y servicios de alcoholímetro o análisis de sustancias para que, si hay consumo, se produzca de la forma más segura y responsable posible.



# 8 | ESPACIO SEGURO Y ATENCIÓN SANITARIA

## ¿PODEÍS VENIR? UNA COLEGA NO SE ENCUENTRA BIEN

Ante posibles problemáticas que puedan ocurrir, es importante que todos los servicios o colectivos que trabajen durante la fiesta estén visibles y sean accesibles, para reducir los riesgos asociados al consumo de drogas, si se dieran, y ayudar en casos de consumo irresponsable.

El bienestar y la seguridad en una fiesta dependen en gran medida de las condiciones del espacio y de los servicios que ofrece la fiesta.

¿Qué se puede hacer?

- Delimitar zonas de descanso.
- Ubicar puntos con acceso a agua gratuita, sanitarios, etc.
- Disponer de recursos sanitarios o personal sanitario suficiente.
- Contar con personas en la organización formadas en primeros auxilios.
- Tener presentes los teléfonos de emergencias, como el 112.



# 9 | ALTERNATIVAS A LA CONDUCCIÓN

## EN UNA HORA PILLAMOS EL BUS, VETE HACIENDO A LA IDEA

Fomentar el transporte público es una de las acciones más importantes y efectivas para la prevención de accidentes.

Entre las iniciativas que podemos realizar está la de informar claramente sobre la red de autobuses, trenes o metro, o subvencionar y ofrecer vales para su uso gratuito.

También se pueden presupuestar autobuses lanzadera para el transporte hasta el núcleo urbano, igual que se benefician de ello las bandas de música, el equipo de sonido, las actuaciones artísticas o el transporte de carteles. También sería beneficioso establecer acuerdos con compañías de taxis para que aumente la frecuencia de paso al final de la fiesta o puedan realizar algún descuento u oferta por utilizar el servicio durante ese día.

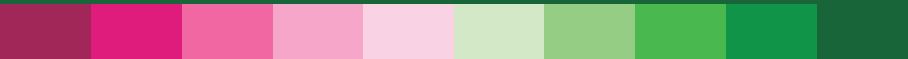


# 10 | ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DE LA FIESTA

➔ *DECID A LA GENTE QUE SE YA SE ACABÓ LA FIESTA... ¿EMPEZAMOS A LIMPIAR?*

La mejor manera de vivir una fiesta es participar en todo lo que tiene que ver con ella y no solo en el momento de pasárselo bien. Una fiesta también tiene un antes (preparación) y un después (recogida y valoración).

Cuantas más personas sean las que monten y desmonten, más serán las que tengan claro que después de la alegría hay que volver a poner las cosas en su sitio, echando una mano y facilitando el trabajo del equipo que la ha organizado.





## ¿QUÉ HACEMOS CON TODA ESTA BASURA? ¿CÓMO INTEGRAMOS LA PERSPECTIVA ECOLÓGICA?

El ocio es compatible con cuidar del medio ambiente. Hay formas de contaminación que pueden evitarse o, por lo menos, reducirse:

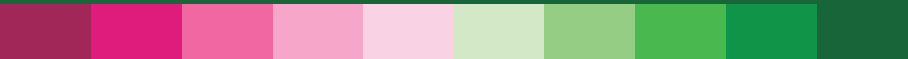
- Evitar el uso de servilletas de papel y plásticos de un solo uso, optando por alternativas como traer el propio vaso, reutilización, el ecovaso, el papel-cartón o los envases biodegradables.
- Procurar que todos los productos utilizados en la elaboración de las comidas vengan con certificados ecológicos y sostenibles.
- Utilizar la energía de forma responsable.
- Contar con basuras reciclables y visibles a todas las personas que asisten.
- Establecer un servicio de recogida de basuras, de acuerdo con el modelo de gestión local.

Reforzar las líneas de transporte público con ampliación de horario y de regularidad si es posible, o bien contratar un servicio específico. Hacer una buena campaña de información previa (y durante la fiesta) para informar sobre cómo acceder al transporte público que facilita acudir a la fiesta.

Al final de la fiesta, cuando se esté recogiendo, intentar aprovechar todo lo que haya sobrado y reutilizarlo para la próxima. El impacto ambiental de una fiesta se puede evitar, y de paso ahorrar dinero, si se organiza de forma ecológica.

Se puede colaborar con entidades que ofrezcan servicios de asesoramiento especializado sobre reducción en la generación de residuos y consumo responsable, tanto en el contacto con proveedores como dentro de la propia fiesta.

Cuantas más personas participen en la organización de la fiesta, más jóvenes tomarán conciencia de todo el trabajo que comporta...



# ¿EMPEZAMOS...?

En resumen, la mejor manera de vivir una fiesta es participar en todo lo que tiene que ver con ella. Una fiesta tiene un antes (preparación) y un después (recogida y valoración). Cuanta más gente participe, más conciencia colectiva habrá sobre el trabajo que supone. También serán más los que tengan claro que después de la alegría hay que volver a poner las cosas en su sitio, echando una mano y facilitando el trabajo al equipo que la ha organizado.

Ahora sólo queda empezar...

¡Os deseamos una muy buena fiesta en el Campus!



Un programa de:



Financiado por:



Con la colaboración de:



Con la participación de las Universidades de:

Abat Oliba | Alcalá | Alicante | Autónoma de Madrid | Barcelona | Burgos | Cádiz | Carlos III | Castilla-La Mancha | Católica de Murcia | Católica de Valencia | CESINE | Complutense | Córdoba | Coruña | Deusto | Distancia Madrid | Europea Canarias | Europea de Madrid | Europea del Atlántico | Europea Miguel de Cervantes | Extremadura | FU Bages | Girona | Granada | Huelva | IE University | Illes Balears | Isabel I | Internacional de Andalucía | Jaén | León | Lleida | Loyola Andalucía | Málaga | Murcia | Navarra | Oviedo | Las Palmas | Politécnica de Cartagena | Politécnica de Madrid | Politécnica de Valencia | Pública de Navarra | Pompeu Fabra | Ramon Llull | Rey Juan Carlos | La Rioja | Salamanca | San Jorge | Santiago de Compostela | Sevilla | UNED | València | Valladolid | Vic | Vigo | Zaragoza