



integra³

Inclusión, prevención y fortalecimiento en contextos de complejidad.

Proyecto de intervención socioeducativa y psicosocial

© 2025 Integra3 – Todos los derechos reservados.

Este proyecto, incluyendo textos, contenidos, materiales formativos, talleres y recursos digitales, es propiedad intelectual de Integra3. Queda prohibida su reproducción, distribución, comunicación pública o transformación total o parcial sin autorización expresa y por escrito del equipo de Integra3.

Cualquier uso no autorizado será considerado una infracción de los derechos de propiedad intelectual conforme a la legislación vigente en España (Ley de Propiedad Intelectual, Real Decreto Legislativo 1/1996, de 12 de abril) y demás normas aplicables en materia de derechos de autor.

Para solicitudes de reproducción, colaboración o uso autorizado de los contenidos, contactar a: integra3.inclusion@gmail.com.

ÍNDICE

1. Presentación	3
2. Equipo	4
3. Ámbitos de Actuación	5
4. Misión, Visión y Valor	6
5. Propuesta de Valor Diferencial	7
6. Metodología	8
7. Público Destinatario	9
8. Servicios	10
9. Retiros Sociales ConVive	11
10. Catálogo de Formación Online	14
11. Plan de Voluntariado	15
12. Colaboraciones Posibles	17
13. Tarifas y Funcionamiento	18

1. Presentación

Integra3 es un proyecto socioeducativo y psicosocial creado por Alba Fernández, Queralt Martínez y Vanessa Vallcanera, tres profesionales con amplia experiencia en el ámbito social, educativo y pedagógico. Su finalidad es acompañar a adolescentes, jóvenes y familias en contextos de creciente complejidad social, combinando intervención, formación e innovación.

El proyecto se sustenta en una mirada integral, basada en los derechos, la equidad, la coeducación y la diversidad, que promueve procesos de crecimiento personal y colectivo. Desde este enfoque, Integra3 trabaja en los niveles individual, familiar, educativo y comunitario, incorporando metodologías participativas y recursos innovadores como la equinoterapia, los talleres vivenciales y la formación especializada.

Integra3 se concibe como un ecosistema de acompañamiento, inclusión y transformación, orientado a potenciar la autonomía, la resiliencia y el bienestar de las personas, al tiempo que contribuye a la construcción de entornos más seguros, justos y sostenibles.

2. Equipo

Equipo multidisciplinario formado por educadoras sociales, psicología, integración social y equinoterapia.

- Dirección General: Queralt Martínez.
- Subdirección: Vanessa Vallcanera.
- Área de Responsabilidad Social: Alba Fernández.

3. Ámbitos de Actuación

1. **Atención a adolescentes y jóvenes:** Acompañamiento individual y grupal mediante talleres psicoemocionales, prevención de riesgos, educación afectivo-sexual, orientación laboral, actividades culturales y deportivas.
2. **Neurodiversidad y educación inclusiva:** Atención a jóvenes con TEA, TDAH, altas capacidades, diversidad funcional y sus derivados. Ofrece recursos a familias, asesoramiento a docentes y estrategias inclusivas que potencian la comunicación, la autonomía y la participación.
3. **Prevención y formación en centros educativos y comunitarios:** Talleres sobre igualdad de género, convivencia digital, drogodependencias, educación sexual y orientación académica, dirigidos tanto a jóvenes como a profesionales.
4. **Apoyo a familias:** Orientación, mediación y programas grupales que promueven la comunicación, la crianza respetuosa, la gestión emocional y la construcción de entornos familiares saludables.
5. **Equinoterapia:** Intervención innovadora que integra lo físico, emocional, social y educativo en contacto con caballos y la naturaleza. Beneficia a personas con diversidad funcional, dificultades emocionales, víctimas de violencia y colectivos en riesgo social.
6. **Atención en situaciones de violencia sexual y de género:** Ofrece un primer contacto seguro, asesoramiento especializado y acompañamiento en la toma de decisiones, priorizando la confidencialidad, la contención emocional y el acceso a recursos.
7. **Coaching para equipos deportivos:** Programas de entrenamiento emocional y motivacional para deportistas, entrenadores/as y equipos, fomentando la cohesión, la comunicación, la resiliencia y el bienestar integral.

8. **Retiros Sociales ConVive:** Promueven la convivencia, el aprendizaje y el bienestar emocional a través de talleres, actividades y acompañamiento profesional adaptado a familias, jóvenes, personas con diversidad y supervivientes de violencia de género. Están diseñados para fomentar la inclusión, la seguridad, la participación activa y el desarrollo de habilidades personales y relacionales en un entorno seguro y acompañados por profesionales.

4. Misión, Visión y Valor

La misión de Integra3 es acompañar a infantes, adolescentes, jóvenes y sus familias en su desarrollo y bienestar, a través de un enfoque socioeducativo integral que fomenta la inclusión, la equidad, la prevención de riesgos y la crianza respetuosa. Nuestro compromiso es ofrecer apoyos adaptados a cada realidad, fortaleciendo a las personas y sus entornos para afrontar con éxito los retos de la vida cotidiana.

Nuestra visión es consolidarnos como un proyecto de referencia en el ámbito social y educativo, capaz de generar un impacto positivo en las comunidades mediante intervenciones innovadoras, respetuosas y basadas en la evidencia. Aspiramos a una sociedad en la que adolescentes y familias se desarollen plenamente en entornos libres de violencia, con igualdad de oportunidades y acceso real a sus derechos.

Los valores que guían todas nuestras acciones son:

- Inclusión y diversidad, entendiendo la diferencia como una riqueza.
- Perspectiva de género y coeducación, fomentando relaciones igualitarias y libres de violencias.
- Prevención y protección, priorizando la seguridad en contextos de vulnerabilidad.
- Participación activa, dando protagonismo a adolescentes, familias y profesionales.
- Rigor y profesionalidad, con intervenciones basadas en la evidencia y mejora continua.
- Cuidado y acompañamiento, a través del vínculo, la escucha activa y soluciones conjuntas.
- Innovación y transformación social, generando cambios positivos y sostenibles en la comunidad.

5. Propuesta de Valor Diferencial

Integra3 se diferencia por:

- **Enfoque integral:** trabajamos de forma simultánea con infantes, adolescentes, juventud, familias y comunidades.
- **Diversidad metodológica:** combinamos intervención socioeducativa, equinoterapia, mediación y coaching deportivo.
- **Perspectiva transversal:** género, derechos humanos, trauma-informado y neurodiversidad.
- **Equipo multidisciplinar:** educación social, psicología, criminología, integración social, educación especial, trabajo social y especialistas en intervención terapéutica.
- **Innovación:** uso de talleres online, materiales de aprendizaje, retiro social ConVive, recursos digitales y packs formativos accesibles.

6. Metodología

Integra3 desarrolla su labor desde un enfoque vivencial, participativo y trauma-informado, que sitúa a las personas en el centro del proceso y reconoce la importancia de sus experiencias, emociones y contextos vitales. Todas las intervenciones se diseñan y aplican con perspectiva de género y una clara orientación a los derechos humanos, promoviendo la equidad, la inclusión y el respeto a la dignidad de cada individuo.

La metodología de Integra3 se estructura en cinco fases interrelacionadas, que garantizan un proceso de intervención integral, adaptado y evaluado de manera continua:

1. **Acogida y diagnóstico:** primera toma de contacto en la que se genera un espacio de confianza, se recopila información relevante y se identifican las necesidades y potencialidades de la persona o familia.
2. **Diseño del plan personalizado (PAI/PAF):** elaboración de un plan de acción individual o familiar que recoge objetivos, estrategias y recursos ajustados a cada realidad.
3. **Implementación:** puesta en marcha del plan mediante intervenciones, actividades y recursos adaptados, promoviendo la participación activa y el aprendizaje experiencial.
4. **Seguimiento:** acompañamiento continuado para valorar avances, realizar ajustes necesarios y garantizar la eficacia del proceso.
5. **Cierre y evaluación:** finalización del proceso con la evaluación conjunta de resultados, aprendizajes y logros alcanzados, reforzando la autonomía y las herramientas adquiridas.

7. Público Destinatario

Públicos objetivo:

- Primera infancia e Infancia (0–11 años).
- Adolescentes (12–18 años).
- Jóvenes (19–25 años).
- Familias.
- Profesionales socioeducativos y centros.

Prioridad de atención

- Familias en contextos de vulnerabilidad socioeconómica o emocional.
- Adolescentes con diagnósticos de TEA, TDAH, altas capacidades, diversidad funcional y sus derivados.
- Personas afectadas por violencia de género o violencia sexual.
- Jóvenes con brecha digital o en situación de desempleo.
- Menores en situación de desprotección o riesgo social.
- Familias monoparentales o con falta de red de apoyo.
- Personas migrantes y refugiadas, especialmente adolescentes y familias en proceso de integración.
- Jóvenes que han abandonado prematuramente el sistema educativo.
- Personas con trastornos de salud mental o dificultades emocionales graves.

8. Servicios

Integra3 ofrece una amplia gama de servicios dirigidos a personas, familias, profesionales y entidades, con el fin de promover el bienestar, la inclusión y el desarrollo integral. Entre ellos destacan:

- Sesiones individuales, familiares y grupales, adaptadas a las necesidades de cada realidad.
- Talleres presenciales y online, centrados en el desarrollo socioemocional, la prevención y la convivencia positiva.
- Programas de formación para profesionales, orientados a la actualización de competencias y a la mejora de la práctica socioeducativa.
- Mediación familiar, como recurso para la resolución de conflictos y el fortalecimiento de vínculos.
- Equinoterapia, una intervención innovadora que combina bienestar físico, emocional y social en contacto con la naturaleza.
- Consultoría y asesoría a instituciones, aportando experiencia técnica y metodológica en proyectos del ámbito social y educativo.
- Recursos digitales y packs formativos, diseñados para facilitar el aprendizaje autónomo y la aplicación práctica en distintos contextos.

- Retiro Social ConVive, espacio diseñado para conectar y fortalecer los vínculos intergeneracionales, mediante talleres, juegos cooperativos y espacios de diálogo que promueven la comunicación y el entendimiento entre generaciones.

9. Retiros Sociales ConVive

1. Retiro Familiar: Raíces en Familia

Un espacio diseñado para conectar y fortalecer los vínculos intergeneracionales, mediante talleres, juegos cooperativos y espacios de diálogo que promueven la comunicación y el entendimiento entre generaciones.

Objetivos: favorecer la cohesión familiar, mejorar la gestión de conflictos y potenciar la crianza respetuosa.

Beneficios: desarrollo de herramientas prácticas de comunicación, resolución de conflictos y fortalecimiento de la convivencia familiar.

2. Retiro de Neurodiversidad: Diversidad que Une

Un espacio inclusivo para jóvenes con TEA, TDAH, altas capacidades o diversidad funcional, junto a sus familias. Diseñado para promover la inclusión, la autonomía y el desarrollo de habilidades sociales.

Objetivos: facilitar la integración familiar y social, mejorar la autoestima y potenciar la autonomía de los participantes.

Beneficios: desarrollo de habilidades sociales, fortalecimiento de la autoestima, inclusión y autonomía.

3. Retiro de Resiliencia: Renacer

Espacio seguro dirigido a mujeres y personas que han vivido violencia sexual o de género, enfocado en el autocuidado, la expresión artística y la reconstrucción emocional.

Objetivos: fortalecer la resiliencia emocional,重构 la autoestima y fomentar la creación de redes de apoyo.

Beneficios: empoderamiento emocional, herramientas de autocuidado y apoyo comunitario.

4. Retiro para Adolescentes y Jóvenes: Conexión Real

Una experiencia de desconexión digital de 48 horas para que adolescentes y jóvenes puedan reencontrarse consigo mismos y con los demás a través de dinámicas grupales, talleres y

actividades deportivas.

Objetivos: promover la comunicación cara a cara, fomentar hábitos de ocio saludable y fortalecer la identidad juvenil.

Beneficios: mejora de la comunicación interpersonal, gestión emocional, fortalecimiento de la identidad y fomento de relaciones saludables.

10. Catálogo de Formación Online

Integra3 ofrece un programa de formación online especializado dirigido a profesionales del ámbito socioeducativo, familias y agentes educativos. Su objetivo es fortalecer competencias, actualizar conocimientos y aportar herramientas prácticas aplicables en distintos contextos de intervención.

La formación se caracteriza por su modalidad flexible, certificación oficial y contenidos actualizados, elaborados con rigor académico y adaptados a la diversidad de participantes. Incluye materiales descargables, recursos prácticos y espacios interactivos que favorecen el intercambio de experiencias y la reflexión crítica. Cada curso contempla un examen final de evaluación, diseñado para garantizar la asimilación de los aprendizajes y la correcta adquisición de competencias.

Los cursos, basados en la evidencia y en metodologías experienciales, abordan temáticas como inclusión, neurodiversidad, igualdad de género, mediación, gestión emocional y actualización profesional continua, contribuyendo a mejorar la calidad de las intervenciones y la empleabilidad en el ámbito social y educativo.

11. Plan de Voluntariado

El Plan de Voluntariado de Integra3 reconoce el valor de la participación ciudadana como complemento a la labor de un equipo profesional altamente cualificado. El voluntariado se centra en tareas de apoyo comunitario, logístico y educativo, sin intervenir en procesos clínicos o especializados, garantizando así la seguridad y calidad de las intervenciones.

Objetivos principales

- Fomentar la participación activa de la comunidad en actividades socioeducativas y culturales.
- Apoyar la logística y dinamización de programas y eventos.
- Contribuir a la sensibilización en derechos, igualdad, inclusión y neurodiversidad.
- Favorecer el desarrollo de competencias sociales y organizativas en las personas voluntarias.

Ámbitos de actuación del personal voluntariado

1. Dinamización comunitaria: apoyo en talleres, actividades culturales, artísticas, deportivas y espacios de participación juvenil y familiar.
2. Sensibilización y difusión: colaboración en campañas de prevención e igualdad, apoyo logístico en eventos y difusión de materiales y contenidos.
3. Producción pedagógica y digital: elaboración de recursos educativos, documentación de buenas prácticas y creación de contenidos digitales.

Funcionamiento y garantías

Las convocatorias se organizan periódicamente según la planificación anual. El proceso de selección es transparente y flexible en cuanto a la duración, adaptándose a cada proyecto. Las

personas voluntarias reciben formación inicial, guías de actuación y supervisión continua del equipo profesional, asegurando coherencia con los valores del proyecto.

El voluntariado en Integra3 se concibe como un recurso estratégico que fortalece el tejido social, promueve la participación ciudadana y complementa la intervención profesional, siempre desde los principios de inclusión, equidad y derechos humanos.

12. Colaboraciones Posibles

Ofrecemos a entidades diferentes vías de colaboración:

- Financiación de programas: subvenciones, convenios o contratación de talleres.
- Cesión de espacios: para la realización de actividades grupales y familiares.
- Derivación de casos: adolescentes, jóvenes o familias que necesiten intervención especializada.
- Formación conjunta: programas adaptados para profesionales socioeducativos, centros escolares y asociaciones.

13. Tarifas y Funcionamiento

Un modelo accesible, transparente y adaptable, pensado para garantizar inclusión y equidad.

1. Suscripciones mensuales

Opción Básica – 35 €/mes

- 2 talleres online al mes (a elegir)
- Acceso a la comunidad con acompañamiento y resolución de dudas básicas
- Diagnóstico inicial de orientación (primer mes)

Opción Premium – 90 €/mes

- 4 talleres online al mes (a elegir)
- Seguimiento personalizado tras talleres
- Orientación periódica y acompañamiento continuo
- Prioridad en inscripción a actividades presenciales
- Descuentos en sesiones individuales o familiares

Nota: Materiales didácticos y recursos descargables tienen coste adicional.

2. Atención personalizada y servicios a medida – Personas y familias

- Sesiones individuales/familiares (60 min): 60 €
 - Pack mensual 4 sesiones: 180 €
- Mini-consultas puntuales (30 min): 25 €
 - Pack de 3 mini-consultas: 60 €
- Talleres grupales online (1h30): 30 €/persona
 - Incluye material descargable y seguimiento opcional
- Talleres presenciales en grupo reducido: tarifa variable según duración, espacio y público
- Equinoterapia:
 - Sesión individual (45 min): 60 €
 - Pack mensual (1 sesión/semana): 180 €

Retiros sociales ConVive

1. Retiro Familiar: “Raíces en familia”

- Duración: 2 días (1 noche)
- Incluye: alojamiento, pensión completa, talleres intergeneracionales, juegos cooperativos, materiales y acompañamiento profesional
- Tarifa: 420 € por familia (2 adultos + 1 niño/a)
- Tarifas adicionales: 70 € por cada niño/a extra, 120 € por adulto extra
- Oferta especial: inscripción de 2 familias juntas, 10% de descuento sobre el total
- Observaciones: se prioriza la participación de todos los miembros de la familia

2. Retiro de Neurodiversidad: “Diversidad que une”

- Duración: 2 días (1 noche)
- Incluye: alojamiento, pensión completa, actividades adaptadas, talleres inclusivos, acompañamiento profesional, material sensorial y educativo
- Tarifa: 450 € por unidad familiar (participante con neurodiversidad + 1 acompañante)
- Tarifas adicionales: 120 € por acompañante extra, 200 € por participante con diversidad extra
- Observaciones: todos los espacios y actividades están adaptados para comodidad y seguridad de los participantes
- Posibilidad de becas parciales según situación económica

3. Retiro de resiliencia ante violencia sexual y de género: “Renacer”

- Duración: 2 días (1 noche)
- Incluye: alojamiento, pensión completa, talleres de autocuidado y expresión artística, acompañamiento profesional, grupos de apoyo, material de trabajo emocional
- Tarifa individual: 350 €
- Oferta especial: descuento del 15% para participantes derivados de entidades colaboradoras
- Observaciones: espacios 100% seguros y confidenciales, plazas limitadas para garantizar acompañamiento individualizado

4. Retiro para adolescentes y jóvenes (desconexión digital): “Conexión real”

- Duración: 2 días (1 noche)
- Incluye: alojamiento, pensión completa, actividades deportivas, talleres de convivencia digital y habilidades sociales, materiales, acompañamiento profesional
- Tarifa por participante: 220 €
- Oferta especial: inscripción de grupo de 4 o más jóvenes, 10% de descuento
- Observaciones: retiro sin móviles (consignación de dispositivos), equipo profesional especializado en adolescencia y dinamización de grupos

Flexibilidad económica disponible para familias monoparentales, desempleo, estudiantes o situaciones vulnerables acreditadas.

3. Servicios para instituciones (escuelas, asociaciones, ayuntamientos)

- Talleres y formaciones grupales: desde 300 €/sesión (2-3 h, presencial u online)
- Proyectos personalizados: presupuesto a medida, incluye diseño de contenidos, acompañamiento a equipos, asesoramiento y evaluación de resultados
- Modalidad contractual: acuerdo de colaboración con facturación formal

4. Funcionamiento general

- Modalidad: Presencial (Barcelona y alrededores) / Online (cualquier ubicación)
- Reserva de servicios: contacto vía email, formulario web, redes o teléfono
 - Talleres estándar: anticipo 30%
 - Talleres personalizados: anticipo 50%
- Cancelaciones: mínimo 72 h de antelación para reprogramar sin coste
- Facturación: comprobante para personas y familias / factura formal para instituciones

Recuerda...

Integra3 constituye mucho más que un proyecto: representa un compromiso firme con la promoción de la inclusión, la equidad y la justicia social. A través de esta iniciativa, se busca generar espacios de participación y colaboración que fortalezcan la cohesión comunitaria y fomenten la resiliencia social. Invitamos a entidades tanto del ámbito público como privado a sumarse a esta propuesta, trabajando conjuntamente con nosotras para construir comunidades más inclusivas, equitativas y sostenibles.

Contacto

integra3.inclusion@gmail.com

<https://integra3inclusion.com/>

663844690

Instagram: @integra3.inclusion

Barcelona y alrededores

 Disponible dossier ampliado y reuniones informativas para colaboraciones.

“Integra3: un proyecto, muchas vidas transformadas.”

