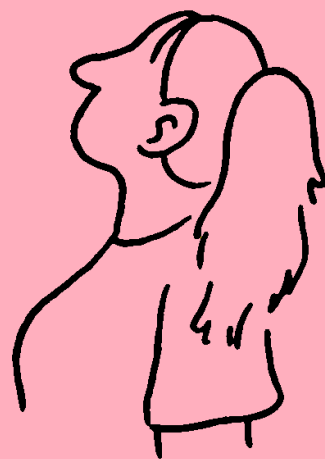


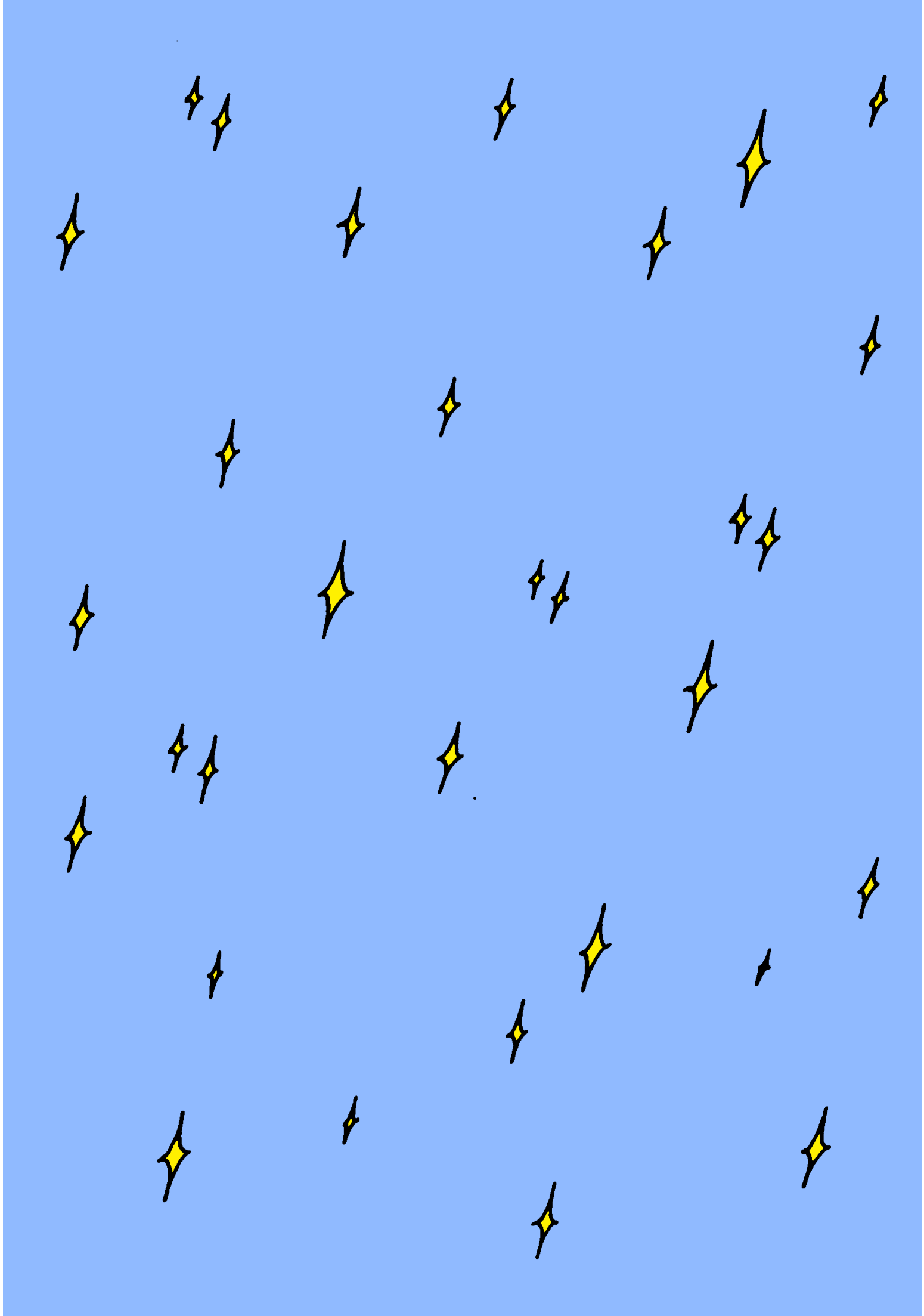
Formada
per a la
construcció
del I Pla Local
de Salut

El Prat de Llobregat

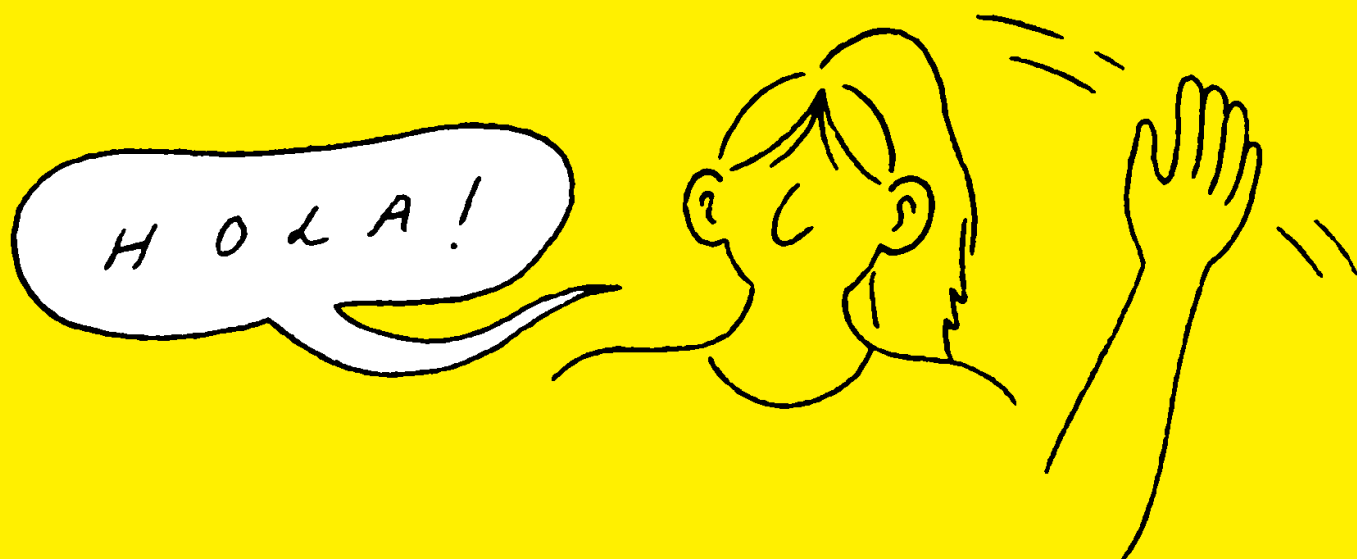


Dijous 12 d'abril del 2018

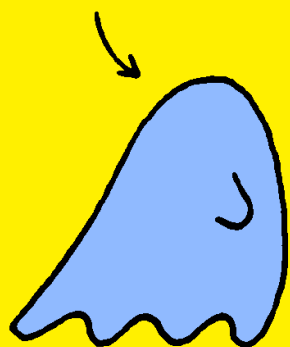
Per Conxita Herrero



P R E F A C I . . .

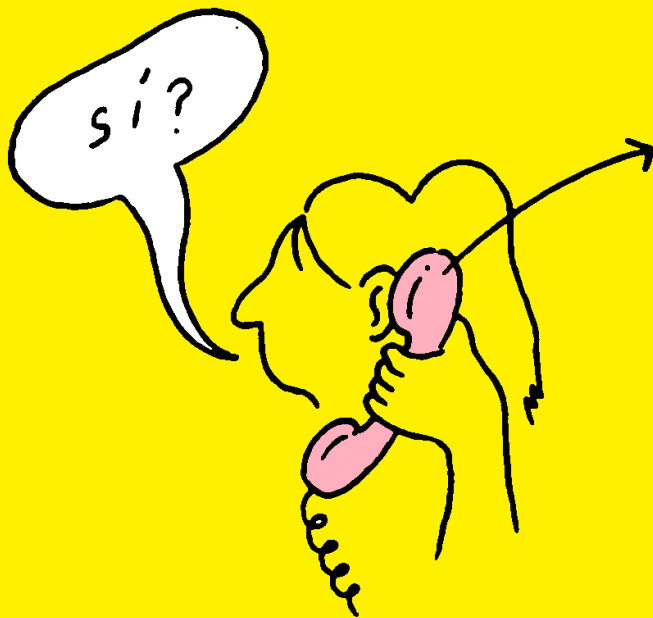


Aquesta sóc jo. Em dic Conxita,
i durant les últimes setmanes estic
travessant un dels meus períodes
d'hipocondria.



Aquest matí he rebut una trucada.

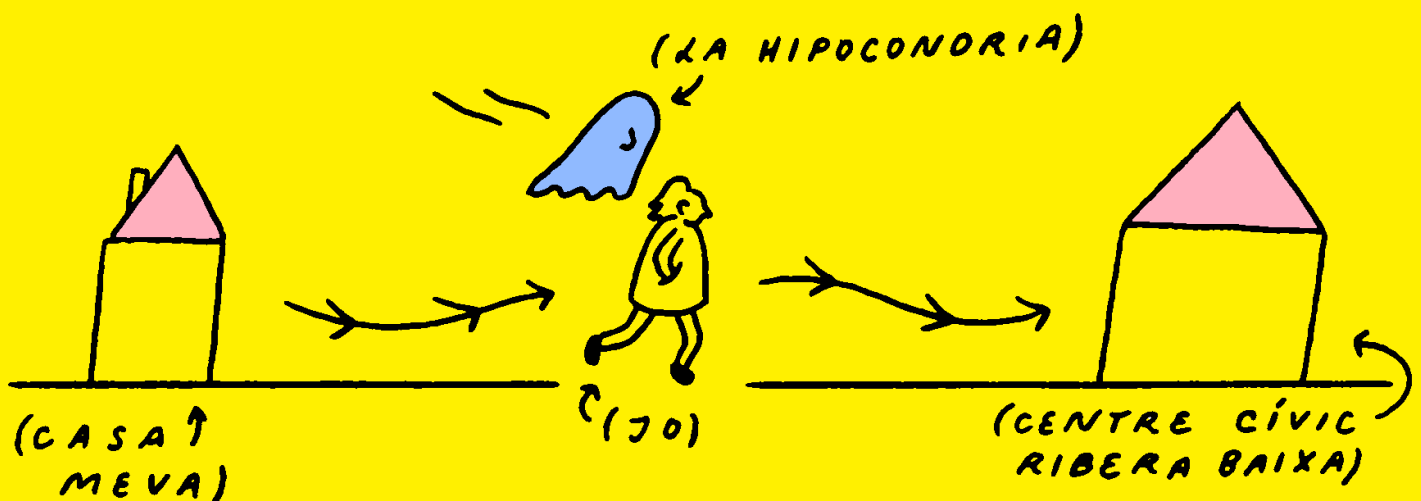




Hola Conxita ! Que et ve de gust fer les conclusions gràfiques de la jornada per a la construcció del Pla Local de Salut del Prat ?

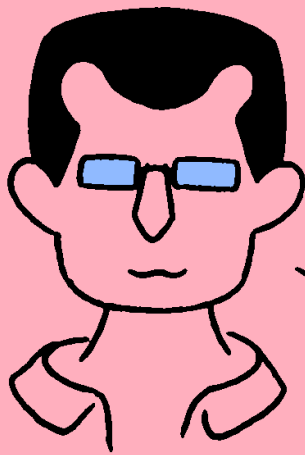


Clavors...



COMENCEM!

En arribar al lloc, trobo una sala plena de gent. Inicia la jornada un senyor amb ulleres. El primer que diu és:



Vull que sapigueu que
avui no parlarem pas
de MALALTIES sinó
de SALUT

Jo:



Fem un repàs ràpid dels reptes i els objectius que volem treballar des de l'Ajuntament i ens posem a fer feina...



REPTES

Aproderar la ciutadania en el camp de la salut.

Incorporar la salut a totes les polítiques.



Que tothom tingui accés als recursos sanitaris.

OBJECTIUS

A

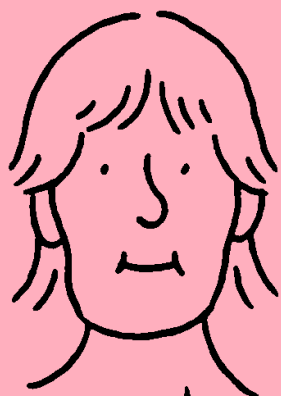
Treballar en la salut mental.

B

Aplicar la cura de la salut en totes les etapes de la vida.

C

Actuar en els col·lectius més desfavorits.

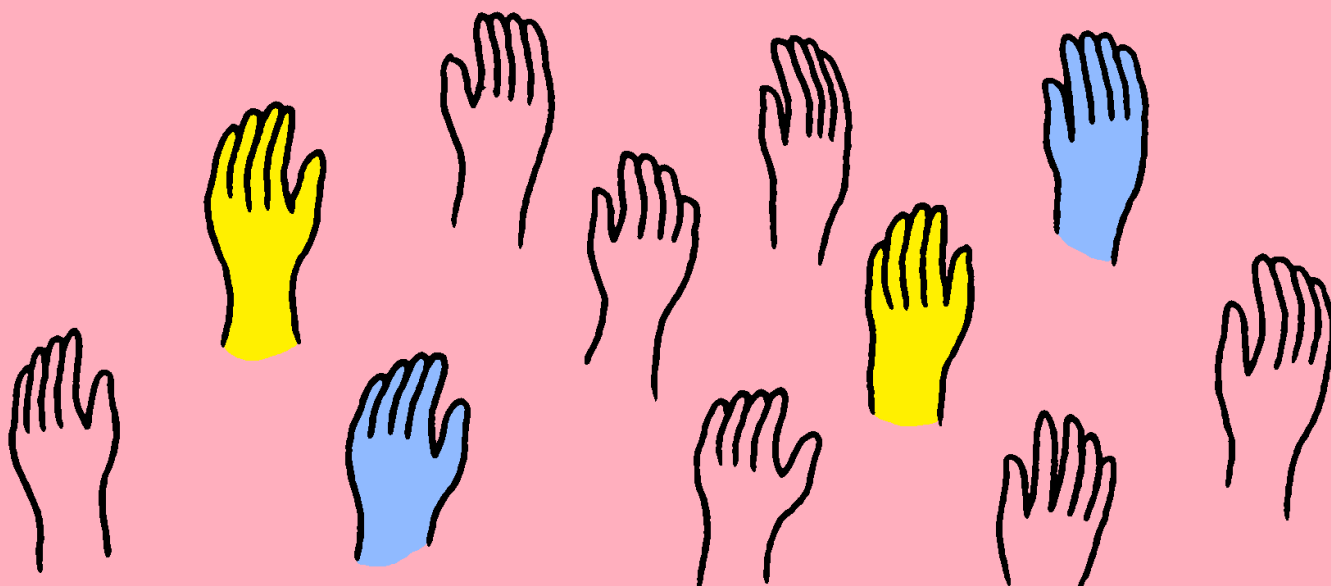


Per aconseguir els nostres propòsits necessitarem la vostra ajuda!

Farem tres grups de treball...

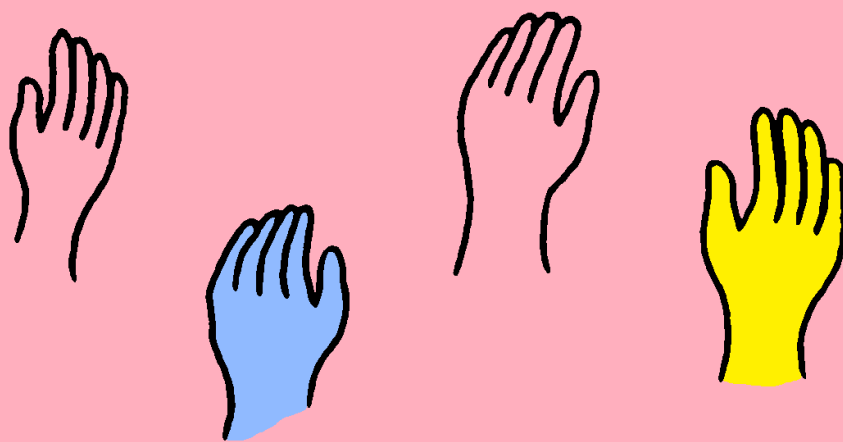
1 SALUT MENTAL

De vegades el que ens ajuda a estar bé no són les píndoles sinó els grups, fer activitats... Qui s'hi apunta?



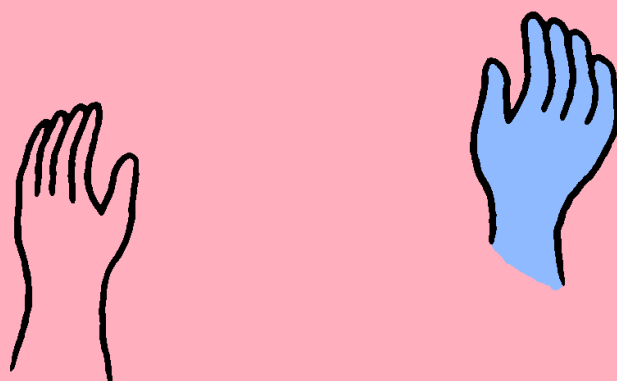
2 AÏLLAMENT I SOLITUD

La soledat no solament afecta les persones més grans, sinó també el jovent.
Mans onlaire?



3 ALIMENTACIÓ I ACTIVITAT FÍSICA

L'accés a menjar de qualitat i accessible i fer una mica d'esport hauria de ser prioritari, però no sempre ho és. Qui s'hi anima?

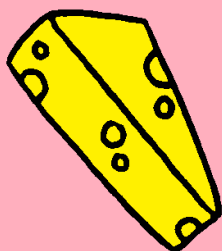


PERFECTE!

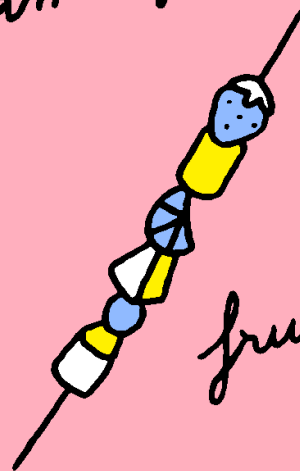
Us proposo fer una pausa
per berenar i, de passada,
reequilibrar els grups...



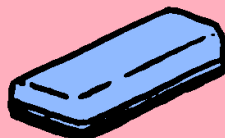
aigua



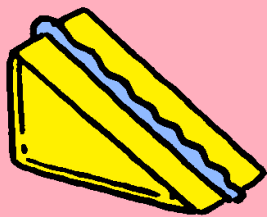
formatge



fruita

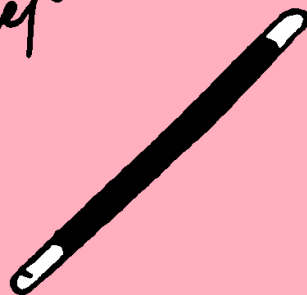


snack



entrepà

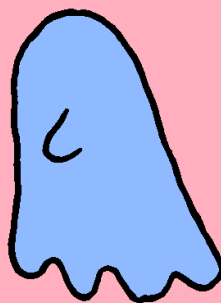
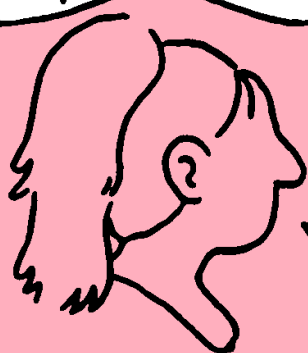
Vareta
màgica



Reequilibri!

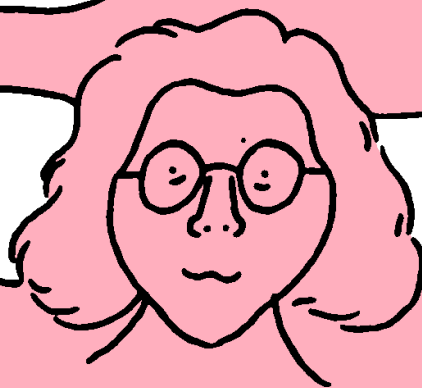


Els tres grups comencen a treballar per reparat. La dinàmica és senzilla: es tracta de posar en comú el que ja s'està fent al Prat al respecte de cada apartat i, després, les possibles propostes de millora.



Hi ha un concepte que es repeteix a les tres sales!

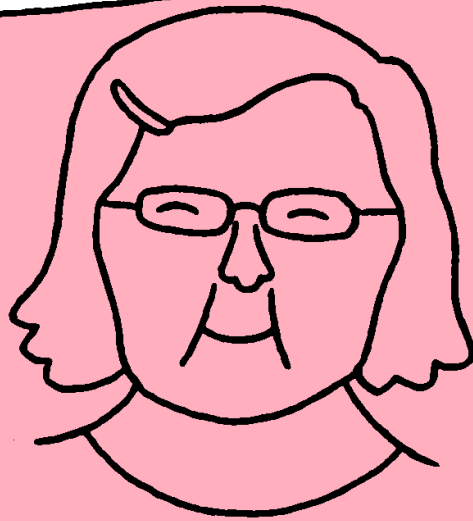
PRESCRIPCIÓ



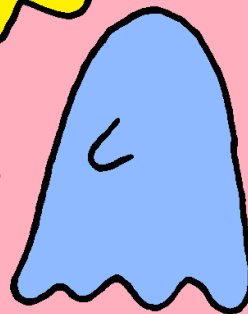
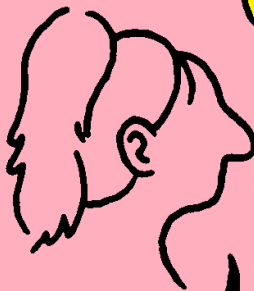
SOCIAL!

La prescripció social consisteix a receptar als/a les pacients, des dels centres d'atenció primària, coses com fer activitats en grup o caminar fins a la platja, en comptes de derivar-los directament a la farmàcia.

¡La salud la ganas haciendo cosas!

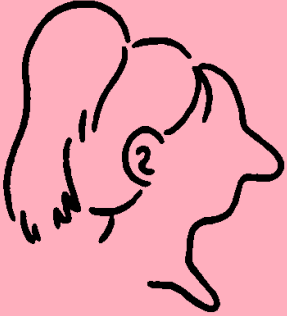


TÉ RAÓ !!



I això que han dit
que els/les adolescents
haurien de dormir
una hora més?

Súper a favor!



I això del servei de bon veïnatge i convivència?

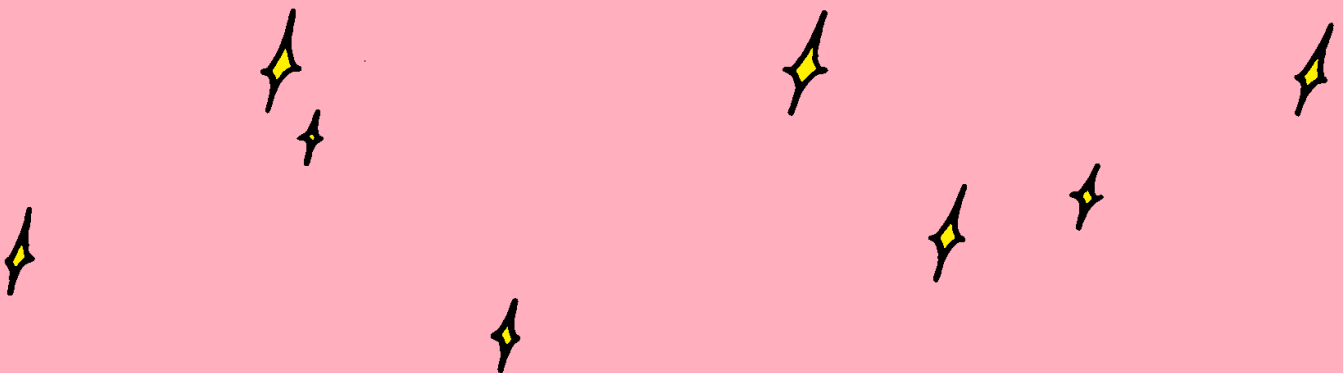
Fer barri de tota la vida!



Un lot de primers auxilis emocionals?

Boníssim!

S'acaba el temps i ens tornem a reunir totes a la sala gran. Avaluant les conclusions sembla que tothom ha arribat al mateix desenllaç...



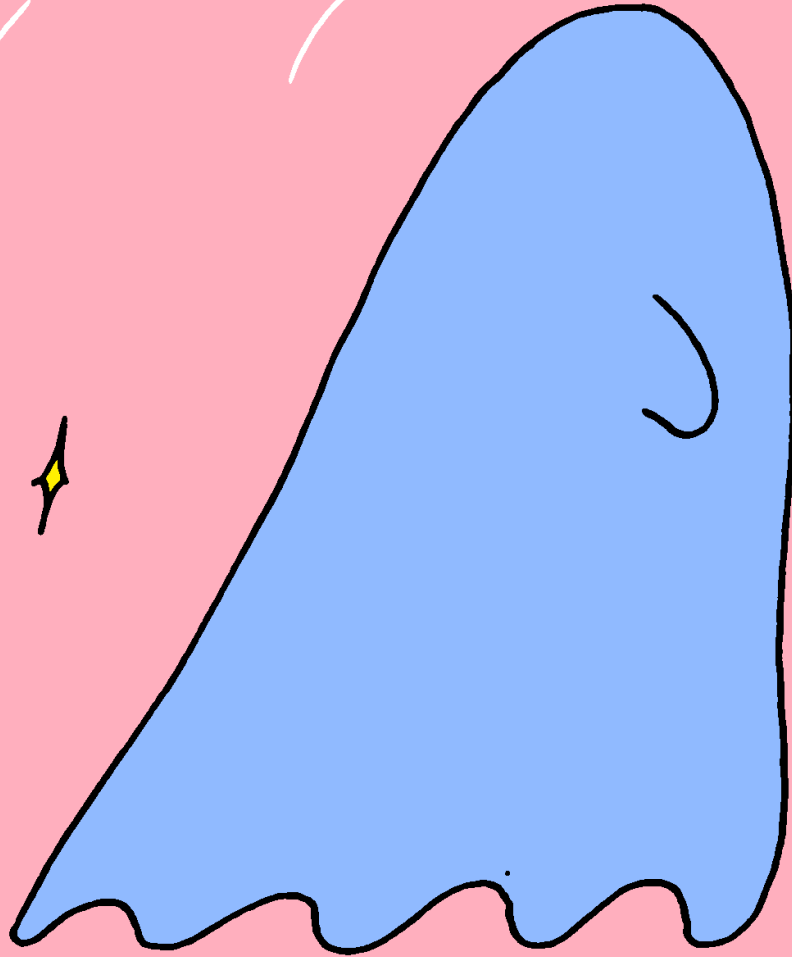


Quan arribo a casa i començo a endregar les idees i a dibuixar, em trobo bastant més relaxada que al matí...



The background is a solid light blue color. Scattered throughout the page are approximately 20 yellow starburst shapes. Each starburst is a four-pointed star with a yellow center and black outlines, giving it a hand-drawn, decorative appearance.

www.elprat.cat/salut
salut@elprat.cat
abril del 2018
El Prat de Llobregat



TORNARÉ...