



Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà

CAMPANYA DE PREVENCIÓ I PROMOCIÓ DE LA SALUT DIRIGIDA ALS PROFESSIONALS DE SERVEIS DE SALUT INTEGRATS DEL BAIX EMPORDÀ (SSIBE) I POBLACIÓ DE REFERÈNCIA

Vidal N, Benito D, Pérez M, Fernández C.
Servei de Prevenció Mancomunitat de SSIBE
Comissió de Prevenció i Promoció de la Salut (CPiPS)



XXVI DIADA DE LA SOCIETAT CATALANA DE LA SALUT LABORAL
PROMOCIÓ DE LA SALUT EN EL LLOC DE TREBALL
17 DE NOVEMBRE DE 2016

LA NOSTRA ENTITAT



Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà



Serveis de Salut Integrats Baix Empordà (SSIBE)

Empreses

Fundació
Hospital de Palamós

Hospital de Palamós

Palamós Gent Gran

Consorci Assistencial
del Baix Empordà (CABE)

4 Àrees Bàsiques de Salut

Serveis de Salut Integrats Baix Empordà, AIE

Emporhotel, AIE

Emporsis, AIE

MODEL DE SALUT INTEGRAT

Atenció Primària
Atenció Hospitalària
Atenció Sociosanitària i Dependència



SERVEI DE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS PROPI I MANCOMUNAT

COMISSIÓ DE PREVENCIÓ I PROMOCIÓ DE LA SALUT (CPiPS)





SERVEI DE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS MANCOMUNAT

COMISSIÓ DE PREVENCIÓ I PROMOCIÓ DE LA SALUT (CPIPS)



Activitats en l'àmbit de la prevenció i promoció de la salut:

- Professionals (1.500)
- Població de referència (133.000)



Dia Mundial de l'Activitat Física

Dia Mundial de la Salut

Dia Internacional de la Seguretat i Salut en el Treball

A L'ABRIL, VINE I MOU-TE AMB SALUT!





OBJECTIU DE LA CAMPANYA

Promocionar hàbits saludables entre professionals i població de referència:

- Activitat física
- Alimentació Saludable
- Gestió Emocional



Campanya com a punt de partida per a la implantació d'una estratègia d'Empresa Saludable a SSIBE.

QUÈ VAM ORGANITZAR?



Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà

A L'ABRIL, VINE I MOU-TE AMB SALUT!

DISSABTE, 9 D'ABRIL DE 2016

DE LES 9:30 FINS A LES 14 H
PASSEIG DE PALAMÓS
ESCENARI DEL PASSEIG

- + Spinning
- + Zumba
- + Aerodance
- + Travessa de natació
- + Dansa "Traffic Jam"



Activitats organitzades per la Comissió de
Prevenició i Promoció de la Salut amb motiu de
del dia mundial de la Salut i de l'Activitat física



@comssibe
#Mou-teSSIBE
www.ssibe.cat

PROGRAMA D'ACTIVITATS

DISSABTE, 9 D'ABRIL DE 2016

- 9:30 h - INSCRIPCIONS GRATUÏTES**
- 10 - 11:30 h - CLASSE D'SPINNING**
A càrrec de Gimnàs Mes Gavarres. Reserva de bici a partir del 4 d'abril amb el vostre DNI al Gimnàs Mes o al mail prevencioipromociosalut@ssibe.cat
- 11:45 - 12:30 h - CLASSE DE ZUMBA**
A càrrec de Gimnàs Mes Gavarres
- 12:40 - 13:30 h - CLASSE D'AERODANCE**
A càrrec de Centre Inspira esport i salut
- 13:30 - 14 h - TRAVESSA DES DEL PORT A L'ESPIGÓ (250M)**
Club de natació Palamós
- 13:30 - 14 h - ESPECTACLE "TRAFFIC JAM"**
A càrrec de CobosMika Seeds. CobosMika Company

Caldrà fer inscripció prèvia.
Totes les activitats són gratuïtes.
Taules informatives de les entitats col·laboradores i consells de salut.
Taula d'avituallament. Begudes i fruites.

QUÈ VAM ORGANITZAR?



Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà





 Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà

A L'ABRIL, VINE I MOU-TE AMB SALUT!

ACTIVITATS DIRIGIDES ALS TREBALLADORS

PALAMÓS

Dimecres, 13 d'abril (Dia del Fisioterapeuta)
De 12.00h a 13.00h
Aprendre a cuidar-te!
A càrrec de Maria Maly
Fisioterapeuta Serv.Rehabilitació
Lloc: Sala d'actes de l'Ed. Fleming

Dimecres, 13 d'abril (Dia del Fisioterapeuta)
De 15.00h a 16.00h
Aprendre a cuidar-te!
A càrrec de Maria Maly
Fisioterapeuta Serv.Rehabilitació
Lloc: Sala d'actes de l'Ed. Fleming

Dimecres, 13 d'abril
De 15:30h a 17:30h
Activitat: Marxa Nòrdica
Monitor: Sergi Lara
Lloc de sortida: Platja de la Fosca
Si en teniu, porteu els pals

Dilluns 18 d'abril
De 14.00h a 15.00h
Sessió d'hipopressius
Monitora: Irene Prat
Lloc: Sala d'actes de l'Ed. Fleming
Porteu roba còmode

Activitats organitzades per la Comissió de Prevenció i Promoció de la Salut amb motiu del dia mundial de la Salut i de l'Activitat física.

Dimarts, 19 d'abril
De 15.00h a 16.30h
Aprendre a llegir les emocions en la comunicació no verbal
A càrrec de Montse Gibernau i Nacho Pascual
Lloc: Sala d'actes de l'Ed. Fleming

Dijous, 21 d'abril
De 14.00h a 15.00h
Sessió meditació en moviment
Monitora: Elisenda Fernández
Lloc: Sala d'actes de l'Ed. Fleming
Porteu roba còmode

LA BISBAL D'EMPORDÀ

Dimecres, 6 d'abril
De 14.00h a 15.00h
Xerrada sobre promoció dels hàbits saludables i els parcs de salut
A càrrec de Mercè Ramos, tècnica de participació ciutadana
Lloc: CAP de La Bisbal

Dimecres, 27 d'abril
Horari de 14.00 a 15.00
Classe dirigida - Spinning i pilates
Lloc: Club de tennis de La Bisbal

PALAFRUGELL

Dimecres, 6 d'abril
De 14.00h a 15.00h
Chikung
Monitora: Rosa Pascual
Lloc: Plaça Joan Coromines i Vigneaux

Dijous, 28 d'abril
De 14.00h a 15.00h
Sessió mindfulness
Monitora: Rosa Pascual
Lloc: CAP de Palafrugell

QUÈ VAM ORGANITZAR?



QUÈ VAM ORGANITZAR?



Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà

TORROELLA DE MONTGRÍ

A L'ABRIL, VINE I MOU-TE AMB SALUT!

ACTIVITATS DIRIGIDES A LA POBLACIÓ

Dijous, 28 d'abril
"Saps com afecta l'alimentació a la teva salut intestinal?"
Berta Crerá i Neus Garcia Albors
Hora: 19.00h
Lloc: Auditori de Casa Pastors

Dissabte, 30 d'abril
A l'abril, vine i mou-te amb Salut i Caminada per les dunes del Montgrí
Inscripcions: a les 9.00h a la plaça de la vila
Sortida: 10.00h des de la plaça de la Vila

Activitats organitzades per la Comissió de Prevenció i Promoció de la Salut amb motiu del dia mundial de la Salut i de l'Activitat física.
Diffusió dintre del calendari d'activitats de la Fea Empordà, Cúma Salut 2016



LA BISBAL D'EMPORDÀ

A L'ABRIL, VINE I MOU-TE AMB SALUT!

ACTIVITATS DIRIGIDES A LA POBLACIÓ

Dimarts, 30 d'abril
De 13:30h a 14:30h
Qi Gong
Monitora: Milla del Pozo
Lloc: Plaça Trinitat Sals, davant del CAP

 Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà

Activitats organitzades per la Comissió de Prevenció i Promoció de la Salut amb motiu del dia mundial de la Salut i de l'Activitat física

PALAFRUGELL

A L'ABRIL, VINE I MOU-TE AMB SALUT!

ACTIVITATS DIRIGIDES A LA POBLACIÓ

Divendres, 8 d'abril
De 10.00h a 11.00h
Chikung
Monitora: Rosa Pascual
Lloc: Plaça Joan Coromines i Vigneaux.

 Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà

Activitats organitzades per la Comissió de Prevenció i Promoció de la Salut amb motiu del dia mundial de la Salut i de l'Activitat física

PALAMÓS

A L'ABRIL, VINE I MOU-TE AMB SALUT!

ACTIVITATS DIRIGIDES A LA POBLACIÓ

Dissabte, 9 d'abril de 2016
De 9.30h a 14.00h
Jornada "A l'abril, vine i mou-te amb salut"
Lloc: Escenari de les sardanes del Passeig de Palamós

Divendres 15 d'abril
Caminada Saludable per Palamós
Sortida i arribada al CAP de Palamós
Durada: de 15.00h a 16.45h
Guies: Elisenda Fernández i Anna Mª Pallarès
Porteu roba i calçat còmodes
Avituallament

Dimarts, 19 d'abril
D'11.00h a 12.00h
Logo
Monitors: Mercè Canadell i Pau Gil
Lloc: Centre Palamós Gent Gran (sala polivalent)
Dirigit als residents i població general

Tota els divendres d'abril (3, 8, 15, 22 i 29)
D'11.00h a 12.00h
Gimnàstica amb música
Monitora: Laura Garcia
Lloc: Centre Palamós Gent Gran - 1a planta
Dirigit als residents del centre (usuaris)

Activitats organitzades per la Comissió de Prevenció i Promoció de la Salut amb motiu del dia mundial de la Salut i de l'Activitat física



QUÈ VAM ORGANITZAR?



QUÈ VAM ORGANITZAR?



Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà

Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà

JORNADA EMPRESA SALUDABLE

DIVENDRES, 29 D'ABRIL DE 2016
Hospital de Palamós – Sala d'actes Ed. Fleming

Organitza: Servei de Prevenció de riscos laborals i Medi ambient.
Amb motiu del Dia Mundial de la Seguretat i la Salut en el treball.

Dirigida a: Treballadors/es de l'entitat, professionals vinculats en l'àmbit de la prevenció i promoció de la salut i persones interessades en la temàtica de la jornada.

Inscripcions: Confirmar assistència a formacio@ssibe.cat

12.00 Benvinguda
Lluís Puig, president dels Òrgans de Govern de SSIBE.

12.05 Presentació
Dolors Benito, coordinadora del Servei de Prevenció de riscos laborals.

12.15 Taula rodona
Moderador: Marc Pérez, director d'Atenció Primària i president de la Comissió de Prevenció i Promoció de la Salut.
Cap a una cultura d'empresa saludable
La cultura preventiva i la promoció de la salut converteixen l'empresa en saludable.
Dulce Puget, directora de medicina del treball i malalties professionals d'Asepeyo.
Programa Be Healthy
Zaira César, tècnic de seguretat, salut i medi ambient del Servei de prevenció mancomunat del Grupo Novartis España i responsable del Programa Be Healthy.
Col·loqui 15 min

13.30 Conferència "Treballem segurs i amb alegria"
Carles Capdevila, periodista, director-fundador del diari ARA. Llicenciat en filosofia i professor de comunicació a la Universitat de Barcelona. Va ser director i presentador dels programes *Eduqueu les criatures* a Catalunya Ràdio (2006-2010) i *Qui els va parir* a TV3 (2008).

14.30 Cloenda
Mariona Casanovas, directora de Recursos Humans.

Al final de l'acte s'oferirà un aperitiu saludable al pati de llums per a tots els assistents.



QUÈ VAM ORGANITZAR?



Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà





RESULTATS, CONCLUSIONS

Bona acollida de la iniciativa per part dels professionals, tant a nivell de col·laboració en la organització d'activitats com en la participació en aquestes.

22

Professionals
Organització

12

Entitats Comunitat
Organització

300

Professionals i Comunitat
Participació

TREBALL FUTUR

L'alta participació posa en valor aquesta iniciativa i justifica el continuar treballant en aquesta línia consolidant la campanya anualment.



**MOLTES GRÀCIES PER LA
VOSTRA ATENCIÓ!!**

