

Servei de Promoció de la Salut
Memòria 2021

El servei de **Promoció de la Salut** de la ciutat de Girona treballa per a promocionar la salut, entesa com a l'entramat d'accions i reaccions orientades a oferir una millor qualitat de vida de la ciutadania; així com a sostenir el benestar de les persones com a membres productius/ves i contributius/ves de la societat. En aquest sentit, el servei pretén potenciar la responsabilitat de la ciutadania de triar les millors opcions en salut, ajudant-la a fer-ho amb els recursos adequats, oportuns i ben orientats per a assolir els millors resultats possibles.

El servei de Promoció de la Salut té com a objectius principals els següents:

- Promocionar els hàbits saludables i el benestar emocional de la ciutadania.
- Reduir l'adquisició de comportaments que poden afectar negativament a la salut en un futur proper.
- Potenciar el caràcter participatiu i d'implicació de la comunitat en temes de salut.
- Fomentar el grau de compromís de la població amb la salut.
- Coordinar i col·laborar amb altres institucions i entitats que treballen per a la salut.
- Apropar projectes de salut ja existents al territori.
- Ser referent en temes de promoció de la salut.

Per fer-ho possible es treballa a partir de 4 projectes: Salut Infantil, Salut Jove, Salut Familiar i Salut Mental i Addiccions.

Destacar que durant aquest 2021 s'ha continuat treballant seguint les línies estratègiques marcades en el **1r Pla Local de Salut**:

- Alimentació i activitat física.
- Salut mental i conductes addictives.
- Salut sexual, afectiva i reproductiva.
- Desigualtats Socials.

Aquest pla es concep com un projecte de caràcter transversal i participatiu que té per objectiu impulsar accions que actuïn sobre els determinants de salut a la ciutat. Té la finalitat de millorar la salut de la ciutadania, a través de la promoció de l'estratègia de salut en les polítiques locals i del treball conjunt amb les diverses àrees municipals i agents de territori. A partir d'aquí s'ha constituït la Taula de Salut, estructura orgànica que tindrà per objectiu vetllar i garantir el desplegament transversal i en xarxa del pla.

Professionals
2 DI
1 DI/ llevadora
1 ginecòloga
3 psicòlegs
1 administrativa
1 auxiliar administrativa d'atenció al públic

PROJECTE SALUT INFANTIL

En la promoció d'**hàbits saludables**, el treball amb **la població escolar** és molt important, ja que s'ha constatat que a les edats primerenques és quan les persones adquireixen els hàbits que influiran en la resta de la seva vida. És també imprescindible treballar amb les famílies ja que està igualment demostrat que els infants amb referents familiars amb hàbits de vida saludables tenen major predisposició a adoptar-los i a no rebutjar-los.

Les actuacions les podem classificar segons 2 blocs:

- Recursos educatius primària: oferir els recursos necessaris per informar i educar els infants en temes de salut, dotar-los de recursos i habilitats personals i augmentar la consciència de la importància d'adquirir estils de vida saludables.
- Controls i revisions: revisió dels menús escolars de primària, conjuntament amb l'ASPCAT i control brots de polls.

1. Recursos educatius

Les activitats dutes a terme durant l'any 2021 son:

ITINERARI DE BENESTAR EMOCIONAL:

El benestar emocional és un aspecte vital de la nostra salut individual i col·lectiva que darrerament es veu perjudicat de forma preocupant. És per això que presentem un itinerari amb diversos recursos educatius dirigits als diferents cursos, que treballen aquesta temàtica:

- *La maleta dels sentiments, angoixes i grans èxits (educació infantil, cicles inicial i mitjà de primària).*
- *Conèixer les emocions (Educació infantil –P5).*
- *El bosc encantat (3r de primària).*
- *Programa Sigues tu: eines i actituds per a la salut (educació infantil, primària).*
- *Cendres (5è i 6è de primària).*
- *Prevenició de les conductes abusives (6è de primària).*
- *Educació en i amb valors (6è de primària).*
- *Emociona't tot jugant (5è primària).*
- *Fem pedagogia de la mort. Maleta pedagògica (professorat).*
- *L'assetjament, el ciberassetjament i les conductes discriminatòries (primària).*

Els objectius generals que es volen assolir amb aquests recursos son:

- Formalitzar, realitzar i avaluar un conjunt d'intervencions per promocionar el benestar emocional en cada un dels grups d'edat determinats (cicle infantil, cicle inicial, cicle mitjà, cicle superior).

- Identificar els components del benestar emocional, com les emocions bàsiques, l'autoestima, la resiliència, la capacitat per afrontar l'estrès, la regulació emocional, les habilitats per a la vida, etc.; i també ajudar a l'adquisició de les destreses necessàries per regular les emocions, sentiments i desitjos.

El Servei de Promoció de la Salut gestiona directament les activitats: “**Conèixer les emocions**”, “**El bosc encantat**”, “**Emociona't tot jugant**” i “**Prevenió de les conductes abusives**”.

Amb aquestes activitats s'ha arribat a un total de **429 alumnes** repartits en **23 grups-classe** de **12 centres educatius**. L'activitat *Emociona't tot jugant* finalment no s'ha pogut dur a terme.

ITINERARI D'ALIMENTACIÓ I ACTIVITAT FÍSICA:

Tenir bona cura dels hàbits d'alimentació i d'activitat física des de les primeres etapes és una actitud preventiva molt important per a la resta de la vida de les persones. Per tant, és fonamental adquirir hàbits correctes, i és per aquest motiu que es presenten diverses activitats adequades a cada curs:

- *L'esport de menjar (2n i 3r de primària).*
- *En marxa centres educatius saludables (educació infantil).*
- *Menjar bé és divertit (3r primària).*
- *Menjo, menges, mengem (4t de primària).*
- *Caminem! una manera de moure't saludable, sostenible i segura (4t de primària).*
- *L'esmorzar delsampions (5è i 6è de primària).*
- *Mou-te en bicicleta! (6è de primària).*
- *L'esport i els seus valors (6è de primària).*
- *Normalitzem les diferències en l'activitat física i l'Esport (6è de primària).*

Es recomana també treballar els recursos:

- *Bàsquet i anglès a les escoles.*
- *Cursa d'orientació.*
- *Hort a l'escola.*
- *Tirabuixó.*
- *Esport en cadira de rodes.*
- *Gimcana inclusiva.*

L'objectiu general que es pretén assolir amb aquest itinerari és incentivar l'adquisició d'actituds i de coneixements de l'alumnat per fomentar uns hàbits d'alimentació i activitat física més sans.

El Servei de Promoció de la Salut gestiona directament les activitats “**Menjar és divertit**” i “**Menjo, menges, mengem**”, on es treballaran aspectes de l'alimentació com a acte social; i on aspectes com els sentits, la presentació dels plats, el fet de menjar acompanyats i la comunicació són factors que influeixen en una alimentació saludable.

Els objectius específics que es pretenen assolir són:

- Sensibilitzar l'alumnat sobre la importància dels aspectes socials de l'alimentació per a una alimentació saludable més enllà de l'equilibri nutricional.
- Identificar quins factors socials intervenen en l'acte de menjar.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **198 nens i nenes**, repartits en **10 grups classe** de **5 centres educatius**.

ITINERARI D'EDUCACIÓ SEXOAFECTIVA:

Els centres educatius són espais idonis per complementar el desenvolupament de l'educació sexoafectiva en un context de promoció de la salut. Recomanem adherir-se a tots els recursos de l'itinerari d'educació sexual i prevenció de les violències sexistes, amb activitats adequades a les diferents franges d'edat:

- *Coeduca't. Itinerari d'educació afectiva i sexual (Educació infantil, primària).*
- *Coeducació: Som diverses, som iguals I (5è de primària).*
- *Pubertat : Què em passa? (6è de primària).*
- *Llegendes de Girona versió 4.0: canviem el relat (6è de primària).*

Es recomana també treballar els recursos:

- *Estima't i t'estimaran. Violència de gènere entre els i les adolescents.*
- *Coneixent-nos i respectant-nos.*
- *Educació en i amb valors.*
- *Parlem de secrets. Prevenció i detecció en l'abús a menors.*
- *L'Assetjament, el ciberassetjament i les conductes discriminatòries (cicle superior primària).*

Els objectius generals que es volen assolir amb aquests recursos són:

- Reconèixer i situar la sexualitat des d'una visió integradora dels diferents aspectes que engloba.
- Prevenir les relacions abusives i els trastorns emocionals i psicològics, així com les conductes sexuals de risc que puguin provocar embarassos no desitjats i infeccions de transmissió sexual.

- Potenciar la reflexió crítica sobre les desigualtats per raó de gènere en qualsevol àmbit de la vida, així com reflexionar sobre els mites i estereotips relacionats amb els rols de gènere i mites de l'amor romàntic.

El Servei de Promoció de la Salut gestiona directament l'activitat "**Pubertat, què em passa?**". La sexualitat i les relacions afectives tenen un paper molt important en la construcció de la identitat personal dels infants, i és per això que esdevé imprescindible tractar aquest tema des de la infància. El taller a l'aula possibilita treballar els canvis tant físics com emocionals que comporta la pubertat, així com resoldre dubtes, aclarir conceptes, trencar mites i estereotips, etc. L'activitat va acompanyada d'una sessió per a famílies durant el mateix període de temps en què es duen a terme les sessions amb l'alumnat.

Els objectius específics que es volen assolir són:

- Donar informació i generar debat per abordar la sexualitat des d'una perspectiva saludable, satisfactòria i responsable, sobretot el període puberal.
- Orientar a les famílies sobre com afrontar de forma positiva l'etapa adolescent.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **466 alumnes** repartits en **22 grups classe** de **15 centres educatius**.

Recursos educatius realitzats	2018	2019	2020	2021
Grups/classe participants	84	64	45	55
Alumnes participants	2.287	1.307	935	1093
Famílies	40	----	----	----

2. Controls i revisions

- Revisió de menús escolars dels casals d'estiu municipals.
- Revisió de menú escolar escola bressol municipal.

3. Altres

- Reunions de coordinació amb el servei d'educació de l'Ajuntament de Girona pels recursos educatius.
- Reunions de coordinació amb Dipsalut pel programa "Sigues Tu".
- Reunió d'assessorament amb l'escola Migdia per la col·locació plaques del programa "Entorn sense fum".

- Revisió del parc infantil Montilivi i assessorament amb la regidoria mobilitat i via pública per a la col·locació de plaques “Entorn sense fum”.
- Assistència a la taula rodona “La sexualitat a l’escola”.

PROJECTE SALUT JOVE

El **Projecte de Salut Jove** de la ciutat de Girona treballa per a **promoure la salut i prevenir les conductes de risc, mitjançant la seva intervenció educativa, orientativa i de suport**, a través d’un discurs en positiu. Sabem que els i les joves no tenen més patologia que els altres col·lectius, sinó que estan en una etapa més vulnerable davant determinades situacions de risc i que segons com les afrontin poden comprometre la seva salut física i mental.

Per aconseguir-ho, el projecte:

- D’una banda, acompanya a menors i joves amb intervencions **educatives, orientatives i de suport**, de caràcter individual, parella, familiar, i també de grup. Enguany s’ha posat especial èmfasi en el treball del malestar emocional causat per la pandèmia.
- D’altra banda, fa una tasca estratègica d’assessorament, formació i acompanyament a professionals que treballen en àmbits relacionats amb aquest mateix grup de població; per tal que aquests/es professionals siguin més receptius/ves sensibles a determinats indicadors, i que també tinguin informació suficient per poder fer una acompanyament a espais més especialitzats si cal.
- Participa en totes aquelles iniciatives d’àmbit comunitari que s’engeguin a nivell de la ciutat de Girona.

1. Àmbit d’assessorament personal

Aquesta tasca es desenvolupa en el marc del programa de Centre Jove de Salut i el o la jove hi troba un servei de proximitat; un espai on ser escoltat/da i on es pot sentir còmode/a, precisament per la seva especificitat. Per tant, aquest projecte és un complement: és a dir, un servei diferenciat de l’atenció en salut que es pot trobar en un centre d’atenció primària ordinari. Els elements que més valoren les persones que durant aquest any han estat ateses són:

- La intensitat en l’acompanyament.
- La proximitat dels i les professionals, en què destaquen sentir-se escoltats/des.
- L’espai de confiança mútua. El jovent valora el fet de trobar professionals propers/es que generen confiança per poder treballar aspectes que formen part de la intimitat.
- La rapidesa en l’atenció.

	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Usuàries	510	516	531	524	376	377
Usuaris	162	110	84	92	102	84
Visites individuals	1789	1805	1613	1504	1196	1343

Atencions	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Total Usuaris	672	626	615	524	478	461
% noies	76%	82,4%	86,3%	85%	79%	81%
per atenció psicològica i emocional	238	217	230	193	231	229
per atenció a la salut afectiva i sexual	489	461	444	467	292	303
% que han utilitzat els dos serveis d'atenció*	8%	8,3%	9,5%	20%	9,4%	13,3%
Visites individuals	1.789	1.805	1.613	1.502	1.196	1.343
primeres visites	484	361	390	355	223	339
% de primeres visites sobre el total	27%	20%	24,1%	23,6%	18%	25%
per atenció psicològica i emocional	584	717	649	514	682	627
per atenció a la salut efectiva i sexual	985	1.088	964	988	514	716

- Durant aquest 2021, a l'**espai d'acollida específic** per a joves de centres diversos (centres d'acollida, serveis socials, etc.), que volen conèixer el servei per valorar si necessiten demanar una hora de consulta, s'hi han fet 4 atencions. Amb aquestes atencions s'ha arribat a un total de 9 joves de 2 serveis diferents. D'aquests/es, 7 han demanat hores de visita per salut sexual.
- Enguany es produeix un augment en el nombre total de visites com a conseqüència de dos fets. Per una banda, les conseqüències de la pandèmia en la salut de la població jove, i per altra que hem comptat amb tots els perfils professionals durant tot l'any.
- Actualment el servei no pot atendre a més joves per les limitacions de personal que tenim. Mantenim els terminis de temps d'espera en salut afectiva i sexual, però en salut emocional, malgrat d'inici contemplàvem 15 dies de llista d'espera, actualment estem a 1 mes vista. Per a resoldre aquest fet hem limitat el nombre de primeres visites, per tal de poder donar més continuïtat als seguiments i poder tancar amb menys temps els casos.

La utilització dels dos serveis permet treballar des d'una perspectiva àmplia d'atenció integral al jovent. Aquest any s'ha observat un augment de joves que han utilitzat els dos serveis. Cal continuar esmerçant esforços en no perdre de vista la perspectiva de treball integral de la salut física i la salut emocional.

Per edats	2020	%dones	%homes	2021	%dones	%homes
Menys de 14 anys	6	66,6%	33,4%	5	100%	0%
Entre 14 i 17 anys	132	75,3%	24,3%	117	85,4%	14,6%
De 18 a 21 anys	185	78,3%	21,7%	190	83,6%	16,4%
De 22 a 25 anys	133	81,9%	18,2%	132	83,3%	16,7%
Més de 25 anys ¹	22	86,3%	13,7%	17	64,7%	35,3%
Total	478	78,8%	21,2%	461	83,5%	16,5%

- Es els darrers anys s'ha apreciat un augment de la demanda d'usuaris/es de menys de 14 anys, la major part derivats/des per altres serveis. Aquesta tendència ens ha portat a endarrerir l'edat d'entrada al servei en els casos de salut emocional als 13 anys, atès que les intervencions en aquestes franges d'edat necessiten molta més implicació familiar i es fa difícil poder fer intervencions breus. Aquesta mesura ens porta a veure que els dos darrers anys hem atès a menys menors de 14 anys.
- La franja d'edat on es fan més atencions continua essent la que va dels 18 als 25.
- Continuen consultant al servei més dones que homes, cosa que reflexa que la implicació dels homes en la salut encara és una assignatura pendent.

D'altra banda s'han atès múltiples consultes per diferents canals, com es pot apreciar a la taula:

Tipus de consultes	2018	2019	2020	2021
Trucades telefòniques consultes concretes	139	197	246	149
Correus electrònics	31	45	96	92
Presencial, per informar-se puntualment	36	53	44	72

Si ho mirem per sexes, consulten més les dones que els homes. Enguany han augmentat el nombre de consultes presencials. Cal destacar també que un alt nombre de consultes telefòniques no queden registrades com a tal, atès que es converteixen en hores d'atenció personal dins la programació del servei.

Les dades posen en relleu que aquest programa cada cop està més consolidat en el territori, i que ha esdevingut un referent pel jovent i les seves famílies en relació a la seva salut afectiva, sexual i emocional. També és un suport per a pares i mares amb dubtes i necessitat d'orientació en l'acompanyament d'aquest moment vital.

¹ Familiars o parelles.

L'atenció on-line

Les visites a la web del Centre Jove han augmentat lleugerament. Cal destacar que el mes de novembre s'ha activat la nova web amb un format més atractiu pel jovent, atès que és **un espai molt important pel coneixement del servei** i una bona forma de complementar i accedir a més informació. Els mesos de major activitat han estat de març a juny. La majoria de les consultes on-line són adreçades a la tècnica de salut reproductiva, afectiva i sexual.

Atencions on-line	2018	2019	2020	2021
Visites web	4.345	3.081	3.151	3.422
% nous visitants web	79,12%	79,7%	76,57%	79,3%
Consultes on-line	50	58	58	43
% noies	80%	89,6%	81%	87%

El perfil i els motius de consulta de les persones ateses en salut emocional i salut afectiva i sexual

Dels serveis adreçats directament als i les joves, les noies segueixen essent les principals usuàries del Centre Jove de Salut Integral. Pel que fa als nois, consulten més per salut emocional que per salut sexual. La major part de les persones ateses tenen entre 18 i 21 anys. No s'aprecien canvis significatius en relació a les dades de l'any anterior.

Salut emocional

L'atenció psicològica es consolida any rere any. La pandèmia de covid ha fet augmentar considerablement la vivència de malestar emocional entre el jovent, cosa que ha posat de manifest la necessitat d'una atenció especialitzada en temes de desenvolupament emocional. A més, aquesta necessitat no està coberta amb la mateixa intensitat per cap altre servei. L'adolescència i l'entrada a l'edat adulta són de per si processos difícils i més en la situació que estem vivint. L'existència d'aquest programa permet treballar de manera preventiva aquest procés o canvi en el cicle vital.

Atenció psicoemocional	2018	2019	2020	2021
Usuaris	230	193	231	229
- % noies	75,2%	77%	70,5%	72,9%
Visites psicologia	649	514	682	627

Enguany no observem canvis destacables pel que fa a nombre d'usuaris/es i nombre de visites respecte a l'any anterior, atès que hem comptat amb professionals de psicologia durant tot l'any.

Les principals situacions o dificultats que s'han treballat amb les persones joves ateses aquest 2021 són les mateixes que altres anys i han estat:

- La inestabilitat emocional per canvis en el seu moment vital.
- Dificultats en les habilitats d'autoafirmació per establir relacions afectives sanes.
- Les dificultats per aplicar estratègies d'afrontament a fets vitals.

Aquests problemes demostren les dificultats que les persones adolescents i joves es troben en la transició cap a l'adulthood i, per tant, també ens ajuda a identificar què podem fer i què treballar des dels programes preventius que es desenvolupen en el marc dels serveis socials.

Destacar també que des de la implementació del programa de Mesures Alternatives al consum o tinença de cànnabis a la via pública, han augmentat les demandes d'atenció en relació a la prevenció d'addiccions. Aquestes demandes són ateses pel servei de psicologia.

La **mitjana de visites** per cas se situa entre **tres i quatre**: es manté el format de **teràpia breu**.

Salut afectiva i sexual

L'atenció en salut afectiva i sexual es manté totalment consolidada i les dades ens indiquen que els i les joves necessiten d'una atenció específica, especialitzada i integral. Cal destacar que la salut afectiva i sexual del jovent no s'aborda amb la mateixa intensitat ni de la mateixa manera per cap altre servei. L'adolescència i l'entrada a l'edat adulta són processos difícils i l'existència d'aquest programa permet treballar de manera preventiva aquest procés o canvi en el cicle vital, i evitar així conductes sexuals de risc.

Atenció sexual i afectiva	2018	2019	2020	2021
Usuaris	444	467	292	303
- % noies	92%	88%	85,9%	88,7%
Visites ginecologia	964	988	514	716

Podem veure que aquest any ha augmentat considerablement el nombre de visites. Això ha estat a causa que durant tot l'any 2021 hem comptat amb una professional de ginecologia, gràcies al conveni de col·laboració signat amb l'Associació de Drets sexuals i Reproductius. No s'ha arribat als nivells del 2019, atès que durant uns mesos la llevadora ha estat de baixa laboral.

El principal motiu de consulta és l'orientació, informació, assessorament i l'acompanyament per una sexualitat responsable. La DI/ llevadora és una figura clau que fa de pont entre els problemes de salut física i emocional.

D'aquest servei també volem destacar, a diferència del servei que donen els ASSIRS, que **s'atenen als nois**. Si bé encara molts venen com a "parelles de", la seva implicació creix i la salut afectiva/sexual es comença a veure i sentir com una cosa compartida. El principal motiu de consulta dels nois es per cribratge de malalties de transmissió sexual: aquest un dels aspectes que més els preocupa.

En relació a les proves diagnòstiques durant l'any 2021 s'han realitzat **29 cultius, 7 citologies, 122 PCR per clamídia i gonorrea i 115 analítiques**.

El fet d'insistir i treballar en la línia d'atendre als nois "parelles de", fa que detectem casos d'infeccions asimptomàtiques en aquests.

Infeccions de Transmissió sexual	2017	2018	2019	2020	2021
Total	35	24	34	14	19
Infecció per clamídies	31(88%)	23 (96%)	28 (82%)	10 (71%)	17 (89%)
Percentatge noies	85%	91,3%	78,57%	90%	88%
Percentatge nois	15%	8,7%	21,43%	10%	12%

Amb tot això podem afirmar que:

Es manté la tendència a una primera entrada diversificada al programa. Si fa uns anys la majoria de persones entraven per primera vegada al nostre servei des de l'espai de salut afectiva i sexual, aquesta entrada s'ha anat diversificant al llarg dels anys. A poc a poc es trenquen els tabús entre la població més jove i la salut es percep de manera integral, més enllà del malestar físic.

El principal motiu de consulta en salut afectiva i sexual continua essent el que fa referència a l'orientació i assessorament per a una sexualitat responsable, fet que ens indica la major responsabilització dels i les joves envers la seva sexualitat, i el fet de poder treballar des d'una perspectiva de promoció de la salut.

El principal motiu de consulta en l'àmbit emocional és el suport i orientació personal, fet que posa de manifest la vulnerabilitat dels i les joves en aquest moment vital.

En relació a com han conegut el servei

La majoria dels i les joves ateses/os per primera vegada han conegut el servei per les amistats i les famílies. Per primera vegada en molts anys es desplaça en segon lloc el fet de conèixer l'equipament pels tallers i xerrades realitzades en els centres d'educació secundària.

Cal destacar que dels 229 usuaris/es que han utilitzat el servei per atenció psicològica i emocional, 108 han estat derivacions de professionals de la xarxa pública de salut: un 47,1% del total. Els percentatges per àmbits són els següents:

- Àmbit sanitari: 33,3%
- Àmbit educatiu: 27,7%
- Àmbit social: 30,4%
- Altres: 8,6%

Pel que fa a les atencions per salut afectiva i sexual, les derivacions de la xarxa pública de salut han representat un 22,7%.

- CRAES/Centres acollida: 49,2%
- Àmbit sanitari: 21,7%
- Serveis Socials: 21,7%
- Altres: 9%

La majoria de derivacions en l'àmbit de la salut emocional provenen del sector sanitari mentre que en l'àmbit de la salut afectiva i sexual son els CREAES i els Centres d'Acollida els serveis que més joves deriven.

2. Àmbit educatiu

Centres d'ensenyament secundari. Recursos educatius.

ITINERARI D'ALIMENTACIÓ I ACTIVITAT FÍSICA

Tenir bona cura dels hàbits d'alimentació i d'activitat física des de les primeres etapes és una actitud preventiva molt important per a la resta de la vida de les persones. Per tant, és fonamental adquirir hàbits correctes, i és per aquest motiu que es presenten diverses activitats:

- *Mou-te i juga (1r ESO).*
- *Practiquem esport a la Universitat de Girona.*
- *En marxa centres educatius saludables.*
- *Cursa d'orientació.*
- *Hort a l'escola.*
- *Tirabuixó.*
- *Esport en cadira de rodes.*

L'objectiu que es pretén assolir amb aquestes activitats és fomentar l'adquisició de coneixements i actituds de l'alumnat per fomentar uns hàbits d'alimentació i activitat física més sans.

El Servei de Promoció de la Salut ha gestionat directament l'activitat "**Mou-te i juga**". S'ha arribat a **6 alumnes d'un grup classe** d'un centre educatiu.

ITINERARI D'EDUCACIÓ SEXUAL I PREVENCIÓ DE LES VIOLÈNCIES MASCLISTES

Els centres educatius són espais idonis per complementar el desenvolupament de l'educació sexoafectiva en un context de promoció de la salut. Recomanem adherir-se a tots els recursos de l'itinerari d'educació sexual i prevenció de les violències sexistes, amb activitats adequades a les diferents franges d'edat:

- *Coeduca't. Itinerari d'educació afectiva i sexual (secundària).*
- *Canvia el conte. Prevenció de les violències sexuals (1r ESO).*
- *La maleta sexoafectiva (ESO i ESPO).*
- *Conèixer el meu cos i les meves emocions (2n ESO).*
- *Educació Sexual (3r d' ESO).*
- *L'escape room del Centre Jove de Salut: "Endinsa't a la teva salut" (3r d' ESO).*

- *L'equilibri és cosa de dos (2n cicle d'ESO i ESPO).*
- *Prevenió de les conductes sexuals de risc. SIDA: què cal saber-ne? (2n cicle d'ESO i ESPO).*

Es recomana també treballar els recursos:

- *Els còmics i la figura de la dona.*
- *Sexe, drogues i rock&roll. Maleta de còmics per a joves.*
- *Dones visibles al món del cinema.*
- *Estima't i t'estimaran. Violència de gènere entre els i les adolescents.*
- *Coneixent-nos i respectant-nos.*
- *Educació en i amb valors.*
- *Perills de les xarxes socials: grooming i ciberbulling.*
- *El ciberassetjament, l'assetjament i les conductes discriminatòries.*

Els objectius que es pretenen assolir amb aquestes activitats són:

- Reconèixer i situar la sexualitat des d'una visió integradora dels diferents aspectes que engloba.
- Prevenir les relacions abusives i els trastorns emocionals i psicològics, així com les conductes sexuals de risc que puguin provocar embarassos no desitjats i infeccions de transmissió sexual.
- Potenciar la reflexió crítica sobre les desigualtats per raó de gènere en qualsevol àmbit de la vida, així com reflexionar sobre els mites i estereotips relacionats amb els rols de gènere i mites de l'amor romàntic.

El Servei de Promoció de la Salut ha gestionat directament les següents activitats:

1. "Conèixer el meu cos i les meves emocions". Aquesta activitat pretén ajudar a l'alumnat a resoldre les inquietuds i dubtes que es plantegen en relació als canvis que viu el seu cos i la seva ment durant aquesta etapa de la vida. Parlar de sexualitat sense por ni prejudicis.

Els objectius específics que es pretenen assolir són:

- Reforçar els coneixements sobre el propi cos, tant des del punt de vista de canvis físics com emocionals.
- Introduir el concepte ampli de sexualitat.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **544 alumnes** de **26 grups classe** de **7 centres educatius**.

2. "Educació Sexual". En aquest taller es treballen diferents conceptes relacionats amb la sexualitat i les relacions sexuals, com a part vital en la construcció de la identitat personal dels i les adolescents i joves.

Els objectius específics que es volen assolir són:

- Reconèixer i situar la sexualitat des d'una visió àmplia i integradora dels diferents aspectes que engloba.
- Prevenir les relacions abusives i els trastorns emocionals i psicològics, així com conductes sexuals de risc que puguin provocar embarassos no desitjats i infeccions de transmissió sexual.
- Potenciar la reflexió crítica sobre les desigualtats, falsos mites i estereotips relacionats amb els rols de gènere, models socials de bellesa i mites de l'amor romàntic.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **1925 alumnes** de **77 grups classe** d'**11 centres educatius**.

3. L'escape room del Centre Jove de Salut: "Endinsa't a la teva salut". L'activitat és un recorregut per diferents espais del Centre Jove de Salut i els seus entorns, on a través d'activitats vivencials i participatives, els i les joves comprendran els diferents àmbits de la salut i treballaran aspectes lligats amb la sexualitat, la gestió emocional i les addiccions. Amb aquesta experiència aprendran què poden trobar en un servei com aquest i en quins moments el poden utilitzar.

Els objectius específics que es treballen són:

- Conèixer el Centre Jove de Salut, com a recurs municipal dirigit als i les joves de la ciutat.
- Auto-responsabilitzar als i les joves de les seves decisions en relació amb la salut, (afavorir el pensament crític, l'auto-observació i el creixement personal).
- Reflexionar sobre la importància de la prevenció.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **225 joves**, de **15 grups classe** de **4 centres educatius**.

4. Prevenció de les conductes sexuals de risc. SIDA: què cal saber-ne?. Els casos de contagi de diverses ITS han anat augmentant durant els darrers anys en la població en general i també entre els i les joves. Les relacions sexuals són de llarg la principal forma de contagi del VIH. Aquest recurs pretén trencar amb les idees errònies respecte a les formes de contagi del VIH i incidir en la percepció de risc. Aquesta activitat pretén sensibilitzar al jovent d'aquesta malaltia: donar la informació necessària i corregir les falses creences i mites que l'envolten, i que provoquen en aquelles persones que la pateixen injustes situacions de rebuig social.

Els objectius específics són:

- Donar als nois i noies una informació clara del tema i de la situació actual de la SIDA.
- Donar pautes de prevenció i comportament sense risc entre el jovent.
- Informar per a la correcta utilització del preservatiu de penis i vagina.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **521 alumnes** de **22 grups classe** de **5 centres educatius**.

ITINERARI DE PREVENCIÓ DEL CONSUM DE DROGUES I CONDUCTES ADDICTIVES

Els centres educatius són espais idonis per treballar de forma preventiva el consum de drogues i altres addiccions. Es per això que aquest itinerari ofereix la possibilitat de poder treballar diferents aspectes de les addiccions i donar eines a la població adolescent i jove per tal que sàpiga per front a aquestes situacions:

- *Prevenció del consum de tabac: No et fumis la salut (1r ESO).*
- *Sota pressió: (1r i 2n ESO).*
- *Prevenció del consum d'alcohol: Sortim? (4t ESO i ESPO).*
- *Prevenció de l'addicció al joc online (4t ESO i ESPO).*
- *Qui té a qui? (1r ESO).*
- *L'escape room del Centre Jove de Salut: "Endinsa't a la teva salut" (3r d' ESO).*
- *Internet Segura per docents de centres educatius (Professorat).*
- *Internet segura per joves (versió 1r i 2n d'ESO) (1r i 2n d' ESO).*
- *Share. Actituds digitals responsables (ESPO).*

Es recomana també treballar els recursos:

- *Necessito el meu mòbil. Quan l'ús es converteix en necessitat.*
- *Perills de les xarxes socials: grooming i ciberbulling.*

Els objectius generals que es treballen són:

- Reforçar les actituds contràries al consum de drogues.
- Evitar i/o retardar l'edat d'inici del consum de drogues.
- Millorar les habilitats socials i de comunicació necessàries per afrontar la pressió de grup.
- Afavorir la informació sobre les conseqüències agudes i cròniques derivades del consum de drogues.

El Servei de Promoció de la Salut ha gestionat directament les següents activitats:

1. Prevenció del consum de tabac: “No et fumis la salut”. Les dades ens demostren que la prevenció del consum de substàncies cal iniciar-la abans que infants i joves arribin a l'edat en que habitualment comencen a fer-ne ús. És per això que en aquesta etapa treballem la prevenció del consum de tabac, el qual constitueix el principal factor de risc de nombroses malalties, mort prematura i en definitiva un problema de salut pública de primera magnitud.

Amb aquesta activitat es treballen els aspectes associats al consum: efectes nocius, habilitats socials, pressió de grup... El taller compta amb la intervenció directa de professionals de la Fundació Oncolliga Girona, en una sessió d'una hora de durada, material de reflexió per a cada alumne i una trobada general el 31 de maig, Dia Mundial Sense Tabac, a l'Auditori municipal. En aquesta trobada es fa el lliurament de samarretes per a l'alumnat, entrega de premis, lectura d'alguns treballs realitzats pels i les alumnes, entrega de premis en reconeixement dels diversos treballs i actuacions musicals i de teatre.

Posteriorment al taller realitzat per Oncolliga, des de diferents assignatures es poden treballar aspectes associats (eslògan contra el consum de tabac, auques, cartes a familiars, cançons...) per presentar-los a l'acte del Dia Mundial sense Tabac.

Els objectius específics que es volen assolir són:

- Reforçar les actituds contràries al consum de tabac.
- Evitar i/o retardar l'edat d'inici del consum de tabac.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **245 alumnes de 11 grups classe de 3 centres educatius.**

2. Prevenció del consum d'alcohol: *SORTIM?* és un programa de prevenció de les drogodependències dissenyat com a una eina per fomentar la reflexió entorn del consum d'alcohol des de diversos àmbits i espais juvenils, tant en el context escolar com comunitari. L'exposició que proposa el programa s'orienta al treball amb joves consumidors/es o no d'alcohol, amb la finalitat de reflexionar sobre el consum i les conductes de risc relacionades amb aquesta substància, i aborda de manera respectuosa i crítica aspectes com la violència en l'oci nocturn.

Els seus objectius són millorar la informació del jovent en relació amb l'alcohol, augmentar la percepció de risc associada al seu consum, analitzar críticament les actituds sexistes en el context de l'oci nocturn, reflexionar sobre les conductes de risc associades al consum d'alcohol i reduir els riscos associats al seu consum en l'oci nocturn.

Els objectius específics que es volen assolir són:

- Millorar la informació dels i les joves en relació amb l'alcohol.
- Augmentar la percepció de risc associada al consum d'alcohol.
- Analitzar críticament les actituds sexistes en el context d'oci nocturn.
- Reflexionar sobre conductes de risc vinculades al consum d'alcohol.
- Reduir els riscos associats al consum d'alcohol en l'oci nocturn.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **506 alumnes** de **22 grups classe** de **5 centres educatius**.

3. Qui té a qui? La vertiginosa evolució de les tecnologies de la informació i la comunicació fa que molts adolescents tinguin dificultats d'adaptació en el seu ús: excés d'hores davant de pantalles, addiccions, ciberassetjament, *sexpreading*, *grooming*, aïllament social, sedentarisme, exposició de dades personals degut a una falsa percepció d'intimitat, etc.

Salutació digital és una activitat que consta d'una obra de teatre fòrum per a cada grup classe que es complementa amb material didàctic pel professorat i sessions de debat a partir de material audiovisual. En l'obra es representen diverses escenes relacionades amb els mals usos de les TIC, amb les quals els i les adolescents poden sentir-se identificats/des. Després de cada escena s'incentiva el debat i la reflexió sobre les possibles conseqüències dels mals usos d'aquestes tecnologies mitjançant dinàmiques participatives.

Per la realització d'aquesta activitat es disposa de dossier per al professorat, fitxes de treball i material audiovisual: [#Mobres?](#), [#Magrada](#), [#SenseCobertura](#)

Els objectius específics a treballar són:

- Promoure el bon ús de les tecnologies de la informació i la comunicació.
- Promoure la reflexió crítica envers els riscos per a la salut a nivell físic, psicològic i social que poden comportar els usos inadequats de les TIC.
- Representar situacions properes als i les joves a través del teatre: posar-los/es a la pell dels personatges, per així fomentar l'actitud creativa a partir de la recerca de possibles alternatives de les situacions proposades.

Aquesta activitat, per problemes amb la contractació del recurs, aquest any no s'ha pogut dur a terme.

4. Prevenció de l'addicció al joc online. La tecnologia ha fet la nostra vida més fàcil en molts sentits, però també és font de problemes si se n'abusa o se'n fa un ús irresponsable. El taller de prevenció del joc i apostes en línia busca reflexionar sobre què és realment *jugar*, què passa quan s'hi barregen els diners, quin valor tenen aquests diners, què ens pot dur a fer apostes, quins recursos tenim per poder afrontar els problemes i a qui demanar ajuda si ho necessitem. Es posa l'èmfasi en la responsabilitat i la bona gestió emocional per evitar caure a la trampa del joc en línia.

Amb aquesta activitat, doncs, es volen treballar valors com la previsió, la solució de problemes i conflictes, el pensament crític i la gestió emocional saludable. S'enfoca el tema de les apostes com un símptoma i no com un problema en si mateix. Es procura aconseguir la participació activa de l'alumnat durant el taller amb preguntes i casos que els i les interpel·li. L'activitat té una hora de durada per grup classe.

Objectius:

- Promoure la reflexió crítica envers els riscos per a la salut que impliquen les apostes i el joc amb diners.
- Auto-responsabilitzar als i les joves de les seves decisions en relació a la pròpia salut.
- Millorar les capacitats d'afrontament necessàries per encarar els problemes i les emocions desagradables.
- Promoure el bon ús de les TIC. Reforçar les actituds contràries a l'ús d'aplicacions d'apostes o jocs d'atzar.
- Evitar o retardar l'edat d'inici d'ús d'aquestes aplicacions (+18).
- Representar situacions properes als i les joves a través de contingut audiovisual per promoure el pensament crític i l'auto-observació d'actituds.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **379 alumnes de 17 grups classe de 3 centres educatius**.

5. Exposició “Sota pressió”. Activitat que es presenta com una proposta educativa enfocada a la prevenció de les drogodependències i altres conductes addictives amb grups d'adolescents i joves al voltant de la pressió de grup, l'assertivitat i la presa de decisions. El treball educatiu d'aquests temes és important des d'un punt de vista preventiu, atès que les pressions de les amistats i companys/es són un dels factors sovint implicats en el consum de drogues, i en altres conductes problemàtiques o de risc durant l'adolescència.

Els objectius específics a treballar amb aquesta activitat són:

- Comprendre el concepte de pressió de grup i treballar habilitats per saber fer-hi front.
- Identificar situacions on es dona pressió de grup.
- Reflexionar sobre els processos de presa de decisions.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **215 alumnes de 11 grups classe de 3 centres educatius**.

ITINERARI DE BENESTAR EMOCIONAL:

El benestar emocional és un aspecte vital de la nostra salut individual i col·lectiva que darrerament es veu perjudicat de forma preocupant. És per això que presentem un itinerari amb diversos recursos educatius dirigits als diferents cursos i que treballen aquesta temàtica:

- *Programa Sigues tu: eines i actituds per a la salut (ESO i ESPO).*
- *Educació en i amb valors (ESO).*

- *L'escape room del Centre Jove de Salut: "Endinsa't a la teva salut" (3r d'ESO).*
- *Fem pedagogia de la mort. Maleta pedagògica (professorat).*
- *Taller Llum i Foscor (ESO i ESPO).*
- *L'Assetjament, el ciberassetjament i les conductes discriminatòries (ESO).*
- *Prevenió dels trastorns de la conducta alimentària: Estima't (3r d'ESO).*
- *Salutació emocional (BAT i ESPO).*

Amb aquest itinerari es vol treballar l'autoconeixement, l'empatia i gestió d'emocions i sentiments. Es recomana també treballar els recursos:

- *Perill de les xarxes socials: grooming i ciberbulling*

Els objectius generals que es volen assolir amb aquests recursos són:

- Formalitzar, realitzar i avaluar un conjunt d'intervencions per promocionar el benestar emocional en cada un dels grups d'edat determinats (cicle infantil, cicle inicial, cicle mitjà, cicle superior).
- Identificar els components del benestar emocional, com les emocions bàsiques, l'autoestima, la resiliència, la capacitat per afrontar l'estrès, la regulació emocional, les habilitats per a la vida, etc. Ajudar a l'adquisició de les destreses necessàries per regular les emocions, sentiments i desitjos.

El Servei de Promoció de la Salut gestiona directament les activitats:

“Prevenió dels trastorns de la conducta alimentària: Estima't”. Taller de prevenció dels trastorns de la conducta alimentària, enfocat a la reflexió i el debat sobre les causes que afavoreixen l'aparició d'aquests trastorns: l'autoestima, els models socials de bellesa, la pressió social...

Els objectius específics de l'activitat són:

- Prevenir, en la mesura que sigui possible, nous casos d'aquests trastorns: treballar alguns dels agents causals.
- Reforçar els coneixements sobre els trastorns de la conducta alimentària per fomentar-ne la detecció en l'entorn.
- Propiciar el diàleg entorn a aquesta problemàtica de salut.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **706 alumnes de 30 grups classe de 7 centres educatius.**

“Salutació emocional”. Taller on es treballa la salut emocional de les persones joves, per facilitar que adquireixin seguretat, autoestima positiva, capacitat per identificar i expressar les seves emocions, relacions sanes amb les companys i companyes, fer front a les tensions de la vida diària i saber gestionar un moment de canvis constants i un alt grau d'incertesa.

Els objectius específics de l'activitat són:

- Oferir eines per la detecció precoç de problemes en salut mental i la seva gestió inicial o preventiva a partir d'una aproximació integral i positiva de la salut.
- Donar eines per a l'avaluació i la millora de la pròpia salut emocional.
- Contribuir al desenvolupament de les habilitats socioemocionals de l'alumnat.
- Ajudar a que les persones joves identifiquen els actius que tenen a la seva disposició per millorar la seva salut mental. Persones, entorns, activitats comunitàries i equipaments, poden ser actius, entre altres.
- Reflexionar entorn les dificultats i problemàtiques del context pandèmic pels i les joves.
- Presentar la salut mental com un element de salut clau a conèixer, considerar i cuidar.
- Plantejar el repte del benestar emocional i la salut mental com un repte col·lectiu i no estrictament individual.
- Donar a conèixer tots els recursos professionals de l'àmbit per a persones joves al seu territori.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **85 alumnes de 3 grups classe de 1 centre educatiu.**

Recursos educatius realitzats	2019	2020	2021
Grups/classe participants	204	68	235
Alumnes participants	5.589	1959	5357

Cal destacar que enguany s'han recuperat les xifres d'anys anteriors atès que s'ha tornat a la presencialitat als centres educatius. Hem arribat a tots els centres d'educació secundària de la ciutat, exceptuant els Bell-Lloch i les Alzines.

L'itinerari D'EDUCACIÓ SEXUAL I PREVENCIÓ DE LES VIOLÈNCIES MASCLISTES dirigit als i les alumnes dels centres d'educació secundària de la ciutat de Girona és el que té més demanda, fet que constata la necessitat de treballar aquesta temàtica amb les persones joves. Dels i les 5.357 joves a qui s'ha arribat amb els tallers educatius, 3.215 ha sigut a través d'aquest itinerari.

Centre Jove de Salut

- Projecte "**MARES JOVES**": durant el 2021 hem continuat fent atencions amb aquest col·lectiu amb l'objectiu de treballar el vincle mare/fill. S'han fet visites individuals amb **9 joves**.
- **Grup d'HABILITATS PER A LA VIDA**: activitat grupal adreçada a noies i nois d'entre 12 i 16 anys amb una finalitat preventiva i també terapèutica i madurativa. L'objectiu principal és potenciar l'autonomia dels i les adolescents i crear, estimular o fomentar recursos personals per tal de millorar l'adaptació en el seu entorn i aconseguir un millor benestar emocional. Aquest grup pretén ser un medi natural on es puguin donar noves experiències, aprenentatges, interrelacions, que els siguin útils a l'hora de desenvolupar-se de forma més saludable en altres grups com la família, les amistats, etc.

Durant aquest 2020 hem dut a terme un grup durant el mes de juliol en format intensiu. En total hem arribat a **11 joves i s'han realitzat 8 sessions** presencials.

No es va fer cap taller per a les famílies, atès que només dues mares van dir que podien participar-hi.

- Hem continuat participant en la realització dels tallers d'educació afectiva i sexual dirigits als i les alumnes de segon cicle de l'educació secundària de l'itinerari d'educació afectiva i sexual a través dels recursos educatius de la ciutat. Enguany, per complir amb les mesures de seguretat COVID, li hem donat el format d'escape room i la iniciativa ha tingut molt bona acollida. Les dades numèriques estan incloses en l'apartat de Recursos Educatius.
- **Grup PARÈNTESI**. El curs 2020-21 es va iniciar un projecte formatiu dirigit a joves de 18 a 25 anys basat en crear un espai de trobada on treballar diferents aspectes relacionats amb la salut emocional, relacional i també afectiva i sexual. Durant el 2021 s'ha continuat amb aquesta activitat, però per l'excepcionalitat de la pandèmia hem fet els dos formats: presencial i virtual.

Hem arribat a un total de **45 joves**, amb una participació mitjana de 8 joves per taller. Cal destacar la riquesa que ha suposat per a ells i elles el fet de poder compartir un espai de debat amb joves molt diverses/os. Alguns dels temes treballats han estat: relacions afectives, maneig de les emocions més desagradables (ràbia, ira, ansietat, tristesa...), processos de dol, autoestima, confiança i seguretat personal, relacions familiars, sexualitat, etc.

- Hem continuat oferint les anomenades **VISITES INFORMATIVES DE CENTRE**, activitats grupals obertes a tots els i les joves de la ciutat on expliquem què és, quan i com poden utilitzar el Centre Jove de Salut. També treballem, a través d'alguna metodologia dinàmica i participativa, aspectes lligats a l'educació afectiva i sexual o al consum de drogues com el tabac, l'alcohol o el cànnabis. Enguany, atesa la pandèmia i els confinaments, s'han reduït considerablement aquestes activitats en relació a anys anteriors. S'ha arribat a **8 centres**, i s'han fet un total de **16 tallers**, amb els quals s'ha arribat directament a uns/es **114 joves**.
- Amb els i les alumnes de 1r de BAT, i per demanada expressa de la seva tutora, s'ha fet una xerrada per treballar la sexualitat. Amb aquest taller s'ha arribat a uns/es **60 alumnes** distribuïts en **dos grups-classe**.
- **Escola d'hostaleria**: es van realitzar **5 tallers** d'una hora de durada al llarg del mes de març. El format va ser presencial i es va arribar a un total de **130 alumnes**. El taller va tenir un enfoc al propi consum, però també a la dispensació responsable d'alcohol.

Visites informatives de centre	2018	2019	2020	2021
Grups	30	30	15	26
Centres participants	10	13	6	11
Alumnes participants	330	302	140	360

Universitat de Girona

- Formació en temes de salut per al voluntariat de la UdG participant a Salutació. Aquest any s'ha repetit el format virtual a través d'unes píndoles informatives d'uns 30 minuts de durada i d'una sessió de plenari. Cal esmentar que des del servei de promoció de la salut, concretament des del centre jove de salut, s'ha elaborat la píndola de salut emocional, i el mateix professional del camp de la psicologia ha participat a la sessió de plenari. Hi han assistit **5 joves** universitàries i universitaris. Posteriorment han participat a les intervencions de fires.
- S'ha participat en el pràcticum de psicologia de l'alumnat de 3r curs del grau de psicologia a través d'una sessió formativa on-line. Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **18 estudiants**.
- Col·laboració i relació amb la Unitat de Compromís Social de la UdG per coordinar accions de treball conjunt, com són la signatura d'un conveni entre l'Ajuntament de Girona i la UdG per tal d'apropar els serveis de salut afectiva i sexual i prevenció d'addiccions al campus universitari.
- Col·laboració amb la Facultat d'Infermeria en un seminari sobre sexualitat, concretament a la part de les ITS. Van ser tres sessions de dues hores i es va arribar a un total de **45 alumnes**.

Salutació

Enguany, i reprenent les accions que ja s'havien dut a terme altres anys, la taula de Salutació ha dut a terme les següents intervencions:

1. Organització d'una hackatò amb el voluntariat que van fer la formació entre setembre i octubre del 2020. Una hackatò és un esdeveniment únic, vibrant, creatiu i d'aprenentatge en què moltes persones de perfils diversos aborden problemes o reptes per equips i creen solucions originals i tangibles. És un procés enfocat a la generació col·laborativa de solucions amb impacte. Hi ha participat un total de **11 joves**.
2. Per les Fires de Sant Narcís s'ha fet la barraca de Salutació les nits del 28, 29, 30 i 31 d'octubre i 5 i 6 de novembre, per tal de treballar la prevenció de riscos. Amb totes les intervencions es calcula que s'ha arribat a entre **2.700 i 3.000 joves**.
3. En motiu del Dia Mundial contra la SIDA (1 de desembre) s'han organitzat dos estands informatius a la Facultat de Infermeria i Medicina, on s'han repartit diferents materials divulgatius i de sensibilització. També s'han fet **45 proves ràpides de VIH**.
4. S'han fet 10 reunions de treball tècniques per coordinar la preparació de les diferents accions i activitats, i una reunió política per valorar la continuïtat de la taula.

Altres

- Participació a l'*Instagram live* de l'espai jove Els Químics per parlar de sexualitat en el marc del projecte *In Touch*. Amb aquesta acció s'ha arribat a un total de **64 joves**.

3. Intervenció amb professionals

Assessoraments:

- Diversos assessoraments individuals a professionals i estudiants.
- Assessoraments a l'equip de professionals dels Espais Joves de la ciutat.

Reunions de treball:

- Reunions quinzenals de treball amb el CJAS (Centre Jove d'Atenció a les Sexualitats).
- Reunions de treball per a la confecció conjunta de l'itinerari d'educació afectiva i sexual amb els tècnics d'Igualtat de l'Ajuntament de Girona.
- Reunions de treball per a la participació a la setmana de Ciutats Educadores.
- Reunions de treball amb l'associació de teatre *El Galliner* i l'empresa *Kinapped in Bcn* per dissenyar l'escape room.
- Reunions de treball i coordinació amb els referents joves de joventut per tal de dissenyar una campanya en motiu del Dia Mundial de l'Alimentació.
- Reunions de treball i coordinació amb les responsables d'ASTRES.

Coordinacions:

- Reunions de coordinació amb les orientadores, integradores socials i tutores dels diferents INS dels centres educatius de secundària de la ciutat.
- Reunions de coordinació amb professionals de l'ASSIR Girona.
- Reunió de coordinació amb el Centre Jove d'Atenció a les Sexualitats (CJAS) de Barcelona.
- Reunions de coordinació a la taula de salut SALUTACCIÓ.
- Reunions de coordinació amb els SAI.
- Reunió de coordinació amb la responsable del programa COEDUCA'T.
- Reunions de coordinació amb l'entitat PDS.
- Reunions de coordinació amb diferents professionals implicats en el programa 360°.
- Reunions de coordinació amb la UdG.

- Reunions de coordinació amb el servei de comunicació de l'Ajuntament de Girona pel disseny de la nova web, nous materials didàctics i campanya comunicació Fires de Girona.
- Reunions de coordinació amb els professionals de l'Agència de Salut Pública de Girona, Àrees bàsiques de Salut i Dipsalut.
- Reunions de coordinació amb el servei d'educació de l'Ajuntament de Girona pels recursos educatius.
- Reunions de coordinació amb els diferents centres educatius de secundària de la ciutat.
- Reunió de coordinació amb el CRP Gironès.
- Reunió de coordinació amb l'Espai Jove de Vilobí d'Onyar.
- Reunió de coordinació amb el Punt Lila i la Policia Municipal.
- Reunions de coordinació amb serveis de psicologia privats de la ciutat.
- Reunions periòdiques de coordinació per seguiment de casos amb l'equip de suport a primària, EAIA, SIAD, Serveis Socials, Agents tutors, AMBAR, Fundació La Tutela, EIPP, CSM, CSMIJ, CRAES i Centre d'acollida, CAP, Laboratori Martí i Julià, Fundació ASTRID, Salut i Escola, Càrites, SAEJ, Justícia juvenil, SER.GI, EMAT, ACAS, CAS, Unitat de psicoteràpia familiar i de gènere,...
- Coordinacions periòdiques amb CEEIS Cat.
- Coordinacions amb centre d'iniciatives per a la reinserció.
- Assessoraments a l'equip de professionals de l'Espai Jove l'Estació.
- Reunions de coordinació amb ASPCAT, CAS i veïnat de sector Est sobre possibles intervencions de reducció de danys relacionades amb el consum de drogues.
- Reunions de coordinació amb tècniques d'educació per actualització i optimització dels itineraris educatius.
- Reunions de coordinació amb professionals d'educació de l'Ajuntament de Girona i l'empresa Aimentia per tal de treballar per implantar un programa de benestar emocional en els centres d'educació secundària de la ciutat.
- Reunió de coordinació amb l'ICS.
- Reunió de coordinació amb el Centre Mèdic Aragó.
- Coordinació amb el SESM-DI.

Taules, consells i comissions:

- Participació a les reunions de la comissió LGTBI.
- Participació a la Taula d'Igualtat.
- Participació a la Taula de prevenció MGF/MF.

4. Altres

Àmbit comunicació i difusió

- Manteniment de l'activitat del *blog* del Centre Jove de Salut, on periòdicament hi apareixen temes i articles de salut jove que pensem poden ser del interès de la població.
- Nou disseny de la web del Centre Jove de Salut.
- Repartiment de tríptics i caixetes de preservatius del programa de Centre Jove de Salut.
- Treball sobre el perfil d'Instagram de Centre Jove de Salut. Aquest 2021 s'hi ha fet **97 publicacions, i s'ha passat de 260 a 606 followers.**

Formació continuada dels i les professionals

- Jornada on-line CPC sobre l'atenció a joves amb problemes de salut mental.
- Jornada on-line En Plenes Facultats sobre addiccions.
- Conferències on-line de la IUHPE i presentació d'activitat pròpia.
- Formació on-line sobre TCA impulsada per referents de salut jove a càrrec de l'ACAB.
- Formació en Prevenció ASI (abús sexual infantil), de la Fundació Vicki Bernadet.
- Curs on-line eines per una mirada interseccional pràctica en la intervenció social.
- Jornada COPC. 2a jornada intergrupal – del vincle a les conductes de risc en l'adolescència. Presentació de pòster d'una de les accions que es duen a terme al servei de Promoció de la Salut.
- Jornada COPC "Salut i gener: la ràbia, la culpa, la por i l'amor".
- Curs Dipsalut "Infància i Adolescència Trans".
- Formació grup de treball prevenció consum d'alcohol OMS-APN-DEEP SEAS.
- Formació prevenció del suïcidi – ASPSA. La conducta suïcida en l'adolescència.
- Jornades MGF.
- Conferència virtual "Eines audiovisuals en la prevenció de les violències de gènere amb infants i adolescents amb trastorns TEA".
- Intervenció psicològica d'urgència per a víctimes de violència sexual.
- Prevenció de riscos laborals derivats del teletreball.
- Prevenció, identificació i abordatge de matrimonis forçats.
- Gestió pràctica d'emocions en temps de coronavirus.

Altres

- Participació en el pràcticum 2 de 4rt del grau de psicologia de la UdG: 2 alumnes.
- Participació en el pràcticum de l'assignatura "Estada a l'empresa" de 2n de batxillerat amb una alumna del FEDAC Sant Narcís.
- Participació a l'edició virtual de l'ExpoJove. En aquesta edició, atesa la situació de pandèmia, s'ha evolucionat cap a un format totalment virtual. Com a Servei de Promoció de la Salut / Centre Jove de Salut hi hem participat oferint dos tallers educatius:
 - **"Emocionem-nos a l'ExpoJove"**. Taller per treballar el benestar emocional i la gestió d'emocions. S'hi ha connectat un total de 8 joves.
 - **"Taller sexualitat"**. Taller per treballar una sexualitat sana. S'hi ha connectat un total de 10 joves.
- Supervisió de tallers educatius realitzats per professionals externs al servei de promoció de la salut. Concretament s'ha assistit a un taller de l'exposició SORTIM? i un taller de benestar emocional.
- Visita per intercanviar experiències entre el servei de Promoció de la Salut de l'Ajuntament de Girona i professionals de la Universitat de La Habana (Cuba), personal de promoció de la salut de la universitat de Cuba.
- Entrevista estudiant Màster igualtat i drets LGTBI.
- Signatura d'un conveni de col·laboració amb la UdG, a través de la Unitat de Compromís Social, amb la finalitat d'apropar els serveis del Centre Jove de Salut al col·lectiu universitari.

SALUT FAMILIAR

El Servei de Promoció de la Salut ha anat detectant, al llarg dels anys, la necessitat de promoure el treball familiar amb un caire preventiu i no terapèutic, entenent que la família és un pilar fonamental en el desenvolupament dels infants i joves.

El programa **d'Espai d'Orientació Familiar** neix amb el propòsit d'oferir a pares i mares un espai informatiu i formatiu d'escolta, orientació, assessorament i acompanyament a una parentalitat positiva.

El model bàsic de projecte familiar és el de **promoure la salut i millorar les relacions familiars** a través d'un discurs positiu i proper, des d'una vessant de suport i assessorament.

Tenint en compte les característiques del servei i els objectius que es volen assolir, el nostre sistema de funcionament parteix d'un enfoc multidisciplinar i integral de treball. D'una banda, tots/es els/les professionals del servei compartim una mateixa manera d'entendre les famílies, una unitat en qualsevol de les seves formes (tradicional, monoparental, reconstituïda...) que tenen com a missió educar als seus fills/es a través dels seus models.

El treball familiar es fonamenta en tres pilars:

- Assessorament i orientació familiar.
- Treball educatiu grupal.
- Assessorament i supervisió de casos als professionals.

1. Assessorament i orientació individual: Espai d'Orientació Familiar

L'Espai d'Orientació Familiar és un espai d'atenció individualitzada que vol ajudar a millorar la qualitat de la convivència familiar: incidir de forma positiva en l'àmbit de la prevenció de conflictes i la millora de les relacions familiars. La finalitat és oferir recursos a pares i mares a l'hora de gestionar situacions quotidianes amb els seus fills/es: potenciar l'adquisició d'estratègies personals, emocionals i educatives que els permetin implicar-se de forma eficaç en la seva educació. Aquest espai s'adreça a famílies amb fills o filles adolescents i joves que tinguin qualsevol dubte relatiu a l'educació i/o al desenvolupament dels seus fills/es.

Durant l'any 2021 han consultat **17 famílies**, que han representat un total de 30 visites.

Espai d'Orientació Familiar	2018	2019	2020	2021
Total famílies ateses	10	25	13	17
Visites realitzades	26	32	30	30
Mitjana de visites	2-3	1-2	2-3	1-2

Els principals **motius de consulta** han estat:

1. Relacions familiars.
2. Conductes de risc.
3. Etapa adolescent.
4. Problemes escolars.

2. Treball educatiu grupal

Els objectius de les accions grupals familiars són: informar, orientar, sensibilitzar i educar a les famílies en temes lligats a la salut adolescent (sexualitat, addiccions, alimentació, etc.), així com el treball de les habilitats parentals, per tal de prevenir conductes que poden suposar un risc per als seus fills i filles. Generalment, la presa de contacte amb el nostre servei la fan els o les professionals de referència dels diferents sectors de la ciutat (Serveis Socials i Centres d'ensenyament secundari) o les AMPA, i majoritàriament és per via telefònica o e-mail.

La principal característica en les intervencions educatives grupals és poder treballar amb un nombre reduït de pares i mares, i d'aquesta manera poder dissenyar activitats dinàmiques i participatives que promoguin el canvi de comportaments i actituds. La ubicació dels diferents tallers és variable en funció de les característiques del grup i la procedència de la demanda. El projecte de salut familiar de l'Ajuntament de Girona està obert a treballar transversalment amb altres serveis o institucions que desenvolupen projectes educatius amb les famílies.

Durant l'any 2021 hem continuat oferint, a tots els centres de secundària de la ciutat de Girona, la possibilitat de programar tallers educatius per a treballar temes lligats a la salut adolescent, i que a vegades no són fàcils d'abordar; a través del web de Centre Jove de Salut.

Algunes de les accions dutes a terme durant aquest any han estat:

1. Dins del projecte d'habilitats per la vida per a joves menors d'edat es contempla una part de treball amb les famílies. Enguany, al taller que es va a dur a terme durant el mes de juliol, no va haver-hi disponibilitat per part de les famílies i no es va tirar endavant.
2. Participació en el projecte educatiu La Pissarra del Ter. Enguany s'han dut a terme dos tallers:
 - Taller sobre addiccions a pantalles. Va ser en format presencial i hi van assistir un total de 10 mares. La seva durada va ser de dues hores.
 - Taller sobre sexualitat. Aquest també va ser presencial i hi van assistir 12 famílies.

3. Assessorament i supervisió de casos als o les professionals que treballen directament amb famílies

Enguany no s'ha dut a terme cap assessorament professional ni cap supervisió en relació a casos de famílies.

SALUT MENTAL I ADDICCIONS

La **Salut Mental** s'ha convertit en els darrers anys en un objectiu primordial, ja que s'estima que aproximadament un 15% de la població pateix o patirà algun trastorn al llarg de la seva vida. És davant aquesta evidència que es fa del tot necessari impulsar i desplegar intervencions preventives i de promoció dirigides als segments de la població més vulnerables: la infància, l'adolescència i la gent gran.

D'acord amb aquest context, el servei de Promoció de la Salut, en el marc de les polítiques de salut de l'Ajuntament de Girona, ha treballat conjuntament amb els diferents agents implicats per la prevenció, promoció i atenció de la salut mental.

Durant el 2021 el treball de la salut mental i les conductes addictives s'ha enfocat en tres direccions:

- Treball coordinat a través d'un òrgan de participació sectorial de consulta, assessorament i participació impulsat per l'Ajuntament.
- Implementació i execució del programa de Mesures Alternatives a les sancions per consum o tinença de cànnabis a la via pública en menors.
- Taula tècnica d'addiccions.

1. Taula de salut mental

La **Taula de Salut Mental** té com a finalitat donar a conèixer la situació de les persones afectades per un trastorn mental i les seves famílies, representar i defensar els seus drets i col·laborar en la millora i/o creació de recursos sanitaris i socials necessaris (tant des de l'àmbit de la promoció i prevenció, com des de l'assistència).

La Taula de Salut Mental es proposa com un òrgan de participació sectorial, de consulta, assessorament i anticipació impulsat per la regidoria de salut de l'Ajuntament de Girona. Es planteja com una plataforma estable de treball, debat i proposta en temes referents a la Salut Mental.

Durant l'any 2021 s'han fet quatre reunions en format virtual, on hi han participat representants de les següents institucions i entitats: Ajuntament de Girona (grups municipals, servei de promoció de la salut i policia municipal), Associació Familiars de Malalts Mentals, Fundació Drissa, Centre de Salut Mental i Centre de Salut Mental Infanto-Juvenil, Facultat de Medicina i de Infermeria de la UdG, Fundació Teresa Ferrer, Fundació Ramon Noguera, Fundació La Tutela, TRESA, Grup ATRA, Fundació Catalunya La Pedrera i Fundació APSAS.

Algunes de les accions que s'hi han dut a terme han estat:

- Presentació i incorporació a la Taula de Salut Mental de les entitats ACAB, La Sopa i la Federació de Salut mental Catalunya.
- Preocupació per part dels i les membres de la Taula per l'augment de casuística en relació al suïcidi, tant entre la població jove com adulta. Davant d'això, s'engeguen algunes iniciatives de treball:
 1. Formació per a professionals, de dues hores de durada i a càrrec d'APSAS. S'obre la convocatòria als membres de la Taula de Salut Mental per tal que en facin difusió a la seva entitat i també a serveis socials, Joventut i Educació de l'Ajuntament, així com als centres educatius de secundària de la ciutat. Hi assisteixen un total de 45 persones.

2. Es continua oferint, a nivell de la UdG i a través de la Unitat de Compromís Social, un curs per a treballar la prevenció del suïcidi juvenil. L'any 2021 s'han dut a terme dues edicions d'aquesta formació.
 3. Es fa arribar a tots/es els i les integrants de la Taula de Salut Mental la *Guia per a professionals per a treballar la prevenció del suïcidi*. També es penja a la web de l'Ajuntament.
 4. També es planteja que des de les xarxes socials de les diferents entitats i institucions que formem la Taula de Salut Mental s'enviaran missatges en relació a la prevenció del suïcidi.
- Un altre aspecte que es posa sobre la taula és la necessitat de treballar el benestar emocional d'adolescents i joves, amb una finalitat preventiva i promotora de salut. En aquest sentit s'han engegat dues iniciatives:
 1. Durant aquest curs escolar 2021-2022 s'iniciarà un programa per a treballar la detecció, formació i intervenció en salut mental i emocional als centres públics de secundària de la ciutat de Girona. Es tracta d'un projecte que té com a principals objectius detectar potencials problemàtiques de salut mental i emocional entre els i les joves, alfabetitzar a nois i noies de 2n d'ESO en el concepte de salut mental i emocional, i promoure l'accés a l'ajuda a través d'un mapa de recursos on hi hagi tots els actius en salut mental i emocional del territori. Al final del procés s'obindrà un informe de resultats de cada centre educatiu, el qual contindrà de forma ordenada i sistemàtica tot allò que s'ha generat en els espais de detecció, formació i seguiment.
 2. Conveni de col·laboració entre l'Ajuntament de Girona i la UdG per crear un espai de salut dins el centre universitari. L'acord consisteix a apropar els serveis del Centre Jove de Salut Integral del consistori a la universitat, amb un espai setmanal perquè un psicòleg i una llevadora del centre es desplacin a la UdG per atendre-hi el seu alumnat. Aquest nou espai no només pretén acompanyar als i les joves universitàries en relació amb la seva salut sexual i en la prevenció d'addiccions, sinó que també ha de servir per detectar altres necessitats o problemes de manera precoç. És a dir, ha de ser una porta d'entrada a l'atenció individual en matèria de salut sexual, salut emocional o qualsevol altre aspecte relacionat amb la salut que necessitin, i d'orientació a recursos especialitzats en cas necessari. En aquest sentit, es tindran en compte els principals recursos dirigits als i les estudiants de la UdG: el servei d'atenció psicològica que ofereix la pròpia universitat, el Centre Jove de Salut i la xarxa pública de salut, entre d'altres.
 - Pla local d'acció sobre drogues i addiccions de Girona 2022-26. Com a resultat del treball de la Taula Tècnica d'Addiccions s'ha desenvolupat aquest pla que pretén ser un marc de referència local per abordar de forma transversal el tema de les addiccions. En algunes reunions de la Taula s'han anat explicant les diferents fases de treball en les que es trobaven. A la darrera reunió ja es va comunicar que el proper gener de 2022 es farà una presentació a la taula abans de que sigui aprovat per ple. La Taula de Salut Mental ha servit per anar implicant a diferents agents de salut en el pla i per poder comptar amb professionals de diferents àmbits a l'hora de treballar de forma participativa el disseny d'accions.
 - Des de la Federació de Salut Mental Catalunya i a través de la Taula de Salut Mental s'han dut a terme diferents iniciatives:

1. Formació dels GAM (Grups d'Ajuda Mútua). Espai formatiu per a persones no professionals, amb l'objectiu que en un futur puguin acompanyar i dinamitzar els espais d'escolta i comprensió (GAM) que es formin. En aquests espais s'hi reuniran diferents persones que comparteixin un mateix problema, dificultat o preocupació, per intentar superar o millorar la seva situació. S'han apuntat 8 persones a la formació, amb la previsió de poder formar dos grups d'autoajuda.
 2. Elaboració de les Guies de Salut Mental Catalunya, les quals han estat enviades als diferents components de la Taula de Salut Mental i penjades a la web de Promoció de la Salut.
 3. Propera formació per a professionals, de dues hores de durada i a càrrec de la Federació de Salut Mental Catalunya, als membres de la Taula de Salut Mental (per tal que en facin difusió a la seva entitat) i també a Serveis Socials, Joventut i Educació de l'Ajuntament, així com als centres de primària i secundària de la ciutat.
- Dia de la Salut Mental. El lema de la jornada d'enguany és: **la salut mental en un món desigual**. La il·lustració presenta diferents persones que, segons quina sigui la seva situació personal i d'entorn, el seu estat de salut (físic i mental) es veu afectat d'una forma o altra. Intenta mostrar la importància del treball transversal en els diferents àmbits de la persona.

L'acte central de la diada enguany s'ha dut a terme a Blanes. L'any passat ja es va organitzar una caminada a aquesta ciutat, la qual no es va poder dur a terme per la pandèmia. Similarment, doncs, l'acte d'aquest any ha consistit en una caminada popular més la lectura del manifest.

El programa s'ha fet arribar a totes les persones que formem part de la Taula de Salut Mental. S'ha fet nota de premsa i l'Ajuntament de Girona ha penjat el manifest a les seves xarxes socials.

- Presentació d'un estudi per conèixer els actius implicats en la promoció de la salut mental a les PIMES.

2. Programa de Mesures Alternatives

Enguany s'ha donat continuïtat al Programa de Mesures Alternatives, posat en marxa durant l'any 2018. Aquest programa és d'aplicació a menors entre 14 i 17 anys empadronats a Girona, que infringeixin l'article 36.16 de la Llei orgànica 4/2015, de 30 de març, de protecció de la seguretat ciutadana a la ciutat de Girona, sempre i quan **no siguin reincidents ni siguin addictes**.

L'objectiu d'aquest programa és que els/les menors de 18 anys, denunciats/des per consum o tinença de drogues il·legals a la via pública, assumeixin les seves accions: reconeixin els fets comesos i acceptin la realització d'una tasca re-educadora, que substitueixi la sanció administrativa, que permeti aconseguir la reducció de riscos i danys associats al consum, i avaluar les conseqüències personals del consum.

Es tracta d'una proposta psico-educativa **d'intervenció familiar breu** (mínim de 6 sessions en total) amb intervencions a nivell individual i familiar.

Durant l'any 2021 s'ha atès a 2 menors i a les seves famílies. Això representa un total de 16 intervencions; sense tenir en compte als nois/es que han decidit seguir fent sessions un cop finalitzat el programa. De la mateixa manera que en altres àrees, també aquí cal tenir en compte

l'impacte de la pandèmia i el confinament. Tots els casos han obtingut el resultat d'apte a efectes de redimir la sanció.

3. Taula Tècnica d'Addiccions

Durant el 2021 s'ha continuat amb el treball que es va iniciar el passat 2019, amb l'objectiu d'anar avançant en l'elaboració del pla local d'addiccions de Girona.

Durant el **2021 s'han dut a terme les següents tasques:**

- 1r trimestre. Finalització de les entrevistes a professionals i grups focals. Creació del primer esbós del pla. Realització d'una reunió de seguiment amb la taula tècnica d'addiccions.
- 2n trimestre. Redacció del document del pla (principis, objectius i anàlisi quantitatiu). Entrega del material qualitatiu (entrevistes) a la UdG, la qual n'inicia l'anàlisi.
- 3r trimestre. Redacció del document del pla (marc teòric i metodologia). La UdG entrega l'informe d'anàlisi qualitatiu de les entrevistes. Realització de dues reunions de seguiment amb la taula tècnica, i una amb la policia local per afegir dades sobre sancions i delictes al pla.
- 4rt trimestre. Finalització de la redacció del pla (línies estratègiques, objectius operatius, accions, seguiment i avaluació). Realització de 4 reunions amb els grups de treball (formats per diferents entitats i associacions) per a la redacció d'objectius i accions. Realització també d'una reunió final de seguiment amb la taula tècnica d'addiccions.

Cal esmentar que totes les reunions, grups focals i bona part de les entrevistes han estat en format virtual.

4. Altres

Participació al cinefòrum organitzat pel consell d'educació sobre trastorns de la conducta alimentària (TCA). Van assistir-hi un total de **15 persones**.