

Servei de Promoció de la Salut
Memòria 2022

Índex de continguts

Introducció.....	3
Resultats dels 4 anys del Pla Local de Salut	4
Eix 1 – Alimentació i activitat física.....	4
Eix 2 – Salut Mental i Conductes Addictives	5
Eix 3 – Salut Sexual, Afectiva i Reproductiva.....	6
Eix 4 – Desigualtats Socials	8
PROJECTE SALUT INFANTIL.....	9
1. Recursos educatius	9
2. Controls i revisions	12
3. Altres.....	12
PROJECTE SALUT JOVE	13
1. Àmbit d'assessorament personal.....	13
2. Àmbit educatiu	21
3. Intervenció amb professionals	32
4. Altres.....	34
SALUT FAMILIAR I COMUNITÀRIA.....	37
1. Assessorament i orientació individual: Espai d'Orientació Familiar	37
2. Treball educatiu grupal	38
3. Assessorament i supervisió de casos a professionals que treballen amb famílies.....	38
4. Accions comunitàries.....	38
SALUT MENTAL I ADDICCIONS.....	43
1. Taula de Salut Mental.....	43
2. Programa de Mesures Alternatives	46
3. Taula Tècnica d'Addiccions	46
4. Pla Local d'Acció sobre Drogues i Addiccions	47
5. Taula de Benestar Emocional al sector de Montilivi.....	47
6. Projecte "CUIDEM-NOS" Santa Eugènia / Can Gibert del Pla.....	48
7. Xarxa Perifèrics	48
8. Altres.....	48

Introducció

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 Comunitaria i Salut Mental i Addiccions.

Destacar que durant aquest 2022 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
1 DI
1 DI/ llevantadora
1 tècnica promoció de la salut
1 tècnic gestió promoció de la salut
1 ginecòloga
2 psicòlegs
1 administrativa
1 auxiliar administrativa d'atenció al públic

Resultats dels 4 anys del Pla Local de Salut

Eix 1 – Alimentació i activitat física

Incrementar l'accessibilitat a l'activitat física i esportiva.

- Es constata que entre el 2018 i el 2021 s'han incrementat les estacions de Girocleta a la ciutat, cosa que augmenta la pràctica d'exercici físic entre la ciutadania.
- També s'ha pogut fer una valoració de la ubicació dels parcs urbans de salut, per tal de considerar possibles reubicacions, si bé els/les professionals enquestats/des encara veurien un cert marge de millora en aquesta tasca.
- En la mateixa línia, s'ha incrementat la formació, dinamització i percepció dels i les professionals que treballen amb persones potencialment usuàries d'aquests espais, encara que també es contempla un cert marge per millorar-ho.
- Pel que fa a la promoció i dinamització de la pràctica esportiva en grup de forma gratuïta, els/les professionals expressen que s'ha realitzat en certa mesura, si bé s'ha fet poc o es podria fer bastant més.
- Durant el període 2018 a 2021 s'han ofert força beques municipals a les entitats esportives per a famílies amb renda baixa (a partir de l'índex de pobresa).

Fomentar la pràctica d'activitat física i esportiva per tal de reduir el sedentarisme.

- Pel que fa a les curses populars del municipi de Girona, se n'ha pogut fer difusió i s'han organitzat entrenaments els dies abans de la cursa, de manera gratuïta. A més, els resultats posen de manifest la possibilitat de seguir millorant-ho. Per contra, no passa el mateix en l'organització d'activitats esportives complementàries a les curses, ja que s'han fet poc.
- En relació al fet de conèixer les diferents entitats esportives de la ciutat per promoure descomptes familiars, s'han fet poques accions en aquest sentit, i es podria fer més. El mateix succeeix amb la qüestió de les beques municipals adreçades a la població en general.
- Sí que s'ha treballat per elaborar anualment un recull de les diferents activitats esportives municipals i privades, però cal fer-ne més difusió en els espais de salut del municipi.
- S'han dut a terme algunes iniciatives d'oferta d'activitats esportives atractives pel jovent. També s'han implementat estratègies per a l'apropament d'aquestes en els espais freqüentats pel jovent.
- Pel que fa a incrementar el percentatge de centres laborals adherits al "projecte escales", s'ha avançat poc i queda molt marge de millora.

Millorar els hàbits i les conductes saludables i vetllar per la seguretat alimentària.

- No s'ha dut a terme cap acció per conèixer els continguts alimentaris de les màquines dispensadores d'aliments en els diferents espais municipals. Tampoc s'ha promogut el fet de proporcionar aliments saludables als treballadors/es, i vetllar per fomentar la inclusió de menús per a persones amb intoleràncies alimentàries.

- Pel que fa a tenir en compte les intoleràncies alimentàries en els diferents actes institucionals, el nivell d'implementació és desigual en funció de les organitzacions i entitats.
- Se segueix treballant per augmentar el percentatge d'escoles que participen en programes d'alimentació saludable, tot i l'elevat nombre de centres educatius que ja treballen aquestes aspectes.
- Cal treballar molt més en els entorns dels menjadors escolars, per tal de promoure ambients relaxats i l'autoregulació dels infants. De la mateixa manera, cal esmerçar esforços en la formació de professionals de menjadors, AFA i docents en la gestió emocional de l'alimentació, així com en els hàbits del descans i la son.
- S'han ampliat poc els àmbits per a dur a terme una vigilància epidemiològica dels establiments minoristes i de restauració amb puntuació de risc mig i alt. Cal seguir treballant per millorar el nivell d'higiene dels establiments de la ciutat.

Millorar la higiene postural en l'àmbit laboral.

- S'han potenciat gens o poc els programes ja existents per millorar la higiene postural en l'àmbit laboral.

Eix 2 – Salut Mental i Conductes Addictives

Promoure la conscienciació i el coneixement al voltant de la salut mental i les addiccions.

- S'ha elaborat el Pla Local d'Acció sobre Drogues i Addiccions pel període 2022-26, a càrrec de la comissió tècnica d'addiccions del municipi de Girona.
- S'ha ideat i implementat un programa de desenvolupament d'habilitats parentals a les escoles bressol.
- S'ha desenvolupat i implementat el projecte ASA (Alternativa a la Sanció Administrativa: mesures alternatives al consum de cànnabis a la via pública).
- S'han dut a terme iniciatives per a garantir la formació contínua en salut mental del personal d'atenció (serveis socials, educació, salut, joventut...).
- En relació al desenvolupament d'un projecte d'intervenció específic per a la prevenció de l'addicció al joc on-line, no s'ha creat cap recurs estructurat. S'han fet tallers preventius als centres d'educació secundària.
- Pel que fa al fet de reforçar accions de prevenció dels mals usos de les TIC, s'han dut a terme diferents actuacions a nivell educatiu.
- L'Espai d'Orientació Familiar, entès com espai informatiu i formatiu d'escolta, orientació, assessorament i acompanyament a una parentalitat positiva; s'ha deixat de fer la part d'acompanyament individualitzat, degut a la manca de recursos i de personal qualificat. Sí que s'han anat fent algunes intervencions grupals a demanda puntual.

Potenciar els factors de protecció per a una salut mental òptima.

- S'han potenciat les intervencions d'educació emocional als centres educatius de primària i secundària de la ciutat, a través de l'itinerari de benestar emocional.

- No s'ha dissenyat cap campanya específica per promoure els diferents recursos en salut mental, però sí que s'ha creat la Taula de Salut Mental per afavorir el treball coordinat entre les diferents institucions i entitats.
- No s'ha dut a terme cap acció pel que fa a la implementació de programes en relació a la venda 0 d'alcohol i Nits de qualitat (Nits Q). Tampoc s'ha dut a terme cap acció en relació a establir una normativa que impedeixi publicitat/patrocini de begudes alcohòliques a Girona.
- Pel que fa a treballar preventivament amb fills/es adolescents de famílies amb patologies mentals, s'han engegat força iniciatives aquests darrers anys.
- S'han fet poques intervencions per treballar amb joves entre 12 i 18 anys víctimes de violència de gènere en l'àmbit familiar.
- S'han dut a terme diferents iniciatives a nivell de serveis socials de primària per treballar el vincle afectiu mare-fill/a (amb joves que han patit re-agrupaments familiars en l'adolescència).
- Durant el període 2018 - 2021 s'han ofert força recursos per treballar les habilitats per a la vida dirigits a adolescents i joves.

Garantir els recursos d'atenció especialitzada.

- La Taula de Salut Mental s'ha consolidat a la ciutat, i poc a poc ha anat creixent en relació als i les professionals que la constitueixen. S'han engegat iniciatives de treball coordinat.
- S'han signat alguns convenis amb diferents entitats i organitzacions per millorar el benestar emocional de la ciutadania.
- No s'ha dotat d'estructura el Servei Municipal de Promoció de la Salut en l'àmbit de la salut emocional (per tal d'intensificar l'actuació preventiva amb joves i les seves famílies).

Treballar per a la des-estigmatització de les persones amb malalties mentals i addiccions.

- A través de la Taula de Salut Mental s'han dissenyat diferents campanyes i jornades de sensibilització per normalitzar la xarxa de recursos, així com per donar visibilitat a les persones afectades per un trastorn mental.

Eix 3 – Salut Sexual, Afectiva i Reproductiva

Introduir una mirada de gènere i diversitat en totes les accions de salut sexual.

- S'han dut a terme poques accions formatives dirigides a professionals que treballen amb diferents col·lectius (infants, adolescents, joves, adults...).
- Durant aquest període de temps s'han fet avenços importants pel que fa a la inclusió de la perspectiva de gènere en les accions educatives i assistencials.
- Pel que fa a les accions per donar continuïtat al Pla Municipal d'Igualtat de tracte i no discriminació de les persones LGTBI, han estat poques; mentre que sí que s'han potenciat les accions del Consell Municipal LGTBI de Girona.
- S'ha dut a terme força accions per treballar el gènere i la transsexualitat amb infants de 0 a 12 anys.

- Pel que fa a les sol·licituds de polítiques d'igualtat de gènere i sexe, aquestes han estat escasses.
- S'observa que en els darrers anys s'han implementat bastantes i diferents iniciatives a la ciutat per vetllar per l'atenció a la transsexualitat.
- Cal treballar molt més l'anàlisi directe i l'avaluació dels comportaments dels i les professionals en el seu àmbit de treball.
- Pel que fa a dotar de més personal als diferents serveis assistencials de la ciutat (per disminuir les llistes d'espera en l'atenció psicològica a la diversitat sexual i de gènere); cal destinar-hi molts més recursos, ja que en aquests darrers 4 anys l'augment de professionals ha sigut escàs.

Millorar els coneixements, hàbits i conductes en sexualitat de la població en diferents àmbits: escolar, comunitari, assistencial.

- Se segueix treballant per augmentar el percentatge d'accions educatives grupals amb famílies d'infants i adolescents en relació a la sexualitat, malgrat que ja es duen a terme algunes accions en aquest sentit.
- En tots els programes educatius relacionats amb la sexualitat es contempla una mirada que va més enllà dels aspectes biològics.
- Pel que fa a l'oferta de tallers i conferències sobre la salut sexual dirigides a la població en general, els/les professionals expressen que s'ha realitzat en certa mesura, si bé s'ha fet poc o es podria fer bastant més.
- S'han dut a terme diferents iniciatives per promoure i implementar projectes específics en educació sexual dirigits a persones amb diversitat funcional.
- S'han fet poques accions per incloure en activitats ja existents (fires, festivals de la ciutat, esdeveniments esportius...) a les entitats que promouen la igualtat.
- Durant aquest període s'ha fet un treball per apropar els serveis educatius i assistencials en matèria de salut afectiva i sexual als diferents espais joves de la ciutat.
- No existeix un treball en xarxa organitzat i coordinat en relació a la salut sexual, afectiva i reproductiva. Tampoc s'ha elaborat cap projecte de ciutat pels centres educatius i escoles bressol per treballar els diferents aspectes de la sexualitat.
- Pel que fa a facilitar l'accés al preservatiu i altres mètodes anticonceptius, s'han fet múltiples accions que han afavorit el seu coneixement i ús.
- Durant aquest període de temps s'ha facilitat, des de diferents espais, l'accés a cribratges ràpids d'infeccions de transmissió sexual.
- En referència a implementar polítiques d'oci que afavoreixin actituds saludables i responsables, s'han realitzat algunes accions de sensibilització, si bé es considera que encara hi ha força marge per seguir millorant-hi.

Impulsar iniciatives que afavoreixin el coneixement i el treball en xarxa.

- No s'ha creat una taula de coordinació de promoció de la salut afectiva i sexual a la ciutat, tal com contemplava el pla. Sí, que s'ha fet, però, algunes accions coordinades puntuals.
- En la mateixa línia, doncs, tampoc s'ha establert un pla o espai de coordinació conjunt entre els diferents agents que treballen la salut sexual i reproductiva.

- Tampoc s'ha creat l'equip de treball que preveia el pla per millorar la recollida de dades de la ciutat en relació a la salut sexual. Sí que des de Promoció de la Salut s'han començat a recollir dades sobre els i les joves que s'atenen al Centre Jove de Salut, ja sigui de salut afectiva-sexual, com de qualsevol dels altres aspectes de salut que atén el centre.
- Buscar complicitats entre les diferents administracions o entitats per poder compartir activitats formatives, també és una tasca que queda majoritàriament pendent pel proper pla local de salut; si bé sí que s'han realitzat algunes activitats formatives compartides puntuals.
- Per acabar, no s'ha dotat de més recursos econòmics i humans als serveis de promoció de la salut i als projectes com Salutació.

Eix 4 – Desigualtats Socials

Desenvolupar totes les polítiques municipals des de la perspectiva de l'equitat.

- En primer lloc, no s'ha reservat cap partida econòmica dels pressupostos anuals per a programes d'acompanyament a la inserció laboral, en el termini que contemplava el pla.
- Durant aquest període, sí que s'han pogut ampliar una mica les prestacions de la borsa de mediació de l'oficina municipal d'habitatge. També s'ha augmentat força el parc públic d'habitatge dedicat a pisos d'inclusió.
- En la mateixa direcció, s'ha garantit una dotació pressupostària destinada al programa Àmbar que ha permès mantenir i ampliar el nombre de casos a atendre.
- També s'han incrementat les places del programa "Apropa cultura", per facilitar l'accés a la programació cultural de la ciutat als col·lectius en risc d'exclusió social.

Conscienciar en la necessitat de desenvolupar serveis de protecció i l'aplicació de mesures en els casos de persones en risc d'exclusió.

- Durant el període contemplat pel pla, s'han mantingut i potenciat projectes d'atenció psicosocial per a persones amb problemes derivats de la seva situació socioeconòmica. La pandèmia de covid ho ha fet cabdal, i així s'hi ha respost.
- D'altra banda, en la mesura del possible, s'han creat alguns espais formals de trobada, intercanvi i transferència de coneixements dels i les professionals que atenen a col·lectius en risc d'exclusió social per a activitats formatives de supervisió.

Afavorir la coresponsabilitat de la ciutadania i el seu apoderament davant de problemàtiques d'exclusió social.

- S'han establert diverses col·laboracions entre administracions i entitats que treballen amb voluntariat que atén a persones en risc d'exclusió social.
- Des de l'Ajuntament s'han facilitat recursos i eines (econòmics, d'infraestructura i procediments) a les entitats que promouen el compromís social i la coresponsabilitat en els problemes d'exclusió social.

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 les llars d'infants municipals i escoles de primària, conjuntament amb l'ASPCAT. També en el cas que sigui necessari intervenció en el control de brots de polls.

1. Recursos educatius

Les activitats dutes a terme durant l'any 2022 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).*
- *Programa Sigues tu: eines i actituds per a la salut (educació infantil, primària).*
- *Prevenició de les conductes abusives: Juul, què t'ha passat? (6è de primària).*

Es recomana també treballar els recursos:

- *Educació en i amb valors (6è de primària).*
- *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 l'activitat: **“Prevenció de les conductes abusives: Juul, què t’ha passat?”**.

Amb aquestes activitats s’ha arribat a un total de **338 alumnes** repartits en **20 grups-classe** de **8 centres 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 adequades a cada curs:

- *L’esport de menjar (2n i 3r de primària).*
- *En marxa centres educatius saludables (educació infantil).*
- *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 l’activitat **“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 **240 nens i nenes**, repartits en **12 grups classe** de **6 centres educatius**.

ITINERARI D'EDUCACIÓ SEXUAL I PREVENCIÓ DE LES VIOLÈNCIES MASCLISTES:

Els centres educatius són espais idonis per complementar el desenvolupament de l'educació sexual 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'Assejament, el ciberassejament 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 **566 alumnes** repartits en **29 grups classe de 14 centres educatius**. També s'ha intervingut en les **famílies** amb la realització de **5 tallers**, en aquelles escoles que varen estar d'acord.

Recursos educatius realitzats	2019	2020	2021	2022
Grups/classe participants	64	45	55	61
Alumnes participants	1.307	935	1.093	1.144
Famílies	----	----	----	89
Núm. de centres participants	----	----	----	10

L'assistència de famílies ha augmentat significativament, atès que moltes intervencions es van fer en format virtual o lligades a alguna activitat informativa del propi centre escolar. El treball familiar se segueix considerant un pilar fonamental en la promoció de la salut.

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 i pel PLIA.
- Reunions de coordinació amb Dipsalut pel programa "Sigues Tu".
- Supervisió de tallers educatius realitzats per professionals externs al servei de promoció de la salut. Concretament s'ha assistit a un taller del col·legi oficial de fisioterapeutes dirigit als alumnes de 4rt de primària.

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 seguit posant 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 Integral on les persones adolescents i joves hi troben un servei de proximitat; un espai on ser escoltades i on es poden sentir còmodes, 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.

Usuaris/es i visites al CJS per any

	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Usuàries	516	531	524	376	377	305
Usuaris	110	84	92	102	84	102
Visites individuals	1805	1613	1504	1196	1343	1134

Visites per motiu de consulta

Atencions	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Total Usuaris	626	615	524	478	461	407
% noies	82,4%	86,3%	85%	79%	81%	75%
per atenció psicològica i emocional	217	230	193	231	229	203
per atenció a la salut afectiva i sexual	461	444	467	292	303	246
% que han utilitzat els dos serveis d'atenció*	8,3%	9,5%	20%	9,4%	13,3%	10,3%
Visites individuals	1.805	1.613	1.502	1.196	1.343	1.134
primeres visites	361	390	355	223	339	258
% de primeres visites sobre el total	20%	24,1%	23,6%	18%	25%	23%
per atenció psicològica i emocional	717	649	514	682	627	643
per atenció a la salut efectiva i sexual	1.088	964	988	514	716	491

- Durant aquest 2022, a part dels processos d'acollida al servei sistemàtics que s'han fet en el marc de les primeres visites, destacar que 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 **7 joves** de serveis diferents. D'aquests/es, 4 han demanat hores de visita i una d'elles una atenció immediata. Cal tenir en compte que un bon procés d'acollida significa aconseguir l'acomodació necessària per a poder fer una intervenció eficaç.

En les activitats grupals, a partir de l'experiència de l'escape room, també es té en compte l'acollida dels grups com a element facilitador del treball posterior.

- Enguany es produeix un descens en el nombre total de visites com a conseqüència que durant un període de 6 mesos no hem comptat amb els serveis de la ginecòloga i això ha fet minvar el nombre de visites. També afegir que un dels psicòlegs del mes de juliol a desembre ha reduït les hores de treball i per tant ha disposat de menys hores de vista.
- 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.
- Destacar l'augment de consultes per part de nois. Durant el 2022 una quarta part de les persones usuàries ateses han estat del sexe masculí (25%).

La utilització dels dos serveis permet treballar des d'una perspectiva àmplia d'atenció integral al jovent. Cal continuar esmerçant esforços en no perdre de vista la perspectiva de treball integral de la salut física i la salut emocional.

Visites per edat

Edat	2021	%dones	%homes	2022	%dones	%homes
Menys de 14 anys	5	100%	0%	7	57,1%	42,9%
Entre 14 i 17 anys	117	85,4%	14,6%	103	73,7%	26,3%
De 18 a 21 anys	190	83,6%	16,4%	161	78,8%	21,2%
De 22 a 25 anys	132	83,3%	16,7%	121	71%	29%
Més de 25 anys ¹	17	64,7%	35,3%	5	60%	40%
Total	461	83,5%	16,5%	407	72,7%	27,3%

- Es els darrers anys s'havia 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 va portar 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 les atencions en aquests grups d'edat es mantenen en xifres baixes.
- 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, però enguany es veu un **repunt en les atencions fetes a homes doncs han augmentat considerablement (s'ha passat d'un 16,5% a un 27,3%)**. Aquesta dada ens fa pensar que poc a poc la implicació dels homes en la salut va augmentant.

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

Tipus de consultes	2019	2020	2021	2022
Trucades telefòniques consultes concretes	197	246	149	123
Correus electrònics	45	96	92	70
Presencial, per informar-se puntualment	53	44	72	36

Si ho mirem per sexes, consulten més les dones que els homes. 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.

¹ Familiars o parelles.

Les dades posen en relleu que aquest programa està ben 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.

Dades enquesta de salut que es passa a la primera visita

Des d'aquest any 2022 s'ha començat a recollir informació sobre l'estat de salut del jovent que consulta al CJS en la seva primera visita. A continuació es reflecteixen els principals resultats d'aquesta enquesta. Cal recordar que, si bé es tracta de joves que viuen, estudien o treballen al municipi de Girona, les dades aquí recollides no són representatives de la realitat del jovent gironí, atès que la informació prové només d'aquells/es qui han demanat assessorament al servei. Són tot persones d'entre 13 i 25 anys.

Primeres visites per gènere

Pel que fa a les dades de gènere, les primeres visites són de majoritàriament dones. Cal destacar que un 1% de les persones enquestades s'han identificat com a no-binàries.

Situació estudiantil o laboral i percepció del rendiment acadèmic i/o laboral

Els i les usuaris/es del servei, majoritàriament estudien o treballen i treballen simultàniament, amb una percepció favorable en relació al seu rendiment acadèmic.

Percepció de la salut general

Pel que fa a la percepció de la salut en general, el jovent enquestat es troba bastant dividit. Per una banda, una mica més de la meitat diuen tenir una salut bona o molt bona. La resta es posicionen entre regular i dolenta.

Percepció de la salut psicoemocional

En referència a la salut psicoemocional, en general es percep un to de malestar en la majoria del jovent enquestat (falta de motivació, sentiments de pessimisme, tristesa, cansament per a fer coses, nerviosisme o tensió, etc.).

Activitats de lleure

En relació al temps d'oci, s'observa que el jovent enquestat practica poc esport (futbol, bàsquet, etc.), però sí que alguns dies a la setmana o al mes fan alguna activitat física (caminar, excursions, dansa, etc.). Un percentatge molt elevat utilitza les xarxes socials a diari. També és interessant destacar les poques tasques de voluntariat que fan els i les joves. La seva participació en activitats culturals es redueix en alguns dies a l'any o al mes.

Problemes de consum (drogues, pantalles, apostes)

Pel que fa als consums, cal destacar que alguns/es joves diuen passar més temps a Internet, xarxes socials o videojocs que amb les amistats. Aquest mateix motiu els porta a desatendre

obligacions o activitats. Les apostes, en aquesta franja d'edat, no són una pràctica habitual; mentre que el consum de substàncies té més importància (tot i això, amb una incidència també baixa).

Relació amb la família

A nivell de relacions familiars, s'observa que el jovent enquestat té bones relacions amb la majoria dels seus familiars, amb algunes excepcions puntuals. La tendència general és que la relació sigui bona o molt bona amb la mare, germans/es i la família extensa. Les relacions amb el pare són les que puntuen de forma més dispar. La meitat la descriuen també com a bona o molt bona, però la resta la viuen com a regular, dolenta o molt dolenta.

Salut sexual i relacions

A nivell de sexualitat i relacions, el jovent enquestat descriu que els satisfà la seva sexualitat i que se senten bé amb les seves relacions afectives. La confiança i la sinceritat són elements que formen part de les seves vivències. Poques persones refereixen haver patit violències, pressió, gelosia, etc. per part de la parella en relació a la sexualitat (o haver-la exercit).

D'altra banda, comparteixen utilitzar un mètode de protecció eficaç sempre o sovint en la seva majoria. De totes maneres, hi ha un percentatge important de persones que no l'utilitzen o l'utilitzen rarament. Poques persones expressen haver sigut assetjades per la seva identitat, expressió de gènere o orientació sexual.

Ús de la pastilla de l'endemà

En referència a l'ús de la pastilla de l'endemà, la majoria d'enquestats/des, més de la meitat, no l'han fet servir mai. La resta, l'han utilitzada entre 1 i 3 vegades. Molt rarament en més de 3 ocasions.

Embarassos

Pel que fa als embarassos, pràcticament ningú diu haver-ne tingut.

Situacions de violència

En relació a les situacions de violència, qui ha descrit haver-ne patit, ha estat majoritàriament dins l'àmbit familiar. Pel que fa a la violència sexual específicament, s'ha produït, en general, en l'àmbit públic i en espais d'oci. Quan han exercit violència física o psicològica, ho han fet en l'àmbit familiar i d'oci.

Interessos en acudir al servei

Respecte als interessos en acudir al servei, el que els interessa més és treballar la gestió emocional, l'alimentació i la imatge corporal i les relacions familiars. El que els interessa menys és l'assetjament, el *bullying* i la violència de gènere.

L'atenció on-line

Les visites a la web del Centre Jove es mantenen tot i que amb una progressió lleugerament ascendent en els darrers anys. Destacar que enguany ja hem disposat del format de web renovada per tal de resultar 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. S'ha vist un augment de les consultes on-line possiblement arran del nou format de web. La majoria de les consultes on-line ens les adrecen noies i van dirigides a la tècnica de salut reproductiva, afectiva i sexual.

Atencions on-line	2019	2020	2021	2022
Número d'entrades a la web	3.081	3.151	3.422	3.459
Número de pàgines consultades	-	-	-	10.751
Consultes on-line	58	58	43	79
% noies	89,6%	81%	87%	88%

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 tot i l'augment significatiu de nois que han accedit al servei aquest any.

Pel que fa als nois, consulten més per salut emocional que per salut sexual i quan ho fan per salut sexual generalment es per sol·licitar cribatges preventius d'ITS. 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	2019	2020	2021	2022
Usuaris	193	231	229	203
- % noies	77%	70,5%	72,9%	65,5%
Visites psicologia	514	682	627	643

Les principals situacions o dificultats que s'han treballat amb les persones joves ateses aquest 2022 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'adulteresa 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 son 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	2019	2020	2021	2022
Usuaris	467	292	303	246
- % noies	88%	85,9%	88,7%	83,7%
Visites ginecologia	988	514	716	491

Podem veure que aquest any hem patit una davallada en el nombre de visites. Això ha estat a causa que durant sis mesos de l'any 2022 no hem tingut professional de ginecologia. Tot i tenir conveni amb l'Associació de Drets Sexuals i Reproductius no hem trobat cap professional disponible. El fet de no tenir ginecòleg/a comporta que les tasques de la llevadora es veuen reduïdes.

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 2022 s'han realitzat **16 cultius, 3 citologies, 127 PCR per clamídia i gonorrea i 77 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	2018	2019	2020	2021	2022
Total	24	34	14	19	21
Infecció per clamídies	23 (96%)	28 (82%)	10 (71%)	17 (89%)	13
Percentatge noies	91,3%	78,57%	90%	88%	84.6%
Percentatge nois	8,7%	21,43%	10%	12%	15.4%

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 i en segon lloc pels tallers educatius (principalment les consultes de salut afectiva i sexual).

Cal destacar que de les 203 persones usuàries del servei d'atenció psicològica i emocional, 87 han estat derivacions de professionals de la xarxa pública de salut: un 42,8% del total. Els percentatges per àmbits són els següents:

- Àmbit sanitari: 30,6%
- Àmbit educatiu: 32,4%
- Àmbit social: 30,4%
- Altres: 6,6%

Pel que fa a les atencions per salut afectiva i sexual, les derivacions de la xarxa pública de salut han representat un 23,8%.

- CRAE / Centres acollida: 46,5%
- Àmbit sanitari: 18,7%
- Serveis Socials: 23,9%
- Altres: 10,9%

Malgrat que no hi ha conveni amb la xarxa pública de salut, la majoria de derivacions en l'àmbit de la salut emocional continuen provenint del sector sanitari. En l'àmbit de la salut afectiva i sexual, els serveis que més joves deriven són els CRAE i els Centres d'Acollida.

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:

- *En marxa centres educatius saludables.*
- *Cursa d'orientació.*
- *Hort a l'escola.*
- *Tirabuixó.*
- *Esport en cadira de rodes.*
- *Gimcana inclusiva*

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.

ITINERARI D'EDUCACIÓ SEXUAL I PREVENCIÓ DE LES VIOLÈNCIES MASCLISTES

Els centres educatius són espais idonis per complementar el desenvolupament de l'educació sexual 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 pors 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 **876 alumnes de 35 grups classe de 9 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 **756 alumnes de 31 grups classe de 8 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 **300 joves, de 15 grups classe de 3 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 **353 alumnes de 18 grups classe de 3 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).*
- *On-Off: (1r i 2n ESO).*
- *Prevenció del consum d'alcohol: Sortim? (4t ESO i ESPO).*
- *Prevenció de l'addicció al joc en línia (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).*

Es recomana també treballar els recursos:

- *Necessito el meu mòbil. Quan l'ús es converteix en necessitat.*
- *Parlem de drogues. Legals i il·legals.*
- *Share. Actituds digitals responsables (ESPO).*

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 **840 alumnes de 35 grups classe de 8 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 **610 alumnes de 25 grups classe de 8 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, *sexpredding*, *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.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **1.012 alumnes de 40 grups classe de 7 centres educatius**.

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 **488 alumnes de 25 grups classe de 6 centres educatius**.

5. Exposició "On-Off". Activitat que es presenta com una proposta educativa enfocada a la prevenció dels mals usos de les tecnologies de la comunicació grups d'adolescents i joves. El treball educatiu d'aquests temes és important des d'un punt de vista preventiu, atès l'augment dels problemes derivats dels mals usos d'aquestes tecnologies, amb cada cop més presència a les nostres vides i especialment les de les adolescents.

Els objectius específics a treballar amb aquesta activitat són:

- Promoure un ús saludable de les tecnologies destacant els avantatges que tenen aquestes i les alternatives d'oci incompatibles amb el seu ús inadequat o abusiu.
- Augmentar la percepció de risc associat a l'ús abusiu o inadequat de les TIC (internet, videojocs, mòbil, etc.).
- Augmentar la consciència sobre la importància de les qüestions relacionades amb la privacitat i les TIC.
- Desenvolupar habilitats socials i habilitats personals per a limitar la vulnerabilitat davant els mals usos de les TIC.
- Acompanyar als educadors i tècnics locals de prevenció en la realització d'activitats educatives amb adolescents per a promoure un ús saludable de les TIC i prevenir el seu mal ús i problemes associats.

Amb aquesta activitat s'ha arribat a un total de **727 alumnes de 28 grups classe de 5 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).*
- *Taller Llum i Foscor (ESO i ESPO).*
- *L'Assejament, el ciberassejament i les conductes discriminatòries (ESO).*
- *Prevenició dels trastorns de la conducta alimentària: Estima't (3r d'ESO).*
- *Salutació emocional (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 cyberbulling*

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:

“Prevenició dels trastorns de la conducta alimentària: Estima't”. Taller de prevenició 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 **833 alumnes de 33 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 companys, 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 **280 alumnes de 17 grups classe de 4 centres educatius**.

Recursos educatius realitzats	2019	2020	2021	2022
Grups/classe participants	204	68	235	277
Alumnes participants	5.589	1.959	5.357	6.621
Núm. de centres participants	----	----	----	12

Centre Jove de Salut

- **Projecte “MARES JOVES”**: durant el 2022 hem continuat fent atencions amb aquest col·lectiu amb l'objectiu de treballar el vincle mare – fill/a. S'han fet un total de 21 visites individuals amb **6 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 2022 hem dut a terme dos grups HHVV tancats. El primer, els mesos de febrer, març i abril. El segon, durant el mes de juliol, en format intensiu. A més, també hem iniciat un grup HHVV en format obert, el qual s'allargarà durant tot el curs 2022-2023. En total hem arribat a **26 joves i hem realitzat 19 sessions** presencials.

També s'han fet **3 tallers per a les famílies** dels i les adolescents dels grups. Aquests tallers eren oberts a altres pares i mares interessats/des. S'han dut a terme en format virtual per zoom.

- 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 2022 s'ha continuat amb aquesta activitat, però per l'excepcionalitat de la pandèmia hem fet els dos formats: presencial i virtual. Des de l'inici de curs del 2022-2023 estem fent un format únicament presencial, els dimarts a la tarda, cada quinze dies. Això ens ha permès arribar a un total d'uns 40 joves aproximadament, amb **participació mitjana de 8-10 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, al consum de drogues com el tabac, l'alcohol o el cànnabis i el benestar emocional. Enguany s'ha arribat a **15 centres**, i s'han fet un total de **21 tallers**, amb els quals s'ha arribat directament a uns/es **210 joves**.

Visites informatives de centre	2019	2020	2021	2022
Grups	30	15	26	21
Centres participants	13	6	11	15
Alumnes participants	302	140	360	210

Universitat de Girona

- L'any 2022 s'ha signat el primer conveni de col·laboració entre la Unitat de Compromís Social de la UdG i el Servei de Promoció de la Salut de l'Ajuntament de Girona. A través d'aquest conveni s'ha creat **l'ESPAI SALUT**, espai pensat per vetllar per a la salut universitària en els àmbits de la sexualitat i les addiccions amb una finalitat preventiva i de promoció de la salut entre els i les joves que estudien a la UdG; i que tenen dubtes en relació a la sexualitat (vista des d'una perspectiva àmplia), per una banda, o realitzen alguna forma de consum o de conducta potencialment addictiva, per l'altra. En aquest espai es proporcionaran eines i habilitats al col·lectiu universitari per tal que puguin prendre les seves decisions de manera autònoma.

D'altra banda, si es detecta un problema greu o més específic, els i les joves seran derivats/des als serveis especialitzats corresponents.

Pel que fa a l'àmbit de consums i addiccions, durant l'any 2022 s'han realitzat **60 visites a 17 usuaris/es**. Pel que fa a l'àmbit de la sexualitat, també durant aquest 2022 s'han fet **22 visites a un total de 13 usuaris/es**.

També dins d'aquest conveni s'han dut a terme dues píndoles formatives en format virtual per penjar va les xarxes de la UdG i de l'Ajuntament de Girona. Els temes abordats han estat la higiene menstrual i les addiccions a pantalles. El total de visualitzacions que han tingut han estat:

- Píndola Menstruació Youtube: 163
 - Píndola Menstruació Instagram CJS: 112
 - Píndola Pantalles Youtube: 54
 - Píndola Pantalles Instagram CJS: 152
- 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 **17 estudiants**.

Intervencions de promoció de la salut jove en altres espais

En col·laboració amb l'àrea de joventut, i en línia amb les accions que ja s'havien dut a terme altres anys, s'han dut a terme les següents intervencions:

1. Per les Fires de Sant Narcís s'ha fet la barraca de Salut les nits del 28, 29, 31 d'octubre i 3, 4 i 5 de novembre, per tal de treballar la prevenció de riscos. S'han repartit 928 targetes i díptics informatius sobre drogues, 1.233 preservatius de penis, 206 preservatius insertius, 173 camps de làtex i 174 lubricants.

2. En motiu del Dia Mundial de la lluita contra la SIDA, els dies 1 i 2 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 **44 proves ràpides de VIH a aquestes facultats i a l'espai salut de la UdG.**

Cal tenir en compte que aquest any aquestes intervencions no s'han fet com a Salutació, ja que no es va fer efectiva la pròrroga del conveni que existia. Malgrat tot, la col·laboració a nivell tècnic entre administracions i entitats es manté en part, però reformulant les vies. De cares al 2023 hi ha el compromís de convocar una taula de promoció de la salut jove, sense aportació econòmica i només com a espai de possible coordinació i formació entre els diferents actius de salut jove de la ciutat.

Altres

- Prova pilot del programa de detecció, formació i intervenció en salut mental i emocional juvenil dirigit als centres públics d'educació secundària de la ciutat de Girona. Es tracta d'una proposta que dona continuïtat a les accions presents en benestar emocional al municipi. Es tracta d'una iniciativa dirigida a alumnes de 2n d'ESO que consta de tres fases (preparatòria, implementació, tancament).

Els objectius que es pretenen assolir entre d'altres son:

- Alfabetitzar en el concepte de salut mental i emocional.
- Promoure l'accés als recursos d'ajuda.
- Detectar de forma precoç problemes de salut mental.

S'ha arribat a tots els centres de secundària públics de la ciutat, exceptuant l'INS Montilivi per dificultat en trobar dates i l'INS Ermessenda per mala experiència l'any anterior amb un altre projecte.

3. Intervenció amb professionals

Assessoraments:

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

Formacions:

- Formació a professionals dels Centres Oberts de Girona: com acompanyar al benestar emocional als i les adolescents usuàries dels Centres Oberts. Hi ha assistit un total de **40 professionals.**
- Formació en sexualitat a l'equip d'educadors i educadores del centre d'Acollida. Van assistir-hi un total de **15 persones.**

Reunions de treball:

- Reunions periòdiques 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 i coordinació amb els referents joves de joventut per tal de dissenyar un material didàctic amb dinàmiques per prevenir les addiccions a les pantalles.
- Reunions amb serveis socials de Santa Eugènia, professionals de l'INS i d'una escola de primària de la zona, professionals del l'Àrea Bàsica de Salut (Salut i Escola, suport a primària i REBEC), per engegar un projecte preventiu per treballar i fomentar el benestar emocional dels i les adolescents del barri de Santa Eugènia i Can Gibert.

Coordinacions:

- Reunions de coordinació amb les orientadores, coordinadores pedagògiques, 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 i de treball amb el Centre Jove d'Atenció a les Sexualitats (CJAS) de Barcelona. En una d'aquestes reunions s'han compartit experiències amb d'altres iniciatives de centre joves de salut que hi ha en el territori amb l'objectiu final de poder fer una Jornada de Centres Joves.
- Reunions de coordinació amb Joventut de l'Ajuntament.
- Reunions de coordinació amb els responsables de les dinamitzacions dels parcs urbans de salut del Dipsalut.
- 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 per la campanya de higiene menstrual, la campanya d'addiccions i la campanya comunicació Fires de Girona.
- Reunions de coordinació amb els professionals de l'Agència de Salut Pública de Girona, Àrees bàsiques de Salut pel desenvolupament del programa de prescripció social.
- 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, CEEIS Cat, SESM-DI, Unitat de psicoteràpia familiar i de gènere,...

- 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.

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.
- Tasques de manteniment de la web del Centre Jove de Salut i la de Promoció de la Salut
- Repartiment de tríptics i caixetes de preservatius del programa de Centre Jove de Salut.
- Disseny de bosses del CJS per repartir entre els joves
- Disseny i edició d'un adhesius del CJS amb l'objectiu de donar a conèixer l'Instagram.
- Treball sobre el perfil d'Instagram de Centre Jove de Salut. Aquest 2022 s'hi ha fet **105 publicacions, i s'ha passat de 606 a 836 followers.**
- Difusió i accions adreçades al jovent dins el marc de la Campanya d'equitat menstrual:
 - Actualització de la web del Centre Jove de Salut amb l'elaboració de l'apartat "jo menstuo".
 - Realització d'un Instagram LIVE d'educació menstrual que va arribar a un total de **173 persones.**
 - Creació d'un concurs a través d'Instagram per fomentar l'ús de mètodes de recollida menstrual sostenibles i compartir experiències.
 - Distribució gratuïta de copes menstruals, compreses de roba i protectors de roba entre les persones usuàries del Centre Jove de Salut i de l'Espai Salut de la UdG.

- Assessorament individualitzat al jovent des dels espais del Centre Jove de Salut i a l'Espai Salut de la UdG amb relació a la menstruació i als mètodes de recollida.
- Diploma del Banc de Bones Pràctiques concedit per la Fundació Carles Pi i Sunyer pel desenvolupament del programa de Centre Jove de Salut Integral.
- Publicació d'un article divulgatiu de l'experiència educativa de l'Escape Room "Endinsa't a la teva Salut" a la revista Diálogos de la federació de Planificació Familiar. També s'ha enviat article a la revista Psiara i a Graó. Aquests encara estan pendents de fer la publicació.

Formació continuada dels i les professionals

- Formació en Ètica aplicada als Serveis Socials.
- Jornada: l'Ètica aplicada a la intervenció social.
- Curs de Salut Local – Promoció de la Salut als municipis.
- II Congrés d'Universitats Promotores de la Salut a la Universitat de Burgos – Participació i presentació del projecte Espai Salut.
- Jornada Dixit "Joves i Pantalles".
- I Jornada Professional sobre l'Avortament. Quin model d'atenció a l'avortament volem per a Catalunya?
- Jornades Virtuals: Ofensiva als Drets Sexuals i Reproductius.
- 1ª jornada professional en "MIRADA I ACCIÓ COMUNITÀRIA".
- Sessió formativa presencial sobre el Pla antifrau del consistori.

Altres

- Participació en el Pràcticum 2 de 4t curs del Grau en Psicologia de la UdG: **2 alumnes**.
- Participació a l'edició presencial de l'ExpoJove. Com a Servei de Promoció de la Salut / Centre Jove de Salut hi hem participat oferint dos tallers educatius:
 - **Activitat "TU, JO I EL MÒBIL"**. Taller per treballar l'ús de pantalles i la gestió que fem de l'smartphone. Hi ha participat un total de **15 joves**.
 - **Activitat "JUGUEM A TRENCAR BARRERES AMB LA SEXUALITAT"**. Taller per treballar una sexualitat sana. Hi ha participat un total de **50 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 ON-OFF i un taller de prevenció de les violències masclistes.
- Entrevista estudiants del grau de criminologia de la UdG.
- Participació a la inauguració i a la cloenda de les jornades de sanitat sobre els recursos en salut pels joves que cursen FP.
- Disseny i prova pilot de l'activitat gamificada que substitueix l'escape room del Centre Jove de Salut "Endinsa't a la teva salut".

- Elaboració de materials didàctics sobre ús responsable de pantalles en joves, en col·laboració amb la secretaria general de joventut, a través de la taula de Referents de Salut Jove.

SALUT FAMILIAR I COMUNITÀRIA

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

El programa de **salut familiar i comunitària** neix amb el propòsit d'oferir a la ciutadania gironina un seguit d'accions i espais **informatius i formatius que orientin, assessorin i acompanyin a la població adulta de la ciutat.**

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.

El treball familiar i comunitari es fonamenta en quatre pilars:

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

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 2022 han consultat **13 famílies**, que han representat un total de 25 visites.*

Espai d'Orientació Familiar	2019	2020	2021	2022
Total famílies ateses	25	13	17	13
Visites realitzades	32	30	30	25
Mitjana de visites	1-2	2-3	1-2	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 promociïn 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 2022 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, s'han dut a terme un total **3 tallers** on-line amb algunes de les famílies dels joves que han assistit als grups.
2. Participació en el projecte educatiu La Pissarra del Ter. Enguany s'han realitzat 2 tallers:
 - o Taller sobre addiccions a pantalles. Va ser en format presencial i hi van assistir un total de **15 mares i pares**. La seva durada va ser de 2 hores.
 - o Taller sobre sexualitat. Aquest també va ser presencial i hi van assistir **10 famílies**.

3. Assessorament i supervisió de casos a professionals que treballen amb famílies

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

4. Accions comunitàries

Campanya equitat menstrual

La campanya per l'equitat menstrual és una iniciativa que iniciem el dia 28/5/2022, coincidint amb el dia internacional per la higiene menstrual, amb la pretensió de fomentar l'equitat menstrual i trencar els tabús sobre la menstruació. La seva finalitat és apropar a tota la ciutadania la informació sobre la menstruació i els diferents mètodes de recollida del flux menstrual, amb l'objectiu de prendre consciència sobre un cicle natural i evitar problemes com la desinformació, la desigualtat social i econòmica, l'infradiagnòstic de problemes de salut, la sobre medicalització o l'impacte mediambiental, així com l'impacte que té la menstruació i els mites i tabús generats al seu voltant en la salut física i emocional de les persones.

Sota el lema "**I tu, com la vius?**", s'han programat les següents accions:

- Realització de tallers formatius per usuàries i professionals amb la col·laboració del Centre de distribució d'aliment de Girona, Càritas, Serveis Socials de l'Ajuntament de Girona i els Espais Joves Municipals.
- Distribució de llibres i mètodes de recollida de la menstruació més sostenibles (copes, compreses de roba i protectors de roba) entre les persones que van participar en els tallers.
- Col·laboració amb el Banc d'aliments de Girona i el Centre de Distribució d'aliments de Girona amb la donació de mètodes de recollida de la menstruació d'un sol ús (472 lots) i reutilitzables (29 copes).
- Programació pel 2023 de tallers formatius amb associació de dones de la ciutat.
- Formació al jovent sobre la menstruació amb l'edició d'una píndola formativa, juntament amb la Unitat de Compromís social de la UdG, que compta amb 173 visualitzacions a través de YouTube, 286 a través de l'Instagram de la Unitat de Compromís Social de la UdG i 116 a través de l'Instagram del Centre Jove de Salut.
- Realització d'un Instagram Live sobre menstruació que va arribar a 173 persones.
- Actualització de la web del Centre Jove de Salut amb l'elaboració de l'apartat "Jo menstruo".
- Concurs a través d'Instagram per donar a conèixer els mètodes més sostenibles per a la recollida de la menstruació i fomentar-ne l'ús entre el jovent.
- Distribució de mètodes de recollida sostenibles (25 copes, 12 compreses de roba i 27 protectors de roba) des del Centre Jove de Salut i l'Espai Salut de la UdG.
- Rodes de premsa i publicació de notícies amb relació a la campanya.
- Assessorament individualitzat al jovent des dels espais del Centre Jove de Salut i a l'Espai Salut de la UdG amb relació a la menstruació i als mètodes de recollida .
- Identificació dels equipaments Municipals amb lavabos que permeten utilitzar la copa menstrual còmodament i elaboració d'un llistat i un adhesiu que els visualitzi.
- Repartiment dels adhesius i publicació del llistat , durant en el primer trimestre de 2023, a les webs de Promoció de la Salut de l'Ajuntament de Girona i del Centre Jove de Salut. (Pendent de comunicació)

Beca Joan Bruguera

La Fundació Joan Bruguera de Girona, per avançar en l'excel·lència en el camp de la recerca i la innovació mèdiques, convoca beques d'estudis per un import total de 12.000 euros, destinades a cursar estudis d'especialització i/o treballs d'investigació mèdiques preferentment a la Universitat de Montpeller. L'import de la beca l'atorga el Patronat Joan Bruguera, format pel Col·legi Oficial de Metges de Girona, l'Ajuntament de Girona i la Universitat de Girona).

En defecte de peticions dirigides a la Universitat de Montpeller, subsidiàriament es podran concedir beques per a cursar estudis d'especialització i/o treballs d'investigació a altres centres mèdics.

Les beques es concedeixen per una durada màxima cadascuna d'un any o curs acadèmic, amb possibilitat de demanar pròrroga per un curs o any addicional.

L'any 2022 s'han concedit un total de **dues beques**.

Parcs Urbans de Salut

El programa de Parcs Urbans de Salut i xarxes d'itineraris Saludables va néixer l'any 2010, com a estratègia per reduir el sedentarisme i Promoure l'exercici a la demarcació de Girona. Dipsalut va cedir al municipi de Girona alguns parcs de salut i es va dur a terme la seva instal·lació. Els equipaments, oberts les 24 hores i els 365 dies de l'any, faciliten la practica habitual d'activitat física moderada. Són propers, accessibles i gratuïts.

Des de llavors, i en col·laboració amb l'Ajuntament de Girona, Dipsalut organitza sessions d'activitat física en grup als Parcs Urbans de Vista-Alegre i Pont Major. Ho fa amb un doble propòsit: per una banda, disminuir el sedentarisme i l'obesitat; per l'altra, proporcionar oportunitats d'interacció social i d'adquisició d'altres hàbits de vida saludables.

Durant l'any 2022 s'ha arribat a **31 persones** usuàries, concretament 18 al parc urbà de Vista Alegre i 13 al del Pont Major.

Programa "Girona, territori cardioprotegit"

El programa ha suposat la implementació d'una xarxa de desfibril·ladors al municipi de Girona. Es tracta d'aparells automàtics, d'accés lliure, situats al carrer i altres espais públics, com façanes d'edificis municipals. També se n'ha cedit als cossos policials i equips d'emergències, que els duen dins els seus vehicles. Paral·lelament es duen a terme nombroses accions divulgatives com cursos, xerrades o tallers.

L'objectiu del programa és facilitar una ràpida intervenció en els casos d'aturada cardíaca extra hospitalària. Amb aquesta iniciativa, s'aspira a reduir entre un 25 i un 30% la mortalitat per aquesta causa.

Durant el 2022 s'han sol·licitat tres nous desfibril·ladors per a la ciutat de Girona i n'ha estat concedit un, que finalment serà ubicat a l'exterior de l'equipament cultural de La Mercè.

El desfibril·lador ubicat al sector Est de la ciutat ha estat malmès donat que uns joves, segons es veu a les càmeres de seguretat, han jugat a futbol amb l'aparell i ha quedat destrossat, sense possibilitat de reparació. Donat que fa aproximadament un any ja es va substituir aquest aparell per un altre per robatori, s'ha decidit no posar-ne cap altre de nou a la via pública. Per no deixar el sector desprotegit l'Ajuntament ha comprat un desfibril·lador portàtil per l'equipament esportiu de la zona. També s'ha procedit a desmuntar la columna exterior que hi havia.

Per altra banda i en motiu de la Marató de TV3 que aquest any ha tractat les patologies cardiovasculars, el diumenge 18 de desembre de 9 a 13 hores, a l'exterior del Pavelló Municipal Girona-Fontajau, s'han dit a terme un seguit de tallers oberts a tota la ciutadania per aprendre a utilitzar els desfibril·ladors. Les persones que ho desitgin també podran calcular el seu risc coronari, en una acció que es fa en col·laboració amb les entitats Corfi i GICOR i amb la Universitat de Girona.

Web Promoció de la Salut

Enguany s'ha fet una revisió de la pàgina web de Promoció de la Salut. S'han corregit algunes errades i ampliat alguns apartats i informacions. De la mateixa manera, se n'han suprimit continguts que havien quedat obsolets.

També s'ha creat un nou apartat dins l'espai web, referent als *Espais Lliures de Fum*. S'hi inclou una consulta on-line per escollir quins espais oberts d'ús públic es podrien transformar en *Espais Lliures de Fum* a Girona. La finalitat és la de convidar a les persones consumidores de tabac a

no fumar en aquests espais. Posem en marxa aquesta consulta dins de la campanya del 31 de maig, Dia Mundial Sense Tabac 2023. Es tracta també de conscienciar sobre els efectes nocius que el tabac té sobre la salut, no només de les persones fumadores, sinó també de les persones que no ho són, però que respiren l'aire contaminat pel fum del tabac. Arran d'aquesta enquesta, el número de visites de la pàgina web s'ha incrementat durant el darrer trimestre de l'any.

D'altra banda, s'ha procedit al tancament de la pàgina del coronavirus SARS-Cov-2, després de mesos de baixa activitat, arran de la superació de la crisi provocada per la covid.

Atencions on-line	2022
Número d'entrades a la web PS	1.449
Número de pàgines consultades PS	3.058
Numero d'entrades al web Coronavirus	1.538
Número pàgines consultades Coronavirus	2.553

Programa Natura i Salut

El GiroNat és un projecte finançat per fons Europeus Next Generation a través de la Fundació Biodiversidad i està liderat per l'Ajuntament de Girona. El projecte té com a objectiu impulsar la biodiversitat i infraestructura ecològica per portar la ciutat cap a la renaturalització urbana, transformant Girona en una ciutat més verda, resiliència i saludable. Per aconseguir aquesta fita, es planificarà i implementarà una Estratègia Integral de Renaturalització, una prioritització i subseqüent gestió de l'estructura verda i blava de la ciutat, es posarà èmfasi a la salut preventiva basada en la naturalesa, al igual que una dinamització social per incentivar l'economia i finalment, s'apostarà per la innovació i governança compartida.

Per emfatitzar la relació entre la salut i natura, es vol crear un programa d'activitats basades en la natura de la ciutat. S'han identificat cinc col·lectius amb els que poder treballar i fer arribar el projecte. Aquests col·lectius són els metges, l'equip d'infermeria, els pacients, el personal administratiu i el personal sanitari dels centres de salut amb els que col·laborarem. Implicant a aquests cinc col·lectius, volem fer el projecte més transversal i que pugui tenir impacte a un col·lectiu més ampli de la ciutadania de Girona. A més d'incloure aquest col·lectius, volem obrir el projecte a tots els centres de salut i similars que puguin estar interessats en el projecte. Inicialment només volíem comptar amb 4 centr.es de salut, però creiem enriquirà molt el projecte poder treballar amb un nombre més elevat de centres, i hi haurà més garanties de tenir una participació més alta a l'hora d'organitzar les activitats.

És a través d'aquests centres de salut que es vol arribar als cinc col·lectius identificats. El programa d'activitats a dissenyar és per realitzar activitats setmanals que potenciïn la salut dels participants i el valoritzin la natura a diferents àrees (re)naturalitzades de la ciutat de Girona. El programa de les activitats del projecte del GiroNat, s'enmarca en la Taula de Salut i Natura de Catalunya, de la qual en forma part el Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya.

Durant l'any 2022 hem fet dues reunions de coordinació amb els diferents agents participants amb la finalitat de poder explicar millor el projecte i que tothom pugui donar la seva opinió abans de presentar-ho als seus equips de treball. La idea és a principis d'any aproximadament, fer una reunió de treball amb els actors claus d'aquests centres de salut per co-crear les activitats.

Aquest projecte està directament relacionat amb el programa de prescripció social.

Programa prescripció social

La prescripció social és un mecanisme a través del qual un professional de la salut i un pacient identifiquen junts activitats de la comunitat per millorar la seva salut i el seu benestar. Es tracta d'oferir alternatives a la medicalització dels malestars de la vida quotidiana a persones amb limitat benefici de la medicina tradicional i que perceben manca de participació social o sentiment de solitud o estan en risc d'aïllament social.

Molts professionals, sobretot treballadors socials, ja utilitzen la prescripció social per a pacients de manera espontània; però el programa "Prescripció social i salut" (PSS) pretén dotar a qualsevol professional de l'atenció primària d'eines per facilitar la prescripció social, sempre que estigui indicat que pot beneficiar el pacient de manera sistemàtica i avaluada. Per tal de desenvolupar la prescripció social, la Sub-direcció General de Drogodependències ofereix formació a persones que seran referents en prescripció social a l'equip d'atenció primària.

El programa té com a objectiu disminuir el risc d'aïllament social dels pacients, millorar-ne la salut mental positiva i la qualitat de vida mitjançant la participació en activitats del seu entorn local.

Aquest projecte després d'un temps parat ha tornat a eixir i durant l'any 2022 s'han fet 4 reunions de treball liderades per l'agència de salut pública i on hi ha participat personal de l'Ajuntament de Girona (salut i centres cívics) i les referents de benestar emocional (RBECS) de les Àrees Bàsiques de Salut.

En aquests moments cada àrea bàsica ha enfocat la prescripció social en funció dels recursos que hi ha en el seu territori.

Altres

Participació a les següents Taules i Consells:

- Consell d'Igualtat de Gènere
- Consell LGTBIQ+
- Participació a la Taula tècnica de prevenció MGF/MF.

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 2022 el treball de la salut mental i les conductes addictives s'ha enfocat en les següents 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.
- Pla Local d'Acció sobre Drogues i Addiccions
- Taula tècnica de benestar emocional sector Montilivi
- Projecte "CUIDEM-NOS" Santa Eugènia/ Can Gibert
- Perifèrics

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 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 2022 s'han fet tres reunions (la quarta prevista pel mes de desembre s'ha posposat pel mes de gener del 2023 per problemes personals), 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, Fundació APSAS, ATART, Activament, Fundació Salut Mental Catalunya, Entitat Suport, Col·legi Oficial de Psicòlegs, AFATRAC, Salut i escola i RBCS.

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

1. Presentació i incorporació a la Taula de Salut Mental de membres del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Girona, de l'entitat AFATRAC, del programa Salut i Escola i els Referents de Benestar Emocional Comunitaris (RBCS).

2. Presentació del projecte de La Foixarda i per part del grup ATRA del programa Let's Chat que es començarà a implementar a la ciutat de Girona.

<https://www.grupatra.org/es/servicio/programa-lets-chat/>

3. Es segueix treballant pel **benestar emocional d'adolescents i joves**, amb una finalitat preventiva i promotora de salut. Es presenten els primers resultats del programa de detecció, formació i intervenció en salut mental i emocional dut a terme en alguns dels centres públics d'ensenyament secundari de la ciutat de Girona, concretament amb les persones adolescents que cursen 2n d'ESO. Amb aquest projecte s'ha arribat a 5 centres públics d'ensenyament secundari de la ciutat i a un total aproximat de 475 alumnes. S'han realitzat un total de 22 sessions formatives per als diferents grups.

Informació recollida de les **sessions amb els alumnes**:

- Afirmen que actualment es senten pitjor que abans de la pandèmia.
- Els hi costa anar a cercar ajuda professional quan senten malestar emocional.
- Consideren que no hi ha bullying en el seu centre escolar malgrat reconèixer que es donen situacions d'assetjament.
- Manifesten usos abusius a les pantalles.
- Tenen a prop companys o companyes que han dut a terme conductes autolítiques.
- Manifesten sentir sovint tristesa, ràbia, por, ansietat, estrès.

Informació recollida dels **docents**:

- Necessitat de més formació en gestió emocional.
- Empitjorament de les persones joves que ja estaven malament abans de la pandèmia.
- Augment de persones adolescents i joves amb algun trastorn mental.

Punts febles detectats:

- Dificultats entre els i les adolescents i joves per identificar el malestar emocional
- Es segueix considerant tabú el malestar emocional i per tant això dificulta l'anar a cercar suport i ajuda.
- Falta d'accions preventives
- Serveis sanitaris col·lapsats amb llistes d'espera llargues.

Punts forts detectats:

- Molts serveis de suport en els diferents centres educatius.
- Bona xarxa d'equipaments en el territori (casals, centres cívics, biblioteques, espais esportius,...)
- Presència de diferents professionals de l'àmbit de la salut emocional: Centre Jove de Salut, Psicòlegs de suport a primària, referents de benestar emocional.

Recomanacions:

- Accions preventives coordinades.
- Fomentar el treball en xarxa.
- Impulsar la participació de joves i famílies en les estratègies promotores de salut.
- Creació i consolidació de serveis preventius com el centre jove de salut.
- Formació dels equips docents en l'àmbit emocional.
- Continuar i reforçar l'educació emocional en els centres educatius.

Els centres educatius valoren positivament l'experiència i el treball del formador però opinen que la repercussió d'un taller d'una hora i mitja no es suficient per poder observar canvis entre l'alumnat. Els alumnes que hi ha participat han valorat satisfactòriament l'experiència.

Els equips docents valoren com a útil l'experiència i afirmen que els hi manquen recursos per atendre les moltes demandes que arriben a les orientadores pedagògiques. També apunten la necessitat de treballar en la formació dels i les docents (suport psicològic al professorat) i treball de sensibilització i informació per a les famílies.

Això fa que la voluntat municipal sigui poder repetir la iniciativa en propers cursos.

4. S'ha fet efectiu el conveni de col·laboració entre l'Ajuntament de Girona i la UdG creant-se l'**Espai Salut**, 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. Durant l'any 2022 s'han atès a **30 joves** (en un total de **82 visites**). De cara a l'any 2023 s'ampliarà el conveni per poder prestar unes hores d'atenció emocional als la població universitària.
5. Es continuen oferint dos itineraris de recursos educatius relacionats directament amb la taula de salut mental: Itinerari de benestar emocional i Itinerari de prevenció de drogues i conductes addictives:

<https://web.girona.cat/caseta/recursoseducatius>

S'aprofita per obrir la porta a les diferents entitats i institucions que participen a la taula de salut mental a poder-se sumar en aquests itineraris en el cas que tinguin alguna activitat per oferir.

6. S'ha presentat a la Taula el Pla Local d'Acció sobre Drogues i Addiccions de Girona 2022-26. Aquest pla és resultat del treball de la Taula Tècnica d'Addiccions de la que alguns membres de la Taula de Salut Mental en formen part. Pretén ser un marc de referència local per abordar de forma transversal el tema de les addiccions. Dins les accions prioritàries a desenvolupar hi ha la d'engegar una campanya de sensibilització partint de la idea de l'equilibri entre els plaers i els riscos del consum a través de simbologia gironina. Es presenta una primera proposta a la taula on es recullen diferents opinions i suggeriments.
7. La proposta formativa per a professionals que s'ha dut a terme ha estat "L'acompanyament emocional del joves en la seva sexualitat". Hi han participat 36 persones i ha anat a càrrec de Jordi Baroja, director del CJAS (Centre jove d'atenció a les sexualitats).
8. Dia de la Salut Mental. El lema de la jornada d'enguany és: Salut i benestar per a tothom. Feu que sigui una prioritat global. La campanya consta d'un programa divulgatiu i de sensibilització ciutadana que recull una trentena de propostes dels professionals, persones usuàries de diferents serveis de salut i socials, i entitats de la demarcació de Girona entorn la lema proposat.

La imatge de campanya d'aquest any pren l'acció per essència de la reivindicació social —la protesta— com a element nuclear, protagonitzada pels diferents col·lectius socials i demandes globals, utilitzant així la plàstica per comunicar el lema: “salut i benestar (pancartes) per a tothom (col·lectius/igualtat en drets). Feu (protesta) una prioritat global (diversitat de persones/món/àmbits)”. El filtre cromàtic atorga homogeneïtat a totes les persones i simbolitza la igualtat.

Una de les novetats d'enguany és la participació de la cap de Polítiques, Legislació i Drets Humans en Salut Mental i Abús de Substàncies de l'Organització Mundial de la Salut (OMS), Michelle Funk, en el tradicional acte de lectura del manifest, elaborat per persones usuàries de l'associació de familiars, la Fundació Drissa, l'IAS, i acompanyades per Support-Girona. La lectura, que serà oberta al públic, tindrà lloc el dijous 6 d'octubre, al Pati de les Magnòlies de l'edifici de la Generalitat de Catalunya a Girona, a les 13.00 hores

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.

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 2022 s'ha atès a **3 menors i a les seves famílies**. Això representa un total de 18 intervencions; sense tenir en compte als nois/es que han decidit seguir fent sessions un cop finalitzat el programa. Tots els casos han obtingut el resultat d'apte a efectes de redimir la sanció.

3. Taula Tècnica d'Addiccions

Durant el 2022 s'ha continuat amb el treball que es va iniciar el passat 2019, amb l'objectiu d'anar avançant en l'aplicació del pla local d'addiccions de Girona.

Durant el **2022 s'han dut a terme les següents tasques:**

- 1r trimestre. Presentació del Pla Local d'Acció sobre Drogues i Addiccions de Girona 2022 – 2026, en roda de premsa. Priorització d'accions. Reunió de coordinació amb la comissió tècnica d'addiccions.
- 2n trimestre. Inici treball de prospecció a Girona Est. Reunions comunitàries de coordinació amb Subdirecció General de Drogodependències, CAS, CJS, SBAS... Inici disseny campanya preventiva. Proposta de millora al programa: “Com es troba?” adreçat a gent gran.

- 3r trimestre. Realització d'entrevistes a professionals i usuaris/es per la prospecció a Girona Est. Seguiment disseny campanya preventiva. Inici confecció de la cartera de serveis d'addiccions del municipi. Reunió de coordinació amb la comissió tècnica d'addiccions.
- 4rt trimestre. Prospecció al terreny a Girona Est (liderat pel CAS). Reunió de coordinació amb la comissió tècnica d'addiccions, en què es comparteixen els primers dissenys de la campanya preventiva, entre altres novetats. Finalització i publicació de la cartera de serveis. Inici disseny mapa interactiu amb l'ajut de la UMAT.

4. Pla Local d'Acció sobre Drogues i Addiccions

Aquest 2022, com s'avançava al punt anterior, s'ha presentat el Pla Local d'Acció sobre Drogues i Addiccions 2022-2026 de la ciutat de Girona. Es tracta del resultat d'un procés participatiu i transversal, i pretén ser un document marc i una eina a l'abast de tothom per afrontar la problemàtica de les drogues i addiccions a la ciutat.

És un pla que prioritza, ordena i planifica les accions en l'àmbit dels consums i addiccions al municipi. El seu objectiu és, doncs, proporcionar a la ciutadania de Girona les habilitats, eines, recursos i estratègies necessàries per prevenir i minimitzar les addiccions, així com per reduir i abordar els danys que se'n deriven.

El Pla local d'acció sobre drogues i addiccions s'articula en quatre eixos o línies estratègiques de treball:

- Promoció de la salut i prevenció de les addiccions.
- Assistència a agents implicats/des.
- Normalització: acabar amb l'estigma.
- Perspectiva comunitària.

Les accions que s'han prioritzat durant aquest primer any han sigut les següents:

- Creació d'una cartera de serveis vinculats a les addiccions a la ciutat de Girona, així com d'un mapa interactiu amb aquests recursos.
- Creació d'una campanya preventiva sobre consums (drogues i pantalles) adreçada a diferents col·lectius de la ciutat.
- Treball als barris: prospecció a Girona Est sobre consums a la via pública, per valorar la idoneïtat o no d'una sala de consums.
- Millora dels indicadors de salut del programa "Com es troba?" adreçat a gent gran, per valorar-ne també possibles consums.

5. Taula de Benestar Emocional al sector de Montilivi

Enguany s'ha iniciat també una Taula Tècnica de Benestar Emocional al sector de Montilivi, des d'on se sumen esforços de diversos organismes locals que treballen aquesta temàtica al barri. Entre aquests organismes, hi som la secció de Promoció de la Salut de l'Ajuntament.

Durant el darrer trimestre del 2022 hem realitzat **3 reunions** de coordinació per començar a impulsar accions de seguiment al territori. Una de les propostes ha sigut passar una enquesta de salut i benestar al barri, per veure quines necessitats hi ha i començar a preparar accions comunitàries més concretes. S'ha dissenyat i implementat.

6. Projecte "CUIDEM-NOS" Santa Eugènia / Can Gibert del Pla

Aquest 2022 també hem iniciat la confecció del projecte "Cuidem-nos Santa Eugènia i Can Gibert del Pla". Es tracta d'una intervenció a nivell comunitari entre la Secció de Promoció de la Salut, els Serveis Bàsics d'Atenció Social de la zona i el CAP de Can Gibert del Pla (RBEC). L'objectiu de la intervenció és promoure i garantir la salut emocional dels i les adolescents del barri, concretament a 6è de primària (Escola Montfalgars) i a 1r d'ESO (Institut Santa Eugènia).

Amb aquesta finalitat, diferents professionals dels esmentats serveis s'han trobat en reunions de coordinació al llarg del segon semestre de l'any, per tal de confeccionar i definir aquest projecte. S'han realitzat un total de **6 reunions** de 2h cadascuna (fase d'anàlisi i disseny). En l'anàlisi s'han passat enquestes de salut emocional als infants de 6è de primària de l'Escola Montfalgars i als adolescents de 1r d'ESO de l'Institut Santa Eugènia. Això ha permès la creació de grups diana, amb els quals també s'intervindrà a les seves famílies des dels SBAS. A partir d'aquí, s'ha prosseguit amb el disseny de la intervenció, de forma co-participada amb adolescents més grans de l'institut, qui també seran presents a l'aula durant la implementació.

Professionals del Centre Jove de Salut realitzaran, a partir del 2023, la intervenció amb els infants de l'escola, mentre que la RBEC de Can Gibert conduirà la intervenció amb els adolescents a l'institut. En tots dos casos es comptarà amb la presència i l'ajut dels adolescents més grans (14-17 anys).

7. Xarxa Perifèrics

La Xarxa Perifèrics és una xarxa d'ens locals i entitats que treballen per a la promoció de la salut i concretament per la prevenció en l'àmbit de les drogues i addiccions, que es reuneix periòdicament des de l'any 2001, per compartir experiències i esforços, i reflexionar davant aspectes nous de la realitat de les drogues i els patrons de consum.

Els objectius de la Xarxa perifèrics són:

- Reflexionar i participar activament en la definició de les bases per a un model d'intervenció comunitària d'àmbit local en matèria de drogues a Catalunya.
- Compartir elements tècnics (programes, propostes, metodologies i estratègies) en matèria de prevenció i promoció de la salut.
- Impulsar iniciatives d'intervenció i accions comunes: compartir experiències i recursos per al desenvolupament de les intervencions necessàries en matèria de prevenció a l'àmbit de les drogues en els diferents punts del territori.
- Impulsar iniciatives que afavoreixin la sostenibilitat dels programes de prevenció a l'àmbit de les drogues: clarificació de competències de les diferents administracions i de les fonts de finançament.

Durant l'any 2022 s'han fet dues jornades de treball telemàtiques de la plataforma Perifèrics, de tècniques de prevenció en consums drogues i addiccions. Enguany s'ha treballat especialment les temàtiques i recursos relacionals amb la prevenció del consum d'alcohol, els mals usos de les tecnologies de la informació, relacions i comunicació i la prevenció ambiental. L'any vinent està previst que es reprenguin les trobades presencials i un canvi de seu.

8. Altres

- Reunió amb el Col·legi Oficial de Psicòlegs

- Reunió amb l'UMAT per poder realitzar un mapa interactiu del recursos que hi ha a la ciutat de Girona en rema addiccions i treballar dades de salut de la ciutat per tal que hi constin a l'observatori de la ciutat.
- Reunió de coordinació amb professionals del Projecte Mas Ferriol