



## PROGRAMA HÀBITS SALUDABLES

### Presentació

El desenvolupament de la persona, és un procés continu i dinàmic obert a intervencions educatives en cada etapa per tal de fomentar i assolir els hàbits de vida que millorin i preservin la nostra salut.

Per aquest motiu, l'Ajuntament coordina un conjunt d'actuacions de promoció de la salut en àmbits com l'alimentació, la higiene bucodental, l'activitat física i l'autoprotecció que es desenvolupen en el Programa Hàbits Saludables.

### La nostra missió

Promoure hàbits saludables i d'autonomia personal entre la població.

### Serveis que prestem

- Tallers d'Alimentació Saludable
- Tallers Cuina sense pares (Diputació de Barcelona)
- Programa "Tomando Conciencia Schools" (Fundació Tomando Conciencia)
- Dinamització Exposició "Cuida't les Dents" de la Diputació de Barcelona
- Distribució estoigs dentals del programa "Dents fortes i sanes" de l'Agència de Salut Pública de Catalunya
- Col·laboració en la caminada "Cardiowalk L'Hospitalet 2022"
- Tallers d'autoprotecció i suport vital bàsic (Diputació de Barcelona)

### Per a qui els fem

Població del municipi.

### Els nostres compromisos

Taller d'Alimentació Saludable:

- Realitzar mínim d'1 taller anual d'Alimentació Saludable a tots els centres públics d'educació primària per alumnes del cicle superior.

Taller Cuina sense pares:

- Gestionar i coordinar la realització dels tallers concedits anualment per la Diputació de Barcelona i adreçats a adolescents d'entre 14 i 18 anys, que s'imparteixen en Espais joves de la ciutat.



#### **Programa “Tomando Conciencia Schools”**

- Gestionar i coordinar el desenvolupament en escoles de la ciutat del programa “Tomando Conciencia Schools” (Fundació Tomando Conciencia), adreçat a alumnes de cycle superior de primària. Consta de dotze lliçons setmanals que tracten temes d'alimentació, coneixement del cos, promoció de l'activitat física, gestió de les emocions, així com fomentar la inclusió social i els hàbits sostenibles.

#### **Exposició “Cuida't les Dents” de la Diputació de Barcelona**

- Dinamitzar l'exposició itinerant cedida per la Diputació de Barcelona i que fomenta la cura i la salut bucodental dels escolars.

#### **Programa “Dents fortes i sanes” de l'Agència de Salut Pública de Catalunya**

- Distribuir als alumnes de 1r de primària de tots els centres educatius de la ciutat dels estoigs dentals del programa “Dents fortes i sanes” de l'Agència de Salut Pública de Catalunya.

#### **Caminada Cardiowalk L'Hospitalet 2022**

- Col·laborar amb motiu del Dia Mundial del Cor, en la caminada d'uns 5 km que va estar organitzada pel Consorci Sanitari Integral, l'ICS i les ABS de Florida (nord i sud), Pubilla Cases, Collblanc i La Torrassa.

#### **Tallers d'Autoprotecció i suport vital bàsic de la Diputació de Barcelona**

- Gestionar i coordinar la realització dels tallers d'Autoprotecció concedits anualment per la Diputació de Barcelona i dirigits a l'alumnat de cycle superior de primària, de secundària i ciutadania sobre habilitats bàsiques per entendre i aplicar el concepte de prevenció i de l'autoprotecció.

#### **Contacte**

##### **Servei de Salut**

**Carrer Cobalt 57-59, 2a Planta**

**Tel. 93 403 29 18**

**Horari: Dilluns a divendres: 8:30-14 h**



### Tràmits i informació:

Presencialment o telefònicament a les oficines del Servei de Salut.

- Web municipal.
- Telèfon d'incidències de Convivència i Civisme 934029444
- Mitjançant Registre electrònic. On fer-ho:
  - Oficina d'Atenció Ciutadana
  - Regidoria Districte I
  - Regidoria Districte II
  - Regidoria Districte III
  - Regidoria Districte IV-V
  - Regidoria Districte VI
  - Regidoria Sanfeliu

### Compliment dels compromisos

#### Indicadors d'avaluació Tallers d'Alimentació Saludable

1. Realitzar mínim 1 taller anual d'Alimentació Saludable a tots els centres d'educació primària.

Període 2022	Tallers realitzats	Nombre d'alumnes	Nombre d'escoles total	Grau d'acompliment
Anual (alumnes de 5è primària)	En el 2022, aquest taller s'ha trobat en procés de remodelació de continguts i format i per tant no s'ha pogut realitzar cap taller.			

#### Indicadors d'avaluació Tallers Cuina sense pares

1. Gestionar i coordinar la realització dels tallers concedits anualment per la Diputació de Barcelona.

Període 2022	Tallers concedits	Tallers realitzats	Nombre de joves/adolescents	Grau d'acompliment
Anual	2	2	26	100%



### Programa "Tomando Conciencia Schools"

1. Gestionar i coordinar el desenvolupament en escoles de la ciutat del projecte Tomando Conciencia Schools (Fundació Tomando Conciencia)

Període 2022	Nombre d'escoles	Grups escolars	Nombre d'alumnes	Grau d'acompliment
Anual (alumnes 5è primària)	10	13	317	100%

### Exposició "Cuida't les Dents" de la Diputació de Barcelona

1. Dinamitzar l'exposició itinerant cedida per la Diputació de Barcelona i que fomenta la cura i la salut bucodental dels escolars.

Període 2022	Nombre d'escoles	Nombre Tallers dinamitzats	Total alumnes (1r i 2n primària)	Grau d'acompliment
Anual	8	20	509	100 %

### Programa "Dents fortes i sanes" de l'Agència de Salut Pública de Catalunya

1. Distribuir als alumnes de 1r de primària de tots els centres educatius de la ciutat dels estoigs dentals del programa "Dents fortes i sanes" de l'Agència de Salut Pública de Catalunya.

Període 2022	Escoles públiques	Estoigs dentals distribuïts	Escoles concertades i privades	Estoigs dentals distribuïts	Total estoigs dentals distribuïts	Grau acompliment
Anual ( 1r primària)	34	1381	24	922	2303	100%

### Col·laboració en la caminada "Cardiowalk L'Hospitalet 2022"

1. Col·laborar amb motiu del Dia Mundial del Cor, en la caminada d'uns 5 km que va estar organitzada pel Consorci Sanitari Integral, l'ICS i les ABS de Florida (nord i sud), Pubilla Cases, Collblanc i La Torrassa.



<b>Període 2022</b>	<b>Participants caminada Cardiowalk L'Hospitalet 2022</b>	<b>Grau d'acompliment</b>
<b>Anual</b>	<b>250</b>	<b>100%</b>

**Tallers d'autoprotecció i suport vital bàsic (Diputació de Barcelona)**

1. Gestionar i coordinar la realització dels tallers d'Autoprotecció concedits anualment per la Diputació de Barcelona i dirigits a l'alumnat de cycle superior de primària, de secundària i ciutadania sobre habilitats bàsiques per entendre i aplicar el concepte de prevenció i de l'autoprotecció.

<b>Període 2022</b>	<b>Escoles</b>	<b>Instituts</b>	<b>Ciutadania</b>	<b>Total</b>	<b>Grau d'acompliment</b>
<b>Nombre Tallers concedits</b>	<b>3</b>	<b>14</b>	<b>1</b>	<b>18</b>	<b>89%</b>
<b>Nombre Tallers realitzats</b>	<b>3</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>16</b>	
<b>Nombre Participants</b>	<b>78</b>	<b>357</b>	<b>15</b>	<b>450</b>	