

Taula de Salut Comunitària de Collblanc- la Torrassa_III Cicle "Gaudir millora la salut". Espais de trobades veïnals 2018/2019

Cicle d'activitats on la cultura i els hàbits saludables seran les eines per difondre el concepte de salut integral i generar espais de relacions, diàlegs i convivència. Així, es vol contribuir a la millora de la salut comunitària

Objectius:

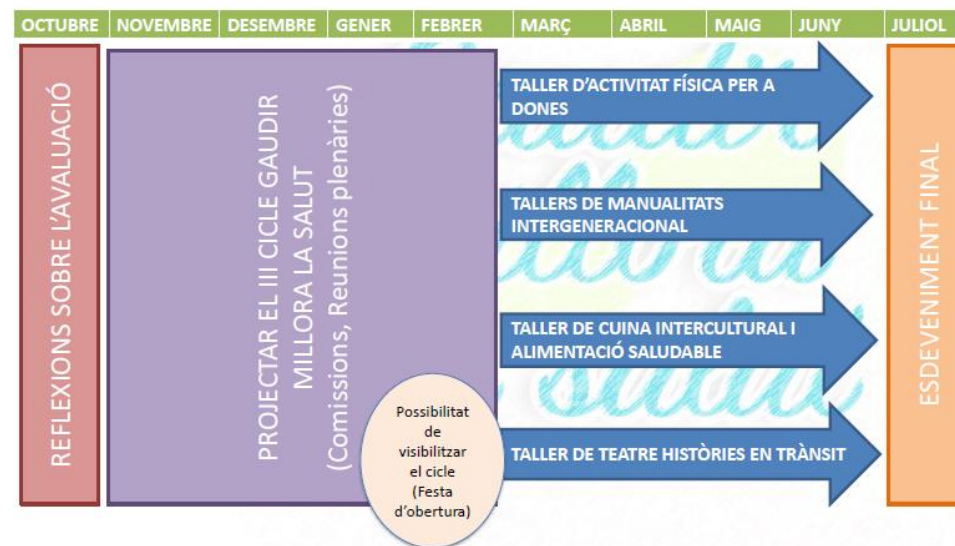
- ❖ Divulgar un concepte de salut integral.
- ❖ Crear espais de relació que afavoreixin el diàleg, el coneixement mutu i el reconeixement entre veïns i veïnes (incloent la diversitat cultural, de gènere, generacional, salut mental...).
- ❖ Fomentar la participació i la responsabilitat ciutadana vers la pròpia salut i la de la comunitat.
- ❖ Visualitzar els recursos que directa o indirectament contribueixen a la millora de la salut del districte.

Pautes o criteris:

- ❖ Incloure les diversitats del districte: cultural, religiosa, de gènere, de salut mental, generacional, funcional.
- ❖ Partir d'allò existent per donar-li visibilitat i "fer-lo créixer".
- ❖ Co-liderar les activitats del cicle sencer.
- ❖ Fomentar la participació de la ciutadania: disseny, desenvolupament i avaluació.
- ❖ Optimitzar les forces i autocuidar-nos.
- ❖ Difusió i comunicació per a que els recursos i la ciutadania puguin aprofitar la riquesa d'iniciatives que sorgeixen de la xarxa comunitària.

Estructura: De març a juny es desenvoluparan les iniciatives. Es prioritzen activitats amb continuïtat que facilitin la generació i l'enfortiment de relacions entre veïns/es. A més, es proposa celebrar un esdeveniment final que sigui l'espai on conflueixin totes les iniciatives.

Proposta de cronograma (provisional)



COMISSIONS DE TREBALL

TEATRE	ACTIVITAT FÍSICA	MANUALITATS	ALIMENTACIÓ
--------	------------------	-------------	-------------

ACTIVITATS	DESTINATARIS	OBJECTIU	QUI HO IMPULSA?
Taller teatral de "Històries en trànsit"	Adults	Sensibilitzar sobre l'ús del teatre com a eina de relació, expressió, cohesió i benestar. Recrear una història d'interès per a la comunitat amb un format de petita peça escènica participativa amb el públic.	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Ciudadans/es participants a la 1a i 2a edició d'Històries en Trànsit</u>: disseny i difusió del taller. • <u>Plàudite Teatre – Espai d'Arts Escèniques</u>: disseny, difusió i dinamització teatral del taller. • <u>Associació Grup de Teatre Imagina i Servei de Rehabilitació Comunitària Santa Eulàlia</u>: disseny, participació i difusió del taller. • <u>Biblioteca Josep Janés</u>: cessió d'espai i difusió del taller. • <u>Servei de Mediació Comunitària</u>: facilitació espais de diàleg.
Activitat física per a dones	Dones	Generar un espai setmanal de cura i benestar psicofísic. Combinar d'exercici físic amb càpsules temàtiques sobre hàbits saludables. Afavorir un espai de relació, coneixement mutu entre dones.	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Regidoria d'Esports</u>: Dinamització del taller. • <u>INEFC</u>: Facilitació de la persona dinamitzadora. • <u>Paidós l'Hospitalet</u>: disseny, execució i difusió del taller. • <u>ABS Torrossa</u>: disseny, execució i difusió del taller. • <u>Servei de Rehabilitació Benito Menni</u>: disseny, execució i difusió del taller. • <u>Consorci Sanitari Integral</u>: difusió del taller. • <u>Centre Islàmic Camí de la Pau</u>: difusió del taller.
Taller de manualitats com a espai d'intercanvi de coneixements	Intergeneracional (infants + joves + adults + gent gran)	Proporcionar un espai d'aprenentatge mutu i de relació intergeneracional. Promoure la lectura i estimular la creativitat i el benestar (manualitats lligat amb la lectura com a forma de relaxament).	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Amics de la Gent Gran</u>: disseny, dinamització, participació i difusió del taller. • <u>Espai de Suport Mémora</u>: disseny, dinamització, participació i difusió del taller. Compra de material.

			<ul style="list-style-type: none"> • <u>Oci al Barri, Casal Diari i Esplai Grup Itaca els Vents de A. E. Itaca</u>: disseny, dinamització, participació i difusió. • <u>Biblioteca Josep Janés</u>: disseny, dinamització, participació, cessió d'espai i difusió del taller. • <u>Unitat de Salut Mental de L'Hospitalet</u>: disseny, dinamització, participació i difusió. • <u>Servei de Rehabilitació Benito Menni</u>: disseny, dinamització, participació i difusió. • <u>Programa d'Acompanyament Educatiu a les Famílies</u>: disseny, dinamització, participació i difusió. • <u>Ajuntament de L'Hospitalet</u>: cessió d'espai públic.
<p>Taller de cuina intercultural i alimentació saludable /Projecte Food Relations</p>	<p>Famílies</p>	<p>Afavorir un espai intercultural d'intercanvi de coneixements i relació a través de la cuina. Capacitar sobre l'alimentació saludable i econòmica. Enfortir la participació de la ciutadania més implicada donant passos cap a la seva capacitat com "agents promotors de salut".</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Ciutadans/es participants del taller d'alimentació del 1r i 2n Cicle de Gaudir Millora la Salut</u>: Disseny, participació i difusió dels tallers. • <u>ABD - Comunitat Activa</u>: disseny, dinamització i difusió dels tallers. • <u>ABS de Collblanc</u>: disseny, dinamització i difusió dels tallers. • <u>Projecte Paidós</u>: disseny, dinamització i difusió dels tallers. • <u>Espai Familiar de A. E. Itaca</u>: disseny, dinamització i difusió dels tallers. • <u>Fundació Akwaba</u>: difusió dels tallers.