

# 16 de març de 2023



## inscripció

Activitat **gratuïta**  
Inscripció a  
<https://bit.ly/jornada-bea>

## canguratge

Per la tarda es podrà disposar del servei.  
S'ha de demanar amb la inscripció.

## lloc i horari

La Ciba  
[Passeig de Llorenç Serra, 64](#)

Matí de 9.30 a 13.00 h  
Tarda de 17.00 a 19.30 h

L'objectiu de la Jornada és presentar els primers resultats i propostes de diferents programes relacionats amb el benestar emocional i les addiccions que es duen a terme des de l'Ajuntament i a més, presentar la campanya de sensibilització i prevenció sobre l'ús i abús de les pantalles tant a famílies com a professionals, projecte comunitari en col·laboració amb el CSMIJ i Bressolgramenet.

# 1a jornada Benestar emocional i addiccions de Santa Coloma de Gramenet

# REA jornada

Amb el suport





### **Claus per garantir el benestar emocional des de la proximitat**

En el Ple Municipal del passat mes de gener vam aprovar el Pla Local de Salut de Santa Coloma de Gramenet, amb l'horitzó 2023-2028, un document on queda palès que la salut mental i les addiccions és una de les preocupacions principals de la ciutadania, darrere dels serveis sanitaris i de l'alimentació.

D'altra banda, quan hem preguntat als colomencs i les colomenques sobre el tipus de consums de risc més preocupants, en segon lloc, apareixen l'ús abusiu d'entreteniment amb pantalles –gairebé en igual percentatge que el consum d'alcohol, que ocupa el tercer lloc, i darrere del consum d'altres substàncies addictives. Aquestes inquietuds de la ciutadania cal analitzar-les tenint en compte el context actual i d'on partim.

En el que portem de segle, ja hem viscut dues crisis econòmiques i socials que han incidit en la salut física i emocional de les persones. Tot i que aquests contextos han afectat, en un grau o altre, a tota la població, fan que especialment els col·lectius i persones més vulnerables les pateixin amb més intensitat.

Després de la pandèmia per la COVID-19, hem hagut d'aprendre a relacionar-nos de nou, en un context marcat pel confinament, la incertesa, la por, la frustració i sovint les pèrdues d'éssers estimats. Per tant, n'hi ha hagut un abans i un després per a totes i tots nosaltres.

És un fet que la salut mental i el benestar emocional estan vinculats a com ens sentim, pensem i actuem cada dia. La salut mental és el fonament principal del benestar i determina el funcionament individual i col·lectiu. O, dit d'una altra manera, tenir un bon estat de salut implica tenir una bona salut mental. Per tant, des de les administracions públiques hem de saber posar el focus i fer prevenció i atenció des de la proximitat. Amb aquesta '1a Jornada de Benestar emocional o addiccions' farem anàlisi i abordarem els reptes als quals ens enfrontem per a garantir aquest necessari benestar emocional de tota la ciutadania.

Núria Parlon Gil  
Alcaldessa de Santa Coloma de Gramenet

## matí

- 9.30** Benvinguda per Núria Parlon, Alcaldessa.
- 9.40** Conferència **L'impacte dels entorns digitals en la infància i adolescència** per Jordi Bernabeu, psicòleg de la Fund. Althaia -Hosp. Sant Joan de Déu, Manresa- i professor de la Univ. de Vic.
- 10.40** **Taula d'experiències**
- **Programa Emociona't** per Carme Borreguero -cap de Servei de Salut pública i Atenció als consumidors i Esmeralda Garcia -cap de Servei d'Educació, Infància i Joventut.
  - **Propostes de prevenció envers els e-jocs i els jocs d'apostes** per Carme Borreguero -cap de Servei de Salut pública i Atenció als consumidors.
  - **Teatre educatiu Pq no contestes?** per Ass. EdPAC. Modera Montse Martínez, tècnica del servei d'Educació, Infància i Joventut.
- 11.30** Pausa cafè
- 12.00** **Campanya de prevenció davant l'ús abusiu de les pantalles de 0-3 anys; què esperem dels i de les professionals?** per Còmic Sedó -tècnic del Servei de Salut pública de l'Ajuntament, Eulàlia Sayrach -sotsdirectora del Centre de Salut mental infantil i juvenil (CSMIJ)- i Marta González -pedagoga de Bressolgramenet.

## tarda

- 17.00** Benvinguda i resum del matí per Núria Parlon, Alcaldessa.
- 17.10** Conferència **No li puc treure el mòbil! El xumet digital al S XXI; què ens cal saber?** per Dominica Díez, psicòloga clínica responsable de la Unitat d'Addiccions comportamentals de la Fund. Althaia i professora de les Univ. de Vic i Barcelona.
- 18.10** Mostra de **teatre educatiu Estàs pantallat?** per Ass. Educació per a l'Acció Crítica (EdPAC).
- 18.50** **Campanya de prevenció davant l'ús abusiu de les pantalles de 0-3 anys; com les famílies i les entitats ens podem implicar?** per Còmic Sedó -Salut pública-, Eulàlia Sayrach -CSMIJ- i Marta González -Bressolgramenet.
- 19.30** Clausura