

10 OCTUBRE

Dia Mundial de la Salut Mental

La ciutat de Girona acollirà el dissabte 7 d'octubre la Festa Gran amb el lema "Salut Mental a la comunitat i a la feina".

Montornès s'adhereix a la diada fent difusió de la Festa Gran als mitjans de comunicació locals.

Per a més informació:

<http://www.salutmental.org>

19 > 22 OCTUBRE

Dia Mundial contra el Càncer de mama

Programa d'activitats per sensibilitzar d'una malaltia que afecta principalment les dones. El diumenge 22, Dones per la Igualtat de Montornès organitza una caminada i botifarrada popular amb concentració de participants a la pl. de Pau Picasso.

20 OCTUBRE

VII Jornada de Salut Jove: Imatge, cos i trastorns alimentaris

De 9.30 a 14 h

a l'Espai Cultural Montbarri

Organitzada per la Taula de Salut Jove Comarcal és una jornada temàtica que parla de diferents aspectes vinculats als hàbits de salut de la gent jove. *Inscripcions a* www.vallesoriental.cat

A L'OCTUBRE

Campanya Entorn sense Fum

Nova fase de la campanya amb la incorporació de més equipaments municipals de Montornès al catàleg d'espais públics lliures de fum.



OCT
10

DIA MUNDIAL
DE LA SALUT MENTAL

OCT
19

DIA MUNDIAL CONTRA
EL CÀNCER DE MAMA



NOV
20

NOV
20

NOV
24

IV SETMANA DE
SENSIBILITZACIÓ SOBRE
ELS RISCOS DEL CONSUM D'ALCOHOL.

NOV
19

DIA INTERNACIONAL
DE LA SALUT DE L'HOME

DIA MUNDIAL DE LA
LLUITA CONTRA LA SIDA



NOV
25

TALLA AMB ELS
MALS ROTLLOS

LA MARATÓ DE TV3:
LES MALALTIES INFECCIOSES

DES
17

19 NOVENBRE

Dia Internacional de la Salut de l'Home

A partir de les 10 h l'Associació de Dones per la Igualtat de Montornès organitza una caminada i botifarrada popular per commemorar la diada. Concentració de participants a la pl. de Pau Picasso.

20 > 24 NOVENBRE

IV Setmana de sensibilització sobre els riscos del consum d'alcohol

La Subdirecció General de Drogodependències de l'Agència de Salut Pública de Catalunya proposa als municipis sumar-se a la campanya europea "Alcohol és càncer". Amb aquest motiu Montornès ha programat activitats adreçades a la ciutadania i a la població escolar de secundària i postobligatori. *Per a més informació:* www.awarh.eu

25 NOV > 1 DES

Talla amb els mals rotllos

Campanya per celebrar el 25 de novembre, Dia Internacional de la lluita contra la violència envers les dones. Als intitut de Montornès i altres espais públics. A càrrec del servei PIDCES.

1 DESEMBRE

Dia Mundial de la lluita contra la SIDA

Campanya informativa per prevenir les infeccions de transmissió sexual i del VIH.

AL DESEMBRE

Campanya de recapte de sang

Un dimecres al trimestre de 16.30 a 20.30 h a la Biblioteca de Montornès.

Projecte d'Aprenentatge Servei en el qual l'alumnat de 4t d'ESO de l'institut Marta Mata s'encarrega de dissenyar la campanya amb el suport del Banc de Sang i Teixits.

17 DESEMBRE

26a edició de La Marató de TV3: les malalties infeccioses

Durant els dies previs les associacions i equipaments de Montornès se sumen a la campanya organitzant activitats solidàries amb la causa.

CURSOS

OCTUBRE

Taller de creixement personal a través del teatre "Espai Dona"

Espai per aprendre a desenvolupar les capacitats expressives i de relació interpersonal en un ambient distès i agradable.

Els dimarts de 15 a 16.30 h a partir del 17 d'octubre.

10 sessions amb places limitades.

A càrrec de la Sara Pujadó de l'Aula Municipal de Teatre

Inscripcions gratuïtes al telèfon 935688127 o a igualtat@montornes.cat

NOVEMBRE

Curs de Reiki Nivell I

A càrrec de la terapeuta Isabel Defez, presidenta de l'Associació de terapeutes de Reiki a Catalunya.

Tècnica mil·lenària d'arrels japoneses basada en la canalització de l'energia universal per ajudar a harmonitzar l'equilibri emocional, físic i mental de les persones.

El curs consta de 15 hores dividides en 5 sessions de 3 hores més una 6a sessió de revisió dels conceptes aplicats.

Els dimarts de 9.30 a 12.30 h a partir del 7 de novembre al Casal de Cultura.

Preu del curs: 20€.

Material a banda.

Inscripcions al Departament de Promoció de la Salut. promosalut@montornes.cat

Telèfon 935721170 (Àrea de Ciutadania)

Places limitades

SERVEIS

SADIP: Servei d'Assessorament en el consum de Drogues i Pantalles de la Mancomunitat del Galzeran

Atén, orienta, assessora i fa seguiment d'aquelles qüestions relacionades amb el consum de drogues, l'ús de pantalles (dispositius mòbils, portàtils, videojocs ...) i les seves problemàtiques associades.

Cal concretar cita prèvia al telèfon 935721170 de dilluns a divendres de 9 a 14 h o al correu electrònic promosalut@montornes.cat

Els dijous al Centre d'Atenció Comunitària

CRÍTIC, Pla de prevenció en el consum de Drogues i Pantalles, 2017-2020

Pla mancomunitat que consta d'un programa de treball per prevenir i intervenir en situacions de consum.

Aquest pla dona continuïtat al pla local de drogues PEPA

Salut Escolar

Programa anual de revisió bucodental i calendari de vacunes per a l'alumnat de primària i secundària matriculat als centres educatius de Montornès. A càrrec del CAP

Salut i Escola

Espai de consulta als Instituts de Secundària de Montornès sobre qüestions de salut que l'alumnat planteja a les professionals de salut del CAP. *Un cop per setmana a cada institut*

Salut Jove

Conjunt d'actuacions en matèria d'hàbits saludables destinada als centres educatius del municipi i altres equipaments públics. Durant aquest trimestre es faran tallers d'autoprotecció i primers auxilis, d'higiene postural i de salut alimentària. *Amb el suport del Servei de Salut Pública de la Diputació de Barcelona.*

Per a més informació:

*Departament de Promoció de la Salut de l'Ajuntament de Montornès del Vallès
promosalut@montornes.cat / Telèfon 935721170 / www.montornes.cat*



Ajuntament de
Montornès del Vallès



Diputació
Barcelona



Institut Català
de la Salut

Montornès SALUT

CALENDARI D'ACTUACIONS EN MATÈRIA DE PROMOCIÓ DE LA SALUT

OCTUBRE / DESEMBRE

2017

