

ferSalut

La revista del teu centre de salut

Ajudes a la dependència i a la discapacitat Com i quan iniciar els tràmits?



Neix el Grup de Pediatria d'ACEBA

Per una millor atenció dels vostres infants i adolescents



El passat 20 de setembre es va constituir el grup de treball de Pediatria d'ACEBA, format per professionals amb una llarga trajectòria, dedicats a cuidar la salut i el benestar dels nostres infants i de les seves famílies.

Aquest grup neix amb molta il·lusió dels equips integrants d'ACEBA i el seu objectiu principal és establir línies de treball per seguir oferint una atenció pediàtrica integral, excel·lent, equitativa i adaptada a cada un dels nostres territoris. Volem treballar en equip, compartir coneixements, activitats, idees... per seguir vetllant per una atenció propera i de qualitat.

Els diferents equips pediàtrics de les Entitats de

Base Associativa (EBA) tenim en comú l'autogestió, que promou la implicació dels professionals en la seva organització, i també un dinamisme que permet adaptar-nos amb major facilitat a la població assignada. Així ens trobem equips pediàtrics amb models organitzatius diferents en els quals tots tenim com a denominador comú la implicació, l'esforç i la dedicació pròpia de les EBAs. Aquesta diversitat organitzativa és enriquidora.

El grup de Pediatria d'ACEBA és una oportunitat per poder compartir, formar-nos, fer recerca i obrir noves línies d'investigació. També per seguir potenciant el paper de la infermeria pediàtrica.

Defensem l'atenció pediàtrica als centres d'atenció primària i volem que es reconegui el nostre compromís en la curació, en la prevenció i l'acompanyament de les famílies dels nostres infants i adolescents. Volem participar i donar suport a totes aquelles activitats relacionades amb la salut i el benestar dels infants.

Per tot plegat, ja estem preparant la I Jornada del grup de Pediatria d'ACEBA, un espai on presentar nous projectes en el camp de la pediatria i on podrem relacionar-nos, aprendre i créixer junts.

Tot un repte que treballarem amb entusiasme, esforç i dedicació.

FerSalut és una publicació gratuïta, promoguda per l'Associació Catalana d'Entitats de Base Associativa (ACEBA) amb l'objectiu de prevenir malalties i d'impulsar l'autocura i els hàbits saludables de la població.

EDITA:

ACEBA, Associació Catalana d'Entitats de Base Associativa

DIRECCIÓ

Dra. Elisabet Florensa. EAP Dreta de l'Eixample

COORDINACIÓ

Laura Aranalde
laranalde@aceba.cat

Anna Ramis
anna.ramis@quae.es

COMITÈ EDITORIAL

Sara Argelés. EAP Albera Salut

Remei Feliu. ABS Alt Camp Oest

Daniel Planchuelo. EAP Dreta de l'Eixample

Sara Serra. EAP Osona Sud-Alt Congost

Albert Planchuelo. EAP Poble Sec

Yolanda Caballero. EAP Sardenya

Anna Gaspà. EAP Sarrià, Vallvidrera, Les Planes

Natxo Cabildo. EAP Vallcarca-Sant Gervasi

Marina Gràcia. EAP Vallcarca-Sant Gervasi

Anna Buxadé. EAP Vic

Èrika Ruiz. EAP Muralles Salut

Gloria Ruiz. Pediatria dels Pirineus

ATENCIÓ AL LECTOR

lectors@fersalut.cat

EDICIÓ, DISSENY I PRODUCCIÓ

QUAE Soluciones creativas a medida
Tel. 93 174 00 64 - www.quae.es

Dipòsit legal: B-41601-2003

Reservats tots els drets. Aquesta publicació no pot ser reproduïda ni totalment ni parcialment sense el consentiment de l'editor.

2003. Premi "Jaume Aiguader i Miró" a la millor comunicació sanitària.

Infants

4



Parlar de sexualitat als infants i adolescents

És important acompanyar als infants en la seva educació sexual perquè aprenguin a posar límits des de l'assertivitat i a prestar atenció als riscos de determinades activitats sexuals.

Família

12



Amigdalitis, vírica o bacteriana?

L'amigdalitis és la inflamació de les amígdales i pot ser causada per virus o per bacteris. T'expliquem com diferenciar-les, els principals símptomes i tractaments en cada cas.

L'entrevista



Trobareu
l'entrevista al
Canal YouTube
Revista FerSalut



Llei de la dependència

Entrevista a Núria López Gomis. Treballadora Social Sanitària de l'EAP Sarrià, Vallvidrera, Les Planes i referent en TSS d'ACEBA.

Gent Gran

8



Ajudes a la dependència i a la discapacitat

Quan una persona té diverses patologies que interfereixen en el seu dia a dia és recomanable iniciar els tràmits de la dependència o de la discapacitat. Diferències i tipus d'ajuda.

Salut

16



Tallers grupals per millorar la salut

Cada cop és més habitual adjuntar al pla de medicació una activitat grupal, perquè han demostrat ser una bona eina que genera capacitats preventives i promou la salut.

Com parlar de sexualitat als infants i adolescents

En les diferents etapes dels nostres fills i filles és important acompanyar-los en la seva educació sexual perquè aprenguin a posar límits des de l'assertivitat i a prestar atenció als riscos que poden comportar determinades activitats sexuals.



Marta Maynar
Metgessa de família
ABS Alt Camp Oest
Facebook: Cap Alcover
Instagram: cap_alcover

Hem d'estar informats i actualitzats sobre el context social en què viuen els nostres infants i adolescents, on els conceptes d'identitat sexual, identitat de gènere i orientació sexual prenen, actualment, una gran rellevància. La voluntat de conèixer aquests matisos per part dels adults permet crear un espai de comprensió on la persona té opció a expressar-se en confiança.

Podem ajudar a crear un espai de reflexió crítica sobre la sexualitat perquè l'elecció que facin sigui conscient, coherent i conseqüent.

I recordem que prohibir sol provocar una curiositat creixent per l'objecte prohibit



Pautes per una informació respectuosa i coherent

- El millor exemple d'educació sexual comença per un mateix. La manera com el context d'intimitat entre els adults es conforma al voltant dels infants i adolescents permetrà una vivència saludable de la sexualitat.
- Escolta activa i atenció plena. Cal escollir el moment i l'ambient adequats per parlar-ne, adaptant-nos així mateix a les demandes de les diferents etapes del creixement. Els nostres infants, adolescents posteriors, continuaran fent-se preguntes al llarg de la seva maduració fins arribar a l'edat adulta. És un acompanyament continu i dinàmic fins que així ho requereixin.
- L'edat biològica no és el principal factor per decidir quina informació transmetre'ls. Una mirada específica i individualitzada permetrà aprofundir segons la demanda i la necessitat de l'infant, creant un clima de confiança que augmentarà la comunicació fluida i desposseïda de condicionants.
- Podem desconèixer la resposta a la inquietud concreta, mostrar aquest desconeixement sobre això, oferint la possibilitat de cercar la informació sol·licitada per brindar-la a posteriori. No mentir es considera una màxima universal dins de les bases de la comunicació.
- Defugir l'emissió de judicis sobre els comentaris i les idees dels infants i adolescents. Hi ha la possibilitat d'estar en desacord amb l'altra persona sense necessitat de jutjar-la.



Quan és adequat iniciar l'educació sexual d'infants i adolescents?

Podem afirmar que aquesta educació sexual generalment comença amb la curiositat de l'infant sobre el cos. Aquest

seria l'instant idoni per iniciar el descobriment de la seva sexualitat. Molts infants expressen la seva curiositat sexual natural

mitjançant l'autoestimulació. La masturbació ha de ser experimentada com un aspecte natural de la nostra sexualitat.

Fins on respondre a les qüestions que ens plantegen sobre sexualitat?

Fins al límit que la capacitat de reflexió i anàlisi de cada individu determini, testant constantment des de la sensibilitat el sentit del pudor del nostre interlocutor.

La sexualitat és un camí que convida a l'autoconeixement, el trànsit saludable del qual reforça l'autoestima, estant vinculat, en gran mesura, al tipus d'acompanyament que els adults puguem fer envers els nostres infants i adolescents. Responsabilitzar-nos-en és part de la nostra aportació al desenvolupament de la seva autoestima i ulterior vivència satisfactòria de la seva sexualitat.

Enllaços d'interès



<https://sexejoves.gencat.cat/ca>

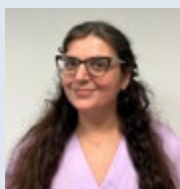


<https://dixit.gencat.cat/ca>
Cercador -> Educació sexual



<https://ejoventut.gencat.cat/ca>
Secció: Recursos -> Salut sexual

Ajudes a la dependència i a la discapacitat



Núria López Gomis

Treballadora Social

EAP Sarrià, Vallvidrera i Les Planes

@CapSarria



Montse Medero Fera

Treballadora Social

EAP Sarrià, Vallvidrera i Les Planes

@CapSarria

Com i quan iniciar els tràmits?

Quan una persona té diverses patologies que interfereixen en el seu dia a dia les Treballadores Socials Sanitàries recomanem començar els tràmits de la dependència i la discapacitat. Sovint la gent té dificultat per a distingir aquests tràmits. Aclarim dubtes.



L'entrevista

YouTube

Parlem sobre la Llei de la dependència

Entrevista a Núria López Gomis. Treballadora Social Sanitària de l'EAP Sarrià, Vallvidrera, Les Planes i referent en TSS d'ACEBA.

Trobareu l'entrevista al Canal YouTube - Revista FerSalut



Llei de la dependència

El 2007 es va aprovar una llei estatal coneguda popularment com la Llei de la dependència. Aquesta va dotar el sistema públic de serveis socials del marc normatiu necessari per regular l'atenció i les prestacions per a les persones que per motiu d'edat, malalties o discapacitat tenen una manca d'autonomia i requereixen suport per fer les activitats bàsiques de la vida diària.

La Llei de la dependència regula tres graus:

Grau I: dependència moderada

Es considera que la persona té una dependència moderada quan precisa suport per a realitzar les activitats de la vida diària com a mínim un cop al dia o necessita ajuda intermitent o limitada per a la seva autonomia.

Grau II: dependència severa

Es considera que la persona té una dependència severa quan precisa suport per a realitzar les activitats de la vida diària com a mínim dos o tres cops al dia, però no requereix cures de manera permanent.

Grau III: Gran dependència

Es considera que una persona té una gran dependència quan precisa suport per a realitzar diverses activitats durant el dia i, per la seva pèrdua total d'autonomia, requereix suport continuat d'una altra persona.

A través de la Llei de la dependència les persones poden aconseguir ajudes directes (prestacions, serveis...)

www.bersalt.cat

BS

9

06 46 11 11 11

06 46 11 11 11

La Llei de la dependència regula tres graus:

Es considera que la persona té una dependència moderada

Grau II: dependència severa

Grau III: Gran dependència

Es considera que una persona té una gran dependència quan precisa suport per a realitzar diverses activitats durant el dia i, per la seva pèrdua total d'autonomia, requereix suport continuat d'una altra persona.

A través de la Llei de la dependència les persones poden aconseguir ajudes directes (prestacions, serveis...)

L'objectiu de les ajudes a la discapacitat és poder facilitar la igualtat d'oportunitats a les persones que la pateixen



Si voleu començar els tràmits o demanar més informació podeu sol·licitar hora amb la vostra treballadora social sanitària

Discapacitat o diversitat funcional

Les persones amb diversitat funcional són aquelles que pateixen diverses patologies que limiten el seu dia a dia. La discapacitat ens dona accés a una sèrie de beneficis que podem tramitar arrel de tenir reconegut el grau [targeta aparcament, desgravació fiscal...].

Existeixen diferents tipus de discapacitat:

- Discapacitat física: motora [derivada de la pèrdua del moviment], no motora [relacionada amb patologies orgàniques].
- Discapacitat sensorial: auditiva o visual.
- Discapacitat intel·lectual.
- Discapacitat derivada d'una malaltia mental.

Beneficis de tenir reconeguda la discapacitat:

- Beneficis en l'àmbit fiscal.
- Mesures relacionades amb el transport i la mobilitat.
- Integració laboral.
- Mesures per facilitar l'accés a l'educació.
- Mesures relacionades amb l'habitatge.
- Altres prestacions per assegurar la igualtat de les persones amb diversitat funcional.



Per accedir a les prestacions econòmiques i de serveis socials reconegudes per la Llei de la dependència, cal tenir el reconeixement oficial d'alguns dels graus establerts

Tipus d'ajuda a la dependència

Amb la Llei de la dependència existeixen dos grans blocs d'ajuda:

1. Prestacions de serveis:
centre de dia, servei d'atenció domiciliària, residència...

2. Prestacions econòmiques:

- Prestacions econòmiques vinculades a serveis: residència, centre de dia o servei d'atenció domiciliària.
- Prestació per cuidador no professional: destinada a quan la persona és cuidada per l'entorn familiar. El cuidador familiar ha d'estar convivint i empadronat amb la persona dependent.

Requisits per demanar la prestació

Trobar-se en situació de dependència dins d'un dels graus establerts.

Residir a l'Estat Espanyol durant almenys 5 anys de manera legal, dos dels quals han de ser anteriors a la petició de l'ajuda.

Enllaços d'interès



<https://drets-socials.gencat.cat/ca>
Secció: Àmbits -> Dependència



<https://ajuntament.barcelona.cat>
Secció: Guia serveis i ajuts -> Dependència i discapacitat

Amigdalitis, vírica o bacteriana?

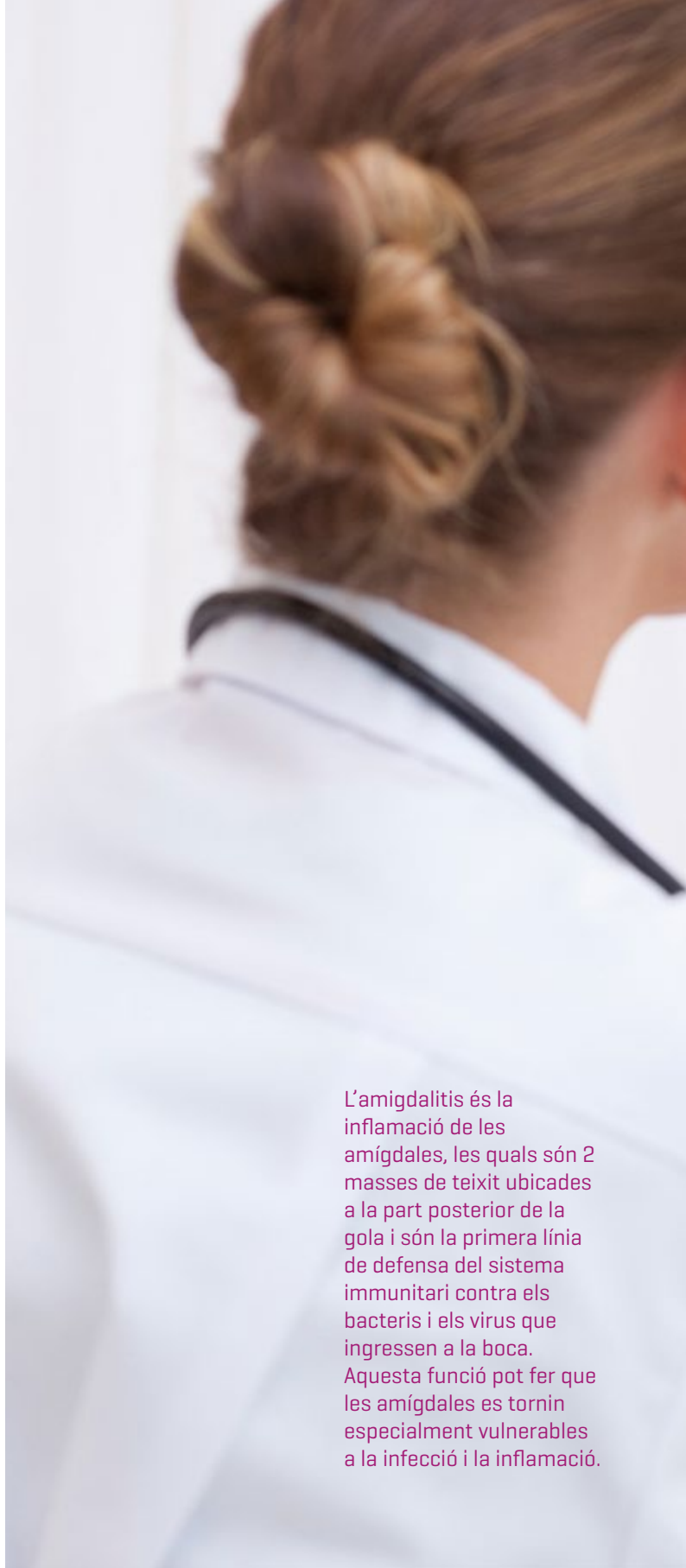
La inflamació de les amígdals o amigdalitis, coneguda col·loquialment com a angines, és una infecció que pot ser causada per virus o bacteris.

Els símptomes són diferents en cada cas i és important saber diferenciar-les de cara al seu tractament, ja que no serveixen els mateixos medicaments.



Dra. Migdàlia Feliz
Metgessa de família
EAP Vic - CAP El Remei
@EAPVIC

L'amigdalitis és la inflamació de les amígdals, les quals són 2 masses de teixit ubicades a la part posterior de la gola i són la primera línia de defensa del sistema immunitari contra els bacteris i els virus que ingressen a la boca. Aquesta funció pot fer que les amígdals es tornin especialment vulnerables a la infecció i la inflamació.





L'amigdalitis afecta amb més freqüència a nens entre l'edat preescolar i mitjans de l'adolescència. La malaltia pot ser causada per virus o per bacteris, sent la causa vírica la més freqüent.

Síntomes

Amigdalitis bacteriana.

Representa el 30% dels casos. La seva presentació és excepcional en l'edat pediàtrica. No segueix un patró d'estacionalitat, podent-se presentar en qualsevol moment de l'any.

Els símptomes són més evidents que en la variant vírica.

- Dolor de gola més agut.
- Dificultat per empassar.
- Febre alta.
- Mal alè.
- Plaques blanques a nivell amigdal·lar.

Altres símptomes generals que poden aparèixer en la malaltia són dolor d'estómac, dolor o rigidesa de nuca, mal de cap i malestar general.

Amigdalitis vírica.

Representa el 40-60% dels quadres clínics. Té un patró estacional, amb pics epidemiològics a la tardor i a l'hivern.

Els símptomes solen ser lleus, podent presentar:

- Dolor de gola.
- Febrícula.
- Limfadenopaties generalitzades.
- Vesícules al paladar.
- Pot anar acompanyat de símptomes catarrals, com tos i mucositat.

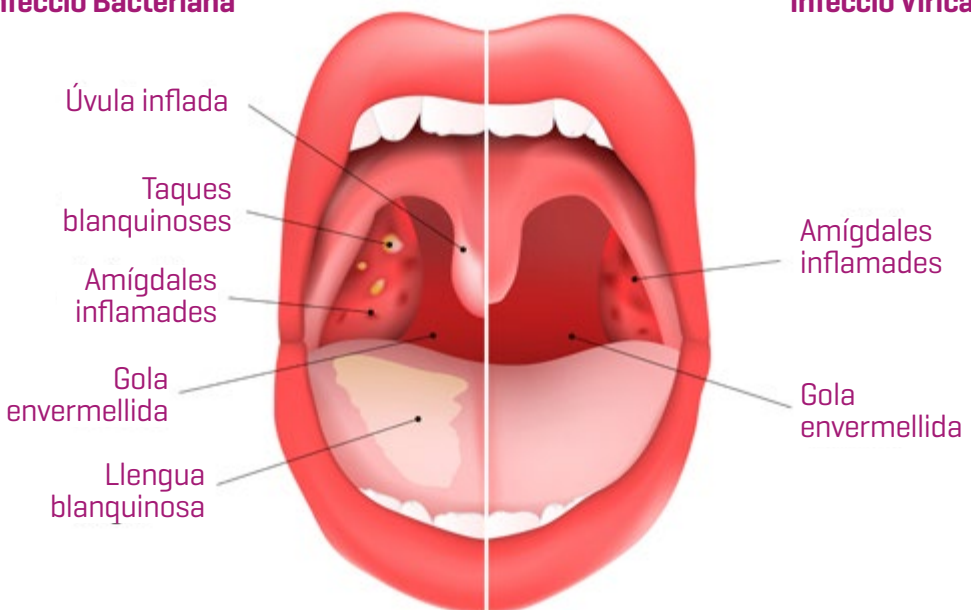
Diagnòstic

Es basa en els símptomes clínics i les troballes en l'exploració física. Quan hi ha sospita d'infecció bacteriana, és aconsellable realitzar proves microbiològiques addicionals que confirmen el diagnòstic, com és l'Streptotest. És un test ràpid que es realitza recollint una mostra de l'exsudat de les amígdals, introduint un bastonet fins a la gola per prendre una mostra. Un test positiu és molt fiable per confirmar una infecció bacteriana.

L'Streptotest permet diagnosticar si l'amigdalitis és bacteriana

Infecció Bacteriana

Infecció Vírica



Tractament

En els casos produïts per virus és suficient amb el tractament simptomàtic amb analgèsics o antiinflamatoris associats a una bona hidratació. Les amigdalitis bacterianes requereixen tractament amb antibiòtic, que normalment s'haurà de mantenir entre 8 i 10 dies.

Només les amigdalitis bacterianes necessiten tractament amb antibiòtic

Mesures a casa

Estratègies de cures a casa per promoure una millor recuperació:

- Beure líquids adequats.
- Realitzar gàrgares amb aigua salada, amb una barreja d'1/2 cullerada de sal de taula en 8 mides d'aigua tèbia pot ajudar a alleujar el dolor de gola.
- Humidificar l'aire.
- Evitar els agents irritants, com el fum de cigarret i els productes de neteja que puguin irritar la gola.



Enllaços d'interès



<https://www.mayoclinic.org/es>
Cercador -> Amigdalitis



<https://www.elsevier.es>
Cercador -> faringoamigdalitis adult

Tallers grupals com a prescripció mèdica per millorar la salut

Els CAP ofereixen un ampli ventall d'activitats grupals, adreçades a diferents públics, per millorar el benestar físic i emocional de la població. Són espais d'aprenentatge, socialització, empoderament... que complementen l'atenció assistencial tradicional.



Elisabet Florensa Roquet-Jalmar

Metgessa de família

**EAP Dreta de l'Eixample - CAP Roger
de Flor**

@caprogerdeflor

Cada cop és més habitual consultar al referent sanitari del CAP i adjuntar al pla de medicació una activitat grupal perquè han demostrat ser una bona eina de comunicació multidireccional que genera capacitats preventives i promou la salut.



S'amplia el catàleg de sessions grupals

Amb la incorporació de les noves figures de referents de benestar emocional, nutricionista i fisioterapeuta, s'han potenciat els tallers i ha augmentat l'oferta d'activitats grupals que es poden prescriure des de l'atenció primària, per donar resposta a diferents demandes de salut de la població.

Si consultem l'agenda d'activitats dels CAP trobarem un ampli ventall d'opcions, com són tallers de lactància, massatge infantil, obesitat, rutes de salut per caminar, dol, malestar emocional, psicomotricitat, entrenament de la memòria, alfabetització digital o escola de salut per gent gran, entre d'altres.

Els tallers estan impartits per professionals sanitaris dels centres de salut o col·laboradors d'entitats o actius que fan activitat comunitària.



Participació oberta

Participar en un taller proporciona aprenentatge, empoderament i socialització. Per participar-hi només cal motivació, compromís

d'assistència, confidencialitat en tot el que es tracta en el grup i mostrar una actitud respectuosa amb la resta de persones que l'integren.

Acompanyament professional

Els tallers grupals són un espai per ventilar emocions i és eficaç perquè sota el paraguai de la cohesió del grup i

guiats per un professional, les persones senten que no són les úniques que tenen un problema, dubte o necessitat.

La prescripció de tallers complementa l'abordatge clàssic del model assistencial, proporciona un espai per compartir vivències com la maternitat, el dolor, la soledat o l'envelliment, generant benestar a les persones que hi assisteixen



Beneficis dels tallers

- **Xarxa de recolzament.** La connexió social i la pertinença a un grup promou el benestar emocional i redueix l'aïllament.
- **Potenciar l'autoconeixement.** El recolzament genera sentiment de comunitat, augmentant la resiliència i potenciant el creixement personal.
- **Perspectives múltiples.** Permet adoptar diferents punts de vista, al ser un grup heterogeni que comparteix experiències similars.
- **Aporta referents.** S'estableix vincle en un entorn de solidaritat i comprensió, proporciona perspectives i consells pràctics entre els participants.
- **Normalitzar experiències.** Compartir vivències permet entendre que no estàs sol i la interacció entre persones redueix l'estigma i crea sentiment d'empoderament.
- **Treballar habilitats socials.** Es posen en pràctica habilitats de comunicació, de resolució de problemes en un entorn segur, que després es poden aplicar en altres situacions de la vida quotidiana.
- **Educació en salut.** Aprendre coneixements de prevenció i autocura de la salut.

Volem escoltar-te

Des del CAP hem creat una comissió de participació per tal de trobar eines i activitats a través de les quals poder escoltar les peticions, propostes de millora, i valoracions dels usuaris.

La innovació i la millora contínua són dos pilars bàsics de la filosofia del centre, i per poder treballar-los com cal és imprescindible la vostra participació.



Marina Gràcia
Comunicació i RSC
Atenció Primària Vallcarca-Sant Gervasi
@aprimariavsg



Primera sessió participativa, juny 2023

El darrer 27 de juny, es va portar a terme una activitat de participació ciutadana al CAP, on persones voluntàries van seure amb un consultor extern per valorar diferents aspectes del funcionament del CAP i propostes de millora.

L'any 2018 es va realitzar un taller participatiu amb pacients similar i semblava un bon inici per seguir treballant aspectes de millora.

Principals resultats

Ens complau informar que la valoració en aspectes com la confiança, la transparència, la capacitat de resposta i l'equitat va ser alta. És motiu d'orgull per nosaltres saber que

el nostre esforç és percebut i que les valoracions al respecte van ser positives.

A més, es va demanar als participants propostes de millora que consideressin que podrien aportar més valor al servei. Dins de les propostes recollides, s'han començat a treballar:

- **Millorar la resposta telefònica.** De les quasi 500 trucades diàries que rebem, hi ha una part que es queden pendents de retrucar des del CAP. Ara si truquem 3 vegades i no podem contactar, enviem un SMS per informar que l'atenció queda tancada i si el motiu de consulta no és resolt, caldrà tornar a contactar amb el centre.



- **Recordatoris de visita.** S'ha posat en marxa un sistema d'enviament electrònic de recordatoris via SMS. Els missatges arriben el dia anterior a la cita, i inclouen l'hora exacta i el professional amb el qual ha demanat consulta.
- **Agilitat a la resposta en consultes i proves.** Hem treballat un nou protocol perquè tota petició per una prova complementària hagi d'anar sempre acompanyada del període i mètode a

través del qual es notifica-
ran els resultats.

- **Potenciació d'activitats i cursos.** Durant el mes de gener es va posar en marxa un grup de difusió de WhatsApp per compartir informació sobre les activitats, cursos, tallers i xerrades que els diferents recursos comunitaris de la zona (inclòs el CAP) tenen disponibles.

Seguim estudiant la millor manera d'abordar propostes com la possibilitat de realitzar videoconferències amb els professionals sanitaris, la millora en les vies de comunicació amb els adolescents, o la creació d'una Newsletter.

Esperem poder seguir informant-vos de novetats molt aviat.

Enllaços d'interès



<https://www.fersalut.cat>

Secció -> Activitats -> Vallcarca-Sant Gervasi



Nou canal de difusió d'activitat comunitària del CAP Vallcarca Sant Gervasi

Mitjançant l'eina de missatgeria instantània WhatsApp, s'ha posat en marxa un nou canal de difusió on es podrà trobar informació sobre les activitats, xerrades, grups i tallers psicoeducatius que es realitzen des dels recursos comunitaris del territori, entre ells el propi CAP, per tal de cuidar la salut comunitària i promoure el benestar.



Ignacio Cabildo

**Referent de Benestar Emocional
Comunitari**

Atenció Primària Vallcarca-Sant Gervasi
@aprimariavsg

Durant l'any 2023, el ritme al CAP Vallcarca-Sant Gervasi no ha parat ni un sol moment. A més de donar resposta a l'activitat assistencial, hem realitzat diversos canvis que han suposat grans reptes per tal d'aconseguir millores en l'organització del centre, a fi de poder millorar l'experiència de les persones ateses.

Gràcies a la incorporació de noves figures professionals al centre [fisioterapeutes, nutricionistes, higienistes bucodentals i referents de benestar emocional comunitari] que treballen de forma coordinada amb la resta de l'equip, s'ha augmentat la cartera de serveis i, conseqüentment, l'oferta d'activitats grupals i d'actius en salut.

Per tal de poder mantenir un sistema de comunicació actualitzat i sense límits d'audiència, el CAP ha creat un nou canal de difusió a través de WhatsApp, per poder informar de manera immediata sobre les activitats comunitàries que es porten a terme des del centre o a les entitats del territori.



667 769 698



www.aprimariavsg.com



[@aprimariavsg](https://twitter.com/aprimariavsg)



A través d'aquest canal, s'ofereix als seus membres informació sobre l'activitat grupal oberta que no requereix derivació per part d'un professional sanitari. Així doncs, alguns exemples de les activitats que s'ofereixen des del nou canal de WhatsApp del CAP Vallcarca-Sant Gervasi són tallers que promouen un estil de vida actiu i saludable i orientats a millorar la qualitat de vida de les persones, activitats que promouen l'envelliment actiu, passejades i escoles de salut que lluiten contra la soledat no volguda i ajuden a crear xarxa de suport, grups on es generen eines i estratègies psicoeducatives per promoure el benestar, entre d'altres.

Ens segueixes?

Segueix-nos al nostre canal de Whatsapp!



Aquí trobaràs informació per cuidar la teva salut i sobre l'**activitat comunitària** (xerrades, tallers, grups psicoeducatius, etc.) que organitza el nostre centre o d'altres entitats del barri per tal de **promoure el benestar emocional i fer xarxa**.



Cuida't

Tu ets la millor medicina



ferSalut



Entitats proveïdores del Servei
Català de la Salut (CatSalut)

/Salut