



Compromís social 2016

EAP Vallcarca-Sant Gervasi

Activitats socials dirigides als nostres usuaris i a la comunitat

- [Col·laboració amb Aldeas Infantiles de Catalunya](#)
- [Col·laboració amb Càritas](#)
- [Col·laboració amb Creu Roja](#)
- [Col·laboració amb Femarec](#)
- [Col·laboració amb Fundació Putxet](#)
- [Col·laboració amb Metges sense Fronteres](#)
- [Dilluns solidaris a Gràcia](#)
- [Dimecres de Menuts a Vallcarca](#)
- [Grup de Suport a l'Alletament per a mares i embarassades](#)
- [Pacte Social](#)
- [Portes Obertes](#)
- [Taller d'Autoestima](#)
- [Taller d'Exercici Físic. Caminades](#)
- [Taller de Massatge Infantil](#)
- [Taller de Motricitat i Memòria](#)
- [Taller de Relaxació](#)
- [Taller de Suport Emocional al Cuidador](#)
- [Taller de Taixí](#)
- [Taller Dona i Esport](#)
- [Taller d'Incontinència Urinària](#)
- [Taller educatiu per a Cuidadors](#)

Col·laboració amb Aldeas Infantiles de Catalunya

Objectius: Campanya informativa.

Descripció: Cessió d'espais.

Adreçat a: Pacients.

Centre on es realitza: CAP Vallarca-Sant Gervasi.

Durada: 2 setmanes a l'any.

Canal de difusió/divulgació: Presencial.

Entitats col·laboradores: Aldeas Infantiles de Catalunya.

Impacte de l'acció/beneficis obtinguts: Aconseguir socis per a aquesta organització.



Col·laboració amb Càritas

Objectius: Aportació econòmica i recollida d'aliments.

Descripció: Formen part d'un grup anomenat "Empreses amb cor". Des del centre fem una aportació econòmica mensual i dos cops a l'any fem una recollida d'aliments bàsics.

Adreçat a: Pacients i treballadors.

Centre on es realitza: CAP Vallarca-Sant Gervasi.

Durada: Tot l'any i dos cops a l'any.

Canal de difusió/divulgació: Revista pròpia, circuit intern de TV i tríptics a les consultes.

Entitats col·laboradores: Càritas.

Impacte de l'acció/beneficis obtinguts: En l'última recol·lecta vàrem recollir un total de 285 Kg. dels quals havia 60 de llet, 50 d'oli i la resta entre llegums, conserves, pasta...



Col·laboració amb Creu Roja

Objectius: Campanya venda de loteria.

Descripció: Cessió d'espais.

Adreçat a: Pacients i treballadors.

Centre on es realitza: CAP Vallarca-Sant Gervasi.

Durada: 1 cop a l'any.

Canal de difusió/divulgació: Presencial.

Entitats col·laboradores: Creu Roja.

Impacte de l'acció/beneficis obtinguts: Aconseguir la venda de loteria.

Col·laboració amb Femarec

Objectius: Tenim obertes diferents col·laboracions:

- a) compra material
- b) recollida de paper
- c) conveni de pràctiques

Descripció: Tenim un conveni de compliment de la Llei Lismi a través de Femarec i donem suport a alumnes per fer les seves pràctiques a les nostres instal·lacions.

Adreçat a: Pacients.

Centre on es realitza: CAP Vallarca-Sant Gervasi.

Durada: Tot l'any.

Canal de difusió/divulgació: A través d'articles a la revista Fer Salut o a la Memòria del Pacte Mundial.

Entitats col·laboradores: Femarec. És una entitat social de formació i atenció a les persones que ofereix serveis responsables a les empreses.

Impacte de l'acció/beneficis obtinguts: El benefici és donar suport a persones discapacitades perquè puguin desenvolupar un treball i perquè persones de reinserció social puguin accedir a un nou lloc de treball.

Col·laboració amb Femarec



femarec.

Sant Jordi 2015

Truca'ns
933 036 500
rree@femarec.cat

Et presentem els regals de Sant Jordi de Femarec, una fantàstica oportunitat perquè la teva empresa segueixi aquesta màgica tradició de forma original i solidària: tots els productes han estat elaborats per personal amb discapacitat psíquica i/o trastorn mental sever de la nostra entitat, ajudant així a la seva inserció social i laboral.

A més, són el regal perfecte perquè tots els productes tenen vida més enllà de la diada de Sant Jordi i es poden seguir utilitzant durant tot l'any.



3€
PREV

Text:
"L'amor és el més gran dels regals.
Feliç Sant Jordi 2015"

Rosa Blanca: Punt de Llibre

PuntLlibre
2 / 15

CLOSE X

Col·laboració amb Fundació Putxet

Objectius: Repartir la revista Fer Salut per la zona.

Descripció: El personal d'aquesta Fundació fa el repartiment de la revista Fer Salut per les bústies de les cases de la nostra zona.

Adreçat a: Persones amb problemes.

Centre on es realitza: Zona de Vallcarca i Sant Gervasi.

Durada: Tot l'any.

Canal de difusió/divulgació: Memòria del Pacte Mundial.

Entitats col·laboradores: Fundació Putxet.

Impacte de l'acció/beneficis obtinguts: L'impacte de l'acció és proporcionar una tasca a persones que necessiten aconseguir recursos econòmics.

Col·laboració amb Metges sense Fronteres

Objectius: Venda de roses.

Descripció: Vàrem posar una paradeta de roses i tots els diners recollits es van destinar a la ONG.

Adreçat a: Pacients i treballadors.

Centre on es realitza: CAP Vallarca-Sant Gervasi.

Durada: Un cop a l'any.

Canal de difusió/divulgació: Revista pròpia i circuit intern de TV.

Entitats col·laboradores: Metges sense Fronteres

Impacte de l'acció/beneficis obtinguts: Es van vendre 500 roses.



Col·laboració amb Metges sense Fronteres



Dilluns Solidaris a Gràcia

Objectius: Entregar lots d'aliments frescos a famílies amb dificultats per cobrir una necessitat bàsica com és la de menjar.

Descripció: Espai lúdic. Activitats per als nens i les seves famílies.

Adreçat a: Famílies de Gràcia, prioritàriament amb infants, que vinguin derivades per la Treballadora Social del CAP o siguin ateses pels Serveis socials.

Centre on es realitza: C/ planeta, 15 de Gràcia.

Durada: Dilluns a les 18 h.

Canal de difusió/divulgació: Web del CAP, revista Fer Salut, consultes de Medicina de Família, Infermeria i Treballadora Social.

Entitats col·laboradores: BARCELONACTUA.

Dimecres de Menuts a Vallcarca

Objectius: Oferir un espai on nens i nenes en situació de vulnerabilitat puguin gaudir d'una estona de joc i d'acompanyament en el seu procés d'aprenentatge.

Descripció: Cada dimecres, durant 2 hores, un grup de nens i nenes seleccionats per la Treballadora Social del CAP, prèvia derivació dels pediatres, fan activitats d'oci, reforç escolar...

Adreçat a: A nens i nenes de 6 a 11 anys.

Centre on es realitza: Espai d'Entitats de Vallcarca. Av. Vallcarca, 99.

Durada: De setembre a juny.

Canal de difusió/divulgació: Web del CAP, consultes de pediatria i Treball Social.

Entitats col·laboradores: BARCELONACTUA.

Grup de Suport a l'Alletament per a mares i embarassades

Objectius: Potenciar l'alletament matern exclusiu fins als 6 mesos i a demanda fins que la mare i el nadó ho decideixin.

Resoldre dubtes de criança.

Crear relacions entre les participants que es proporcionin suport a si mateixes.

Descripció: Grup obert per a mares amb dificultats en l'alletament o dubtes respecte la criança dels seus nadons.

Adreçat a: Mares/pares, embarassades i qualsevol familiar que les vulgui acompanyar.

Centre on es realitza: CAP Vallcarca- Sant Gervasi.

Durada: De 12:00 h. a 13:30 h. tots els divendres de l'any.

Canal de difusió/divulgació: Iniciativa para la Humanización de la Asistencia al Nacimiento y la Lactancia (IHAN), televisors del centre, pàgina web, fulletons i el propi personal.

Pacte Social



Objectius: Donar tractament i/o seguiment en els serveis de podologia, odontologia i psicologia a pacients amb dificultats econòmiques.

Descripció: Donar assistència a pacients amb dificultats econòmiques, oferint-los serveis fora de la cartera pública.

Adreçat a: Pacients.

Centre on es realitza: CAP Vallarca-Sant Gervasi

Durada: Tot l'any.

Canal de difusió/divulgació: A través dels nostres professionals a la consulta.

Entitats col·laboradores: Akiles, Atenció Dental Serrallach, Cetebreu i Creix.

Impacte de l'acció/beneficis obtinguts: El benefici és que les persones amb dificultats econòmiques poden accedir a uns serveis amb descomptes i facilitats de pagament.

Portes Obertes

Objectius: Que els pacients coneguin el nostre centre.

Descripció: Xerrada i col·loqui del Director i xocolatada.

Adreçat a: Pacients.

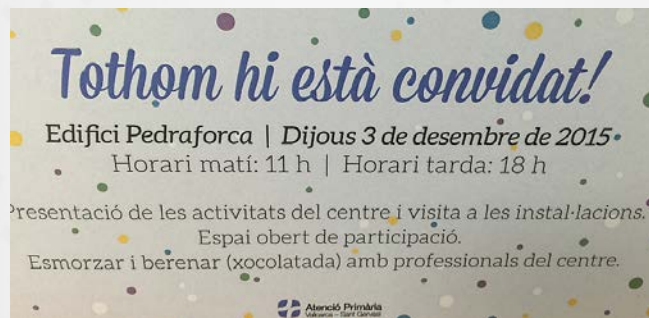
Centre on es realitza: CAP Vallcarca-Sant Gervasi.

Durada: 1 dia (es realitzen 2 visites al centre: una al matí i una a la tarda).

Canal de difusió/divulgació: Revista Fer Salut, canal internet TV i tríptics informatius.

Impacte de l'acció/beneficis obtinguts: Apropar el centre i els nostres professionals a la comunitat.

Portes Obertes



Taller d'Autoestima

Objectius: Treballar els sentiments de culpa, inseguretats... Trobar nous recursos per tal de millorar el benestar personal.

Descripció: 8 sessions de 2 hores 1 dia a la setmana.

Adreçat a: Dones amb baixa autoestima.

Centre on es realitza: CAP Vallcarca-Sant Gervasi.

Durada: 2 mesos.

Canal de difusió/divulgació: Revista Fer Salut, web del CAP, consultes de Medicina de Família, Infermeria, Treball Social i Punt d'Informació i Atenció a les Dones (PIAD).

Entitats col·laboradores: Punt d'Informació i Atenció a la Dona (PIAD).

Taller d'Exercici Físic. Caminades

Objectius: Promoure l'activitat física i potenciar hàbits saludables.

Descripció: Caminades per l'entorn del barri.

Adreçat a: Persones majors de 55 anys.

Centre on es realitza: CAP Vallcarca-St. Gervasi.

Durada: D'octubre a juny.

Canal de difusió/divulgació: Revista Fer Salut, web del CAP, consultes de Medicina de Família, Infermeria i Treball Social.

Taller d'Exercici Físic. Caminades



Taller de Massatge Infantil

Objectius: Facilitar mitjançant el tacte i la veu la creació i enfortiment dels vincles afectius entre els nadons i els seus pares i/o cuidadors.

Descripció: Quatre sessions de 1 hora. Grup màxim de 6 mares/pares amb els seus fills.

Adreçat a: Nens d'entre 1 i 12 mesos.

Centre on es realitza: CAP Vallcarca-St. Gervasi.

Durada: Obert tot l'any.

Canal de difusió/divulgació: Revista Fer Salut, web del CAP, consultes de pediatria.

Taller de Motricitat i Memòria

Objectius: Treballar de forma conjunta l'aspecte motriu i cognitiu per incidir en un manteniment i millora de la memòria.

Descripció: Sessions de 1,5 hores 1 dia a la setmana. Exercicis de memòria i motricitat.

Adreçat a: Persones amb pèrdues de memòria. No diagnòstic de deteriorament cognitiu.

Centre on es realitza: CAP Vallcarca-Sant Gervasi.

Durada: De gener a juny.

Canal de difusió/divulgació: Revista Fer Salut, web del CAP, consultes de Medicina de Família, Infermeria i Treball Social.

Entitats col·laboradores: Associació esportiva Sarrià-St. Gervasi.

Taller de Relaxació

Objectius: Incrementar la capacitat respiratòria i regular-ne el ritme.

Descripció: Sessions de 1 hora 1 dia a la setmana.

Adreçat a: Obert a tota la població.

Centre on es realitza: CAP Vallcarca-St. Gervasi.

Durada: D'octubre a juny.

Canal de difusió/divulgació: Revista Fer Salut, web del CAP, consultes de Medicina de Família, Infermeria i Treball Social.

Taller de Suport Emocional al Cuidador

Objectius: Millorar la salut física i psíquica dels cuidadors. Potenciar els recursos personals. Crear xarxa social.

Descripció: 9 sessions de 1,5 hores 1 dia a la setmana. Sessions formatives. Activitats dinamitzadores.

Adreçat a: Familiars de pacients dependents.

Centre on es realitza: CAP Vallcarca-Sant Gervasi.

Durada: 9 sessions.

Canal de difusió/divulgació: Revista Fer Salut, web del CAP, consultes de Medicina de Família, Infermeria i Treball Social.

Taller de Taixí

Objectius: Millorar l'equilibri i prevenir caigudes.

Descripció: Sessions de 1 hora 1 dia a la setmana.

Adreçat a: Gent Gran.

Centre on es realitza: CAP Vallcarca-Sant Gervasi.

Durada: D'octubre a juny.

Canal de difusió/divulgació: Revista Fer Salut, web del CAP, consultes de Medicina de Família, Infermeria i Treball Social.

Taller de Taixí



Taller Dona i Esport

Objectius: Afavorir la integració de les dones, utilitzant l'exercici físic i l'esport com a eina per millorar la condició física, l'autoestima i possibilitar la participació en activitats normalitzades.

Descripció: Sessions de 1 hora dos dies a la setmana.

Adreçat a: Dones.

Centre on es realitza: CAP Vallcarca-St. Gervasi.

Durada: D'octubre a juny.

Canal de difusió/divulgació: Revista Fer salut, web del CAP, informació a les consultes de Medicina de Família, Infermeria, Treball Social i Punt d'Informació i Atenció a les Dones (PIAD).

Entitats col·laboradores: Punt d'Informació i Atenció a les Dones (PIAD).

Impacte de l'acció/beneficis obtinguts: Socialització i potenciar els beneficis de l'exercici físic.

Taller Dona i Esport



Taller d'Incontinència Urinària

Objectius: Millorar la incontinència urinària d'esforç.

Donar eines per millorar la qualitat de vida en les dones incontinents.

Resoldre dubtes sobre els dispositius que existeixen al mercat.

Descripció: S'explica l'anatomia, els exercicis de Kegel, consells dietètics, dispositius, etc.

Adreçat a: Dones incontinents o dones joves durant el postpart.

Centre on es realitza: CAP Vallcarca-Sant Gervasi.

Durada: Tallers de 2/3 dies o xerrades d'un dia segons demanda.

Canal de difusió/divulgació: Personal del centre, pàgina web, televisors del centre, fulletons.

Taller educatiu per a Cuidadors

Objectius: Donar eines i tècniques als cuidadors formals e informals per millorar el maneig de les persones dependents.

Descripció: 2 sessions de 3 hores.

Adreçat a: Cuidadors formals e informals.

Centre on es realitza: CAP Vallcarca-Sant Gervasi.

Durada: 6 hores.

Canal de difusió/divulgació: Revista Fer Salut, web del CAP, consulta de Medicina de Família, Infermeria i Treball Social.

Contacte



També ens trobaràs a les **xarxes socials**

Webbloc: www.consultajove.net

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

Facebook: [Atenció Primària Vallcarca - Sant Gervasi](https://www.facebook.com/Atenció-Primària-Vallcarca-Sant-Gervasi)

Youtube: [aprimariavsg](https://www.youtube.com/aprimariavsg)

Atenció Primària Vallcarca-Sant Gervasi

Director: Dr. Lluís Gràcia

Email: lgracia@ebavallcarca.cat

Responsable Salut Comunitària i
Comunicació: Dra. Rosario Jiménez

Email: rjimenez@ebavallcarca.cat

Telf: 932594411/932594422

Web: www.aprimariavsg.com



Gràcies.