

# Salut Up ;)

## Salut i adolescents: 10 anys en xifres (2015-2025)

Evolució dels hàbits i tendències en l'alumnat de 4t d'ESO a la demarcació de Barcelona

# Salut Up ;)

## Salut i adolescents: 10 anys en xifres (2015-2025)

Evolució dels hàbits i tendències en l'alumnat de 4t d'ESO a la demarcació de Barcelona

# Consell de Nois i Noies de L'Hospitalet (CNiN L'H)

- **Què:** Òrgan de **participació ciutadana impulsat pel Servei d'Educació**, a través de la implicació dels nois i noies en temes d'interès ciutadà que els preocupen i els interessen, sobre els què fan propostes de **millora de la nostra ciutat**.
- **Qui:** Format **per 151 nois i noies de 10 a 16 anys** que són escollits entre l'alumnat de primària i secundària dels diferents centres educatius de la ciutat que voluntàriament participen del CNiN de L'H.
- **Com:** En el Plenari d'inici de curs els consellers i conselleres reben els encàrrecs per part de l'alcalde/essa i regidor d'educació perquè puguin debatre, reflexionar durant el curs en sessions de treball mensual i aportar les seves conclusions en el Plenari de tancament.

**Salut Up ;)**

# CNiN de Secundària curs 2023-2024

**Hipòtesi:** *El món que ens envolta i l'entorn urbà influeixen directament en la salut emocional dels nois i noies.*

**Objectiu:** *Promocionar el benestar emocional dels nois i noies.*

**Encàrrecs:** Conèixer l'estat de benestar emocional dels joves de 4t d'ESO, participació en diferents jornades o espais a la ciutat, a Catalunya, realitzar accions comunicatives de promoció del benestar.

Salut Up ;)



**OBJECTIUS**  
DE DESENVOLUPAMENT  
SOSTENIBLE



**Repte:** *Ens sentim bé aquí! L'Hospitalet, una ciutat emocionalment saludable.*

**Objectiu:** *Promocionar el benestar emocional dels nois i noies*

**Col·laboració:** Servei de Salut. Taula sectorial de Salut Mental i Addiccions.

# EXECUCIÓ DE L'ENCÀRREC

Activitats comunes dels 3 grups:

-Taller de Benestar Emocional.



- Exposició i anàlisi dels resultats de l'enquesta realitzada per la Diputació de Barcelona a l'alumnat de 4rt d'ESO de L'Hospitalet (adaptació als resultats sobre benestar emocional).

Salut Up ;)

## CNiN de Secundària curs 2023-2024

Analitzant els resultats de l'enquesta realitzada a l'alumnat de 4rt dels instituts de la ciutat, els nois i noies consideren que els malestars que més els preocupen i volen abordar són:

- El maltractament físic.
- La incertesa del futur.
- Els pensaments de suïcidi.



# EXECUCIÓ DE L'ENCÀRREC

Activitats diferenciades dels 3 grups:

## 1. URBANISME I BENESTAR EMOCIONAL. Reflexió sobre:

- De quina manera l'urbanisme de la ciutat afecta la nostra salut i mental i el benestar emocional?
- Quins són els aspectes que més ens preocupen?
- Com ens relacionem amb el nostre entorn?
- Què podem fer a la ciutat per a garantir espais de silenci i autoconeixement?

Amb la col·laboració del Negociat de Salut Comunitària i l'experiència positiva del Taller de Benestar Emocional, aquesta reflexió va conduir els nois i noies a concretar un **proposta de meditació guiada als parcs.**

Salut Up ;)



# EXECUCIÓ DE L'ENCÀRREC

**2. MITJANS DE COMUNICACIÓ.** Després de la reflexió conjunta amb la resta de membres del Consell, els nois i noies d'aquest grup han dissenyat i produït tres càpsules audiovisuals per difondre suggeriments i consells sobre la cura i el benestar emocional.

## EXECUCIÓ DE L'ENCÀRREC

**3. APORTACIONS A LA TAULA DE SALUT MENTAL:** Aquest grup ha vehiculat les aportacions del Consell de Nois i Noies a la Taula de Salut Mental de l'Hospitalet. Els nois i noies van presentar la seva tasca a la Taula i van proposar la possibilitat de difondre les “Píndoles de benestar emocional” i d’inaugurar l’activitat ‘Meditació als parcs”.



Salut Up ;)

# Salut Up ;)

## Salut i adolescents: 10 anys en xifres (2015-2025)

Evolució dels hàbits i tendències en l'alumnat de 4t d'ESO a la demarcació de Barcelona