

# Memòria 2016

Salut al vostre servei



**Us presentem el recull dels principals fets i xifres de la nostra entitat assolits durant l'any 2016.**

- Registre Central de Persones Assegurades
- L'equip
- Visites ateses
- Despesa farmacèutica
- Activitat Comunitària
- Compromís social
- Destacats 2016
- El centre - contacte

Les Entitats de Base Associativa (EBA) som proveïdors del Servei Català de la Salut. Prestem serveis de salut públics a la nostra població de referència, designada pel Departament de Salut (CatSalut).



## Registre Central de Persones Assegurades (RCA) 2016

|                    |               |
|--------------------|---------------|
| Població assignada | <b>13.694</b> |
| Població RCA       | 12.686        |
| Població atesa     | <b>12.014</b> |

L'equip del nostre centre està integrat per **49 professionals**

## CATEGORIES PROFESSIONALS

- **8** Metges de família
- **3** Pediatres
- **4** Odontòlegs
- **9** Infermers
- **7** Auxiliars d'infermeria
- **4** Auxiliars d'odontologia
- **1** Treballadors socials
- **9** Atenció a l'usuari
- Altres (serveis privats):
  - 1 Dietista
  - 1 Homeopata
  - 1 psicologa
  - 1 Neuropsicologa



Durant l'any 2016 hem realitzat les següents visites a usuaris del centre.

## VISITES ATESES PER ESPECIALITAT



- **41.208** Metges de família
- **12.974** Pediatria
- **10.329** Odontologia
- **24.417** Infermeria
- **365** Treball Social
- **13.909** Atenció continuada
- **3.639** Llevadora
- **365** Treball social
- **173** Psiquiatria
- **5.924.** Atenció continuada ACUT:
  - Medicina: **3.155.**
  - Infermeria: **2.769.**
- Altres* **Dietista: 400**
- Homeopata: 68**
- Psicologa: 612**
- Neuropsicologa: 58**
- Recerca: 1.069**



## Despesa en farmàcia Any 2016

Del centre: **1.917.494,40 €**

De l'AGA: **26.075.491 €**  
**(EAP+HOSP+SS+ALTRES)**

% ingrès : **13,29%** segons DMA de l'AGA

## A.- PROMOGUDES I DESENVOLUPADES PER EAP OSONA – SUD ALT CONGOST SLP

- a) Radio Pista – Balenyà – Un cop el mes.
- b) Terapeuta gestàltica, amb diferents grups d'auto-ajuda, adreçat a per persones amb diversa problemàtica personal, per aconseguir un bon control de les seves emocions.
- c) Revista FerSalut (bimensual)
- d) Cicle de Xerrades Dietista-Nutricionista “Alimentació Saludable”
- e) Dietista-Nutricionista conjuntament amb la Neuropsicologia Cicle de Xerrades:

“Desenvolupament cerebral i nutrició en etapa infantil”

“Cervell Actiu i ben Alimentat en l'etapa adulta i 3er edat”

“APPs i noves comptencies digitals per una dieta equilibrada  
i estils vida saludables



## A.- ACTIVITATS PROMOGEDES I DESENVOLUPADES PER L'EAP OSONA – SUD ALT CONGOST SLP



ACCIÓ/ACTIVITAT SOCIAL

**Títol:** TALLER SALUT – GRUP DE SUPORT PER A PERSONES AMB PROBLEMÀTICA PERSONAL

**Objectiu:** Ajudar a fer un bon control de les emocions per poder gestionar millor la problemàtica personal.

**Descripció:**

1.L'EAP posa a disposició del Taller Salut una terapeuta que fa activitats d'ajuda i suport per la millora de la problemàtica personal dels membres del grup.

2.Destaquen les activitats terapèutiques de dansa, dibuix, musica i expressió corporal.

**Adreçat a:** persones amb diversa problemàtica personal relacionada amb l'estat emocional i psicològic.

**Centre on es realitza:** l'EAP Centelles/ CAP Balenyà /Consultori de St. Martí de Centelles

**Durada:** En el període comprès entre l'octubre i l'agost de cada any.

**Participants:** L'activitat s'organitza en 12 sessions grupals de màxim 10 persones.

**Canal de difusió/divulgació:** Web EAP Centelles i díptics i pòsters d'informació ubicats als centres.

**Impacte de l'acció/beneficis obtinguts:** Reduccions en l'atenció en les reiteracions de la consulta en medicina familiar i comunitària.



## A.- ACTIVITATS PROMOGEDES I DESENVOLUPADES PER L'EAP OSONA – SUD ALT CONGOST SLP



ACCIÓ/ACTIVITAT SOCIAL

**Títol:** PROGRAMA “TOTS A UNA” de la radio local “ Radio Pista ” (107.4 FM)

**Objectiu:** Difondre les diverses activitats que es fan a l'EAP Centelles i les totes aquelles que relacionades amb la salut de la població.

**Descripció:**

1. Informació i difusió d'activitats de prevenció i promoció de la salut.

**Adreçat a:** la població de l'ABS de centelles ( Centelles , Balenyà i Sant Martí de Centelles).

**Centre on es realitza:** Radio Pista ” (107.4 FM) de Balenyà.

**Durada:** El programa s'emet cada divendres tot i que la col·laboració presencial de l'EAP Centelles és d'un cop al mes.. Durant aquest 2016 ( 29/04;03/06;01/07; 02/09; 07/10; 04/11

**Participants:** Personal de l'ABS Centelles

**Canal de difusió/divulgació:** Radio Pista ” (107.4 FM) de Balenyà.

**Impacte de l'acció/beneficis obtinguts:** La participació en aquest programa de radio “Tots a Una” és fa des de l'any 2002 i l'audiència del programa és elevada.

## A.- ACTIVITATS PROMOGEDES I DESENVOLUPADES PER L'EAP OSONA – SUD ALT CONGOST SLP



ACCIÓ/ACTIVITAT SOCIAL

**Títol:** REVISTA FER SALUT

**Objectiu:** Apropiar temes de Salut a la població

**Descripció:** Revista de edició bimensual on es poden trobar articles relacionats amb la nostra Salut: consells, prevenció, malalties, tractaments, així com altres temes administratius, sanitaris , tràmits.....

**Adreçat a:** A la població de l'ABS de centelles ( Centelles , Balenyà i Sant Martí de Centelles).

**Canal de difusió/divulgació:** web EBA Centelles, facebook, rètols informatius, difusió a les consultes.  
[www.fersalut.org](http://www.fersalut.org)

**PREU :** GRATUÏTA

## A.- ACTIVITATS PROMOGEDES I DESENVOLUPADES PER L'EAP OSONA – SUD ALT CONGOST SLP

ACCIÓ/ACTIVITAT SOCIAL

**Títol:** ALIMENTACIÓ SALUDABLE

**Objectiu:** BENEFICIS D'UNA ALIMENTACIÓ SALUDABLE A L'ESCOLA

**Descripció:**

1. Informació, difusió d'activitats per la promoció de la salut, per educadors, pares i Alumnes

**Adreçat a:** a les poblacions de l'ABS/ mestres /educadors i Pares (Centelles/Balenyà/Sant Martí – Escoles Bressol fins a la ESO

**Centre on es realitza:** Escola Bressol Centelles, Balenyà i Sant Martí. Escola: Xoriguer, Sagrats Cors, Ildefons Cerdà, Joan XXIII, Escola Valldeneu.

**Durada:** Xerrades durant el curs escolar

**Canal de difusió/divulgació** WEB CAP, PROGRAMES DE MÀ A L'ESCOLA.

**Impacte de l'acció/beneficis obtinguts:** Bona acollida tant per part dels pares com educadors i fins i tot alguna escola ha demanat pe fer tutories

## **B.- PROJECTES EN XARXA EAP OSONA SUD – ALT CONGOST SLP AMB AJUNTAMENT I REGIDORIES**

- a) Reunions periòdiques amb regidors e Salut, Esport, Ensenyament i Cultura.
- b) Reunions Quinzenals amb Treballadora Social dels ajuntaments : Cap's de Infermeria de l' EAP.
- c) Reunions Mensuals amb Treballadora Social, Escola, Equip de pediatria i sempre que és necessari també amb l'Equip de l'EAP de l'escola.
- d) Gestió de Cas : Treballadora Social/ Pediatria/ Professorat/EAP Escola
- e) Programa de promoció de la Salut amb cada ajuntament des del 2007 amb el nom : T'apunes a Caminar? I a partir del 2008 : Ei Tornem-hi.
- f) Programa de promoció de la Salut “natació terapèutica” “Salut –Artrosi”
- g) Xerrades obertes a la població del document de voluntats anticipades /testament vital
- h) Programa ARREL amb Institut Pere Barnils
- i) Projecte de Pau a la població de Centelles ( amb la col·laboració de diferents entitats del poble). Volem parlar de Pau mundial, global i també de la que podem aprendre al dia a dia amb les nostres actituds (a casa, a l'escola, amb els veïns,..) Perquè cada vegada hi hagi més persones que es comprometin a construir un món sense violència i en Pau.
- j) Hem iniciat la presentació d'un projecte a les regidories de Salut, Esports, Cultura, ensenyament i Benestar per treballar en Valors i ensenyar les eines per gestionar emocions. El projecte té el nom de Valora'T i Emociona'T (ajuntament i regidories de Salut, Ensenyament, Cultura, Benestar de Centelles/Hostalets/Sant Martí i Aiguafreda

## B.- PROJECTES EN XARXA EAP OSONA

## SUD – ALT CONGOST SLP AMB AJUNTAMENT I REGIDORIES

ACCIÓ/ACTIVITAT SOCIAL

EI!! TORNEM-HI??

**Títol:** T'APUNTES A CAMINAR – EI TORNEM-HI?**Objectiu:** Crear un hàbit saludable, aconseguir millor qualitat de vida i que es camini tot l'any

**Descripció:** Programa de promoció de la Salut adreçat a tota la població, sobretot a aquelles persones que no practiquen cap tipus d'activitat física. Aquest any 2016 amb una nova iniciativa de crear dos circuits diferents un de nivell 0-1 per dins la població i un de descoberta de l'entorn de nivell 1-2 a Centelles.

Balanya: circuits variants per dins la població. Nivell 0-1

Sant Martí : mixta circuit per dins i una mica fora del cas urbà Nivell 0-1

**Adreçat a :** a Tota la població de l'ABS i a totes les edats**Lloc:** CENTELLES / HOSTALET DE BALENYÀ I SANT MARTÍ**Durada:** JUNY / JULIOL VESPRES A PARTIR DE LES 20H, dos dies a la setmana.**Canal de difusió/divulgació :** Propaganda de mà, programes a les botigues, web ajuntament/ web ABS.**Impacte de l'acció/beneficis obtinguts:**

Beneficis: Crear un hàbit de Salut.



## B.- PROJECTES EN XARXA EAP OSONA

## SUD – ALT CONGOST SLP AMB AJUNTAMENT I REGIDORIES

## ACCIÓ/ACTIVITAT SOCIAL

**Títol:** PROGRAMA DE SALUT : “NATACIÓ TERAPEUTICA” I “SALUT ARTROSIS”**Objectiu:** Programa de Salut per la mobilitat de les persones que no practiquen cap activitat física**Criteris d'inclusió:**

- Persona amb un nivell baix o insuficient d'activitat física.
- Patologia de base controlada (**mirar que no tingui cap dels criteris d'exclusió**).
- Major de 18 anys.
- Persona amb aptitud física mínima (poder desplaçar-se i aixecar-se d'una cadira de forma autònoma).

**Descripció:** des del 2011 oferim Un programa en moll i en sec a les instal·lacions de la piscina municipal de Centelles.**Adreçat a :** Persones grans, amb dolor , Persones amb mobilitat reduïda, artrosi i/o osteoporosi**Lloc:** CAP CENTELLES/ PISCINA MUNICIPAL/ AJUNTAMENT**Durada :** Octubre al maig**Canal de difusió/divulgació :** des de la consulta de infermeria i medicina amb prèvia valoració amb full de derivació

**Impacte de l'acció/beneficis obtinguts:** els resultats dels pacient que han assistit en els programes tant d'aigua com el sec han estat excel·lent, han millorat considerablement el dolor, la mobilitat i han pogut seguir programes normalitzats de la instal·lació i donar pas a nou pacients amb patologia per entrar al programa.



## B.- PROJECTES EN XARXA EAP OSONA

## SUD – ALT CONGOST SLP AMB AJUNTAMENT I REGIDORIES

ACCIÓ/ACTIVITAT SOCIAL

## Projecte Arrel

**Títol:** PROGRAMA ARREL - CONVENI SIGNAT DE COL·LABORACIÓ (des del 2010)

**Objectiu:** Que els alumnes que hi participen puguin obtenir el graduat en educació secundària. El programa està plenament consolidat i integrat en la programació educativa municipal i dels centres docents que hi participen.

**Descripció:** Es tracta d'un projecte desenvolupat conjuntament amb l'IES Pere Barnils de centelles i el Col·legi Sagrats Cors, en el qual hi participen empreses del municipi. El projecte, amparat a través d'un conveni amb el Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya (que no financia el projecte), promou la realització d'activitats de coneixement del món laboral en alumnes de 4rt ESO amb dificultats en el procés d'escolarització.

**Adreçat a :** Alumnes de 4rt ESO

**Lloc:** A les diferents empreses col·laboradores

**Durada:** Un trimestre cada curs

**Canal de difusió/divulgació :** l'Escola – Ajuntament

**Impacte de l'acció/beneficis obtinguts:** Alumnes de 4rt ESO, amb practiques, els ajuda a poder descobrir diferents llocs de treball, àmbits i a despertar d'interès en alguna formació professional.



**B.- PROJECTES EN XARXA EAP OSONA****SUD – ALT CONGOST SLP AMB AJUNTAMENT I REGIDORIES**

ACCIÓ/ACTIVITAT SOCIAL

**Títol:** PROJECTE DE PAU - 2016 “El Mur de la Mediterranea”**I durant el projecte de la Marató de Sang :** “ Sang per la vida Navegem per la Pau ”**Objectiu:** Perquè cada vegada hi hagi més persones que es comprometin a construir un món sense violència i en Pau**Descripció:** Projecte de Pau a la població de Centelles (Aquest 2016 amb Escoles, Entitats ). Volem parlar de Pau mundial, global i també de la que podem aprendre al dia a dia amb les nostres actituds (a casa, a l'escola, amb els veïns,..) diferents xerrades, exposicions, ..... Tot el que pugui ajudar a sensibilitzar per la pau.**Adreçat a :** A LES ESCOLES , ENTITATS , GRUPS .....I A LA POBLACIÓ DE CENTELLES**Lloc:** CENTELLES**Durada:** UN TRIMESTRE**Canal de difusió/divulgació :** Via mail a les escoles ,entitats, programes , web's, facebook , difusió i explicació a totes les entitats, grup que vulguin.**Impacte de l'acció/beneficis obtinguts:** Centelles fa anys que es treballa amb un projecte de pau i podem dir que es un poble on s'hi viu la comunitat, col·laborador, participatiu, solidari, agermanat.



Gent de Centelles



Sang per la Vida, navegant per la Pau

**Escola  
Sagrats Cors**

**MARATÓ  
CENTELLES**

ESCOLA SAGRATS CORS - TALLER DE 11 A 13 I DE 16 A 20 H

"COM TINC LA SANG? EN PUC DONAR? A QUI PUC AJUDAR?"

Cada 3 segons algú necessita sang a Catalunya.

Estem convençuts que sabent això és impossible que no donis sang.

Per això ho hem escrit aquí per tal que ho sàpigues i recordis que el dia

**16 d'abril** vindrem a rebre la teva donació.

Alumnes tercer d' ESO Escola Sagrats Cors de Centelles i Marató de Sang de Centelles

**16 d'abril de 2016 de 10 del matí a 9 del vespre.**



**CENTELLES !! 06 ABRIL 2016**

Dià Mundial  
de l'Activitat Física

6 d'abril de 2016

**INFANT ACTIU = ADULT SALUDABLE**

60 minuts d'activitat física cada dia

30 minuts d'activitat física cada dia



**VINE A CAMINAR!  
SORTIREM A LES  
10H DEL CAP CENTELLES**



**CENTELLES ACTIVA'T  
EI !! TORNEM-HI 2016!!  
APUNTA'T : AL CAP**



• 2 DIES A LA SETMANA

• 2 RECORREGUTS  
diferents

**PRESENTACIÓ:**  
28 DE MAIG  
A LES 11:30H  
PLAÇA MAJOR  
"MASTER CLASS" I  
... molt més!!  
T' ESPEREM



**RECORREGUT URBÀ:**  
"DILLUNS"  
Senzill i per dins la població

**A LES 21H PASSEIG**  
**INICI DILLUNS 6 JUNY**  
(dificultat 0-1)

**RECORREGUT PER L'ENTORN:**  
"DIJOUS"  
4 KM AL VOLTANT DE CENTELLES

**"DESCUBRINT L'ENTORN"**  
**A LES 20H PLA MESTRE**  
**INICI DIJOUS 2 JUNY**  
(dificultat 1-2)

**COL·LABORA:**  
REGIDORIES DE SALUT I ESPORT

**COL·LABORA:**  
REGIDORIES DE SALUT I ESPORT

**COL·LABORA:**  
REGIDORIES DE SALUT I ESPORT

**COL·LABORA:**  
REGIDORIES DE SALUT I ESPORT

COL·LABORADORS

**SUPERVOD**  
Fruites verdures  
La seva fruiteria

**etixx**  
etixx

**Sabadell**  
Sabadell

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx

**etixx**  
etixx





**CENTELLES ACTIVA'T  
EI !! TORNEM-HI 2016!!  
APUNTAT : AL CAP**

**Activa't!  
Caminant**

**PRESENTACIÓ:**  
28 DE MAIG  
A LES 11:30H  
PLAÇA MAJOR  
"MASTER CLASS" I  
... molt més!!  
T' ESPEREM

**• 2 DIES A LA SETMANA  
• 2 RECORREGUTS  
diferents**

**RECORREGUT URBÀ :  
"DILLUNS"**  
Senzill i per dins la població  
**A LES 21H PASSEIG**  
**INICI DILLUNS 6 JUNY**  
(dificultat 0-1)

**RECORREGUT PER L'ENTORN:  
"DIJOUS"**  
4 KM AL VOLTANT  
DE CENTELLES  
**"DESCUBRINT L'ENTORN"**  
**A LES 20H PLA MESTRE**  
**INICI DIJOUS 2 JUNY**  
(dificultat 1-2)

SOPAR: 28 JULIOL A LES 24 H  
VESPRE A LA PISTA- CASAL

Pla d'Activitat Física  
Esport i Salut

Ajuntament  
de Centelles

Centelles  
MUNICIPI

COL·LABORA:  
RESIDUOS  
DE SALUT I ESPORT



## EL MUR DE LA MEDITERRÀNIA

Projecte 2016

Programa de Cultura de Pau i la Noviolència a Centelles

Centelles, gener de 2016



### Valora'T i Emociona'T

#### Projecte : Valora'T i Emociona'T

Un projecte pensat per aconseguir crear un entorn afavoridor de la Salut, treballant i aprenent els valors, aprenent a gestionar les emocions perquè ens ajudin a créixer amb Salut Integral: cos - animà - ment.

Ajudant als infants i els joves a créixer, aconseguint adquirir una base més sòlida, per aconseguir fer aquest creixement integral, estimant-se i acceptant-se primer, amb els seus punts forts i els que no ho són tant. Ensenyant-los mètodes perquè obtinguin els recursos necessaris per viure estabilitzats. Ajudant-los perquè cadascú trobi el seu camí i el seu lloc. Perquè cadascú es Valori i s'Emocioni!! educant i facilitant les condicions perquè els nens/nenes els/joves puguin ser qui ja són.

Es tracta de donar-nos permís de ser humans!! Permetre'ns experimentar la tristesa, l'angoixa, l'ansietat... que a vegades passem en determinats moments o períodes de la vida, perquè són aquestes experiències una oportunitat que ens ajuda a créixer personalment, fent-nos més forts i grans!!

Creiem amb els joves, creiem que tothom té un do, en el Món i en la vida hi ha cabuda per tots i cadascú. És en la diversitat i la pluralitat on hi ha el coneixement, el creixement i la saviesa!!

Es per tot això, que l'Àrea Bàsica de Salut de Centelles, l'Ajuntament amb diferents regidories, un grup de professionals de la Salut i educadors, creiem que si els nens / nenes - i els / les joves aprenen a ser feliços trobant el camí que els mateixos trïn, amb l'ajuda de la psicologia positiva, volem ajudar a fer un tomb als resultats de les estadístiques on diuen que el medicament més prescrit en joves de 18 a 25 anys són els antidepressius.



## **C- PROJECTES ANUALS DE L' EAP/ AJUNTAMENT I REGIDORIES/ CONSELL COMARCAL / CHVIC /GENERALITAT/ DIPUTACIÓ/SALUT PÚBLICA**

- a) Salut i Escola: Infermera diplomada i formada per el programa de Salut i Escola, acut a l'escola un cop per setmana 1.5h durant el curs escolar. Dirigit al·lumnas de 3er i 4ert ESO.
- b) Programa de Salut Bucodental , Xerrades de Prevenció i Tallers : a totes les escoles de l' ABS al·lumnas de 2n i 5 è de Primària - 1er i 3er ESO.
- c) Programa de Vacunació a l'escola : Alumnes de 6è primària : Varicel·la+ Hepatitis A+B + papil·loma (a les noies) (3 dosis : 1+1mes+6mesos) . Alumnes de 2nESO la TD
- d) Programa Pacient Expert en els programes de Diabetis / Sintron.
- e) Programa Pla d'activitat física Esports i Salut . Amb dos circuits marcats a Centelles i dos a Balenyà, amb Tríptics i pasquins publicitats.
- f) Protocol i desplegament del document de Desenvolupament per a la Detecció i seguiment de situacions de dificultat en l'alimentació d'infants i adolescents.
- g) Amb ASSIR preparació del Pre i Post Part.
- h) Colors, Sabors i molta marxa a Osona programa conjunt amb Consell Comarcal: anima't i meja, l'aigua es la millor opció, mou-te i juga i sobretot procura No estar més d'una hora al dia davant la tele, amb l'ordinador o amb la consola! . Avui toca esport! Que cal menjar i quan?
- i) Sessions de formació Pediàtriques a HUVIC, cada dimecres durant tot l'any.





## C- PROJECTES ANUALS DE L' EAP/ AJUNTAMENT I REGIDORIES/ CONSELL COMARCAL / CHVIC /GENERALITAT/ DIPUTACIÓ/SALUT PÚBLICA

ACCIÓ/ACTIVITAT SOCIAL

**Títol:** PROGRAMA PLA D'ACTIVITATS FÍSICA ESPORTS I SALUT

**Objectiu:** Incorporar, millorar i augmentar el nivell de la pràctica d'activitat física, alhora potenciar un estil de vida actiu i augmentar el nivell de Salut integral.

**Descripció:**

- 1.Centelles dos circuits, una ruta urbana de 2800 m i un de 2000m Ruta espai fluvial.
- 2.Balenyà tres circuits, ruta verda de 1900m, ruta vermella de 2060m i ruta Blava de 3960m.
- 3.Sant Martí no està publicada però també hi ha rutes marcades.

**Adreçat a:** als ciutadans que practiquen poca o no practiquen activitat física

**Centre on es realitza:** Centelles/ Balenyà /St. Martí de Centelles

**Durada:** Durant tot l'any. Marcada i amb tríptics informatius.

**Participants:** Activitat per a tota la població del 3 pobles, que desenvolupen de forma individual. No tenim identificat el nombre de participants.

**Canal de difusió/divulgació:** Tríptics, web EAP, Ajuntaments, Web PAFES

**Entitats col·laboradores:** Generalitat, Ajuntament , Àrea Científica Menarini, EAP.

**Impacte de l'acció/beneficis obtinguts:**

AMB ELS ANYS DE LA CAMINA I LES DIFERENTS RUTES HEM CREAT L'HÀBIT I MOLTA GENT JA CAMINA SOLÀ I / O AMB GRUP A DIFERENTS HORES DEL DIA I DIFERENTS DIES A LA SETMANA.

COLORS, SABORS I MOLTA MARXA A OSONA!

# AVUI TOCA ESPORT! QUÈ CAL MENJAR I QUAN

PROCURA MENJAR DUES HORES ABANS DE FER L'ACTIVITAT  
EVITA FER UNA ACTIVITAT EN DEJÚ O DESPRÉS DE MOLTA  
ESTONA SENSE MENJAR

## SI L'ACTIVITAT ÉS AL MATÍ

CAL FER UN BON  
ESMORZAR  
Un esmorzar saludable  
inclou fruita, un lacti i pa,  
torrades o cereals

## SI L'ACTIVITAT ÉS A LA TARDA

INTENTA FER UN  
DINAR FÀCIL DE  
DIGERIR  
Un plat d'arròs, pasta,  
patates... amb carn, peix o  
ous i guarnició de verdura  
cuita o amanida, i, de  
postres, fruita del temps

## I PER BEURE?

HIDRATA'T:  
L'AIGUA ÉS LA  
MILLOR OPCIO!  
Abans, durant i després de  
fer l'activitat escull aigua en  
lloc de begudes  
ensucrades

## I DESPRÉS DE FER ESPORT

CAL  
RECUPERAR-SE  
RÀPID!  
Porta sempre a la motxilla  
aigua, fruita seca, un  
entrepà o torradetes ...



Generalitat de Catalunya  
Agència de Salut Pública  
de Catalunya

Generalitat de Catalunya  
Departament  
d'Ensenyament

Diputació  
Barcelona

Consell Comarcal  
d'Osona

UNIVERSITAT DE VEGES  
UNIVERSITAT CENTRAL  
DE CATALUNYA

ISIBO  
INSTITUT INTEGRAT  
DE SALUT D'OSONA

Amb la col·laboració  
de l'Ajuntament

COLORS, SABORS I MOLTA MARXA A OSONA!



## ANIMA'T I MENJA

5 RACIONS DIÀRIES DE  
FRUITA I VERDURA  
PROCURA MENJAR  
3 PECES DE FRUITA  
AL DIA



## I PER BEURE

TRIA AIGUA EN LLOC  
DE BEGUES  
ENSUCRADES  
L'AIGUA ÉS LA  
MILLOR OPCIO



## MOU-TE

JUGA AMB ELS AMICS  
AL PARC O AL PATI DE  
L'ESCOLA, CAMINA,  
VÉS AMB BICICLETA,  
PATINET O PATINS,  
PRACTICA ALGUN  
ESPORT  
60 MINUTS  
D'ACTIVITAT FÍSICA  
AL DIA



## I SOBRETOT

PROCURA NO ESTAR MÉS  
D'UNA HORA AL DIA  
DAVANT LA TELE, AMB  
ORDINADOR O AMB LA  
CONSOLA



Generalitat de Catalunya  
Agència de Salut Pública  
de Catalunya

Generalitat de Catalunya  
Departament  
d'Ensenyament

Diputació  
Barcelona

Consell Comarcal  
d'Osona

UNIVERSITAT DE VEGES  
UNIVERSITAT CENTRAL  
DE CATALUNYA

ISIBO  
INSTITUT INTEGRAT  
DE SALUT D'OSONA

Amb la col·laboració  
de l'Ajuntament

## D- PROJECTES ANUALS DE L'EAP AMB ENTITATS DEL TERCER SECTOR

- a) Conveni de Col·laboració amb IES Vic (alumnes en practiques)
- b) Conveni de Col·laboració amb UVIC (alumnes en practiques dietètica i nutrició / Infermeria)
- c) UDACEBA, Residents amb pràctiques
- d) Conveni amb CARITAS
- e) Conveni amb Banc de Sang i Teixits, col·laborem amb les diferents campanyes de recollida de Sang dels tres pobles de l'EAP, formació feta als diferents professionals; conjuntament amb l'associació de donants del poble, banc de Sang, ajuntament, organitzem la Marató de Sang, un dia de Gran Solidaritat, participació ciutadana, d'alegria, goig i per tant un dia de Salut i Benestar.
- f) Som referents de BANC DE LLET MATERNA (Catalunya té tres punts de Banc de Llet: Barcelona ,Hospital de Palamós i EAP Centelles )
- g) Cursa Solidaria per el Sàhara(preu inscripció: Pasta sense gluten per celíacs, gotes per els ulls (oxfarm – ulls del Món – Ajuntament – EAP)
- h) Campanya d'aliments Novembre/ Desembre amb Caritas i Banc d'aliments



## Formació, jornades i cursos

**FORMACIÓ, DOCÈNCIA I CURSOS DEL PERSONAL 2016**

La formació és un element de competitivitat i de millora permanent.

Durant l'any 2016 hem realitzat activitats de formació al nostre centre pels diferents tipus de professionals.

**FORMACIO PERSONAL MÈDIC ABS CENTELLES 2016**

| DATA INICI | DATA FINAL | HORES             | DESCRIPCIÓ DEL CURS                                                                             | LLOC                 | PERSONAL           | CÀRREC              |
|------------|------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------|---------------------|
| 29/10/2016 | 24/12/2016 | 4,1               | ACTUALITZACIO EN EL MANEIG DE PACIENTS AMB MPOC: L'ÒPTICA DE L'HOSPITAL                         | VIC                  | DR.J.RAMON MENDEZ  | ASSISTÈNCIA         |
| 27/02/2016 | 27/02/2016 |                   | 30ª JORNADA PEDIATRIA AMBULATORIA                                                               | BARCELONA            | DRA. RAMON         | ASSISTÈNCIA         |
| 30/09/2015 |            | 90h lectives      | AMF ACTUALITZACIÓ EN MEDICINA DE FAMILIA                                                        | BARCELONA            | DR. J.RAMON MENDEZ | ASSISTÈNCIA         |
| 02/03/2016 |            | 90h lectives      | AMF ACTUALITZACIÓ EN MEDICINA DE FAMILIA                                                        | BARCELONA            | DR. J.RAMON MENDEZ | ASSISTÈNCIA         |
| 30/09/2015 |            | 90h lectives      | AMF ACTUALITZACIÓ EN MEDICINA DE FAMILIA                                                        | BARCELONA            | DRA.DEL VAL        | ASSISTÈNCIA         |
| 02/03/2016 |            | 90h lectives      | AMF ACTUALITZACIÓ EN MEDICINA DE FAMILIA                                                        | BARCELONA            | DRA.DEL VAL        | ASSISTÈNCIA         |
| 2015       | 26/02/2016 | 250h / 10 credits | TRANSTORNS DEL MOVIMENT                                                                         | UOC                  | DRA.TANTIÑA        | ASSISTÈNCIA         |
| 26/05/2016 | 28/05/2016 |                   | 43º CURSO DE PEDIATRIA EXTRAHOSPITALARIA                                                        | BARCELONA            | DRA.RAMON          | ASSISTÈNCIA         |
| 04/02/2016 | 19/02/2016 | 9H                | ACTUALITZACIÓ EN EL MANEIG DE PACIENT AMB MPOC                                                  | VIC                  | DR. JR MENDEZ      | ASSISTÈNCIA         |
| 01/10/2015 | 20/06/2016 | 1h/0,18credits    | ACTUALITZACIÓ EN PEDIATRICA 2015-16. XXXI EDICIO                                                | BARCELONA            | DRA.MATESANZ       | DOCENCIA            |
| 01/10/2015 | 20/06/2016 | 1h/0,18credits    | ACTUALITZACIÓ EN PEDIATRICA 2015-16. XXXI EDICIO                                                | BARCELONA            | DRA.ULIED          | DOCENCIA            |
| 01/10/2015 | 20/06/2016 | 1h/0,18credits    | ACTUALITZACIÓ EN PEDIATRICA 2015-16. XXXI EDICIO                                                | BARCELONA            | DRA.RAMON          | DOCENCIA            |
| 28/10/2016 | 28/10/2016 | 5H                | 17ª JORNADA DE RESIDENTS UNITAT DOCENT MULTIPROFESSIONAL D'ATENCIO FAMILIAR I COMUNITARIA ACEBA | St. marti centelles  | DRA. MARTINEZ      | COMITÉ ORGANITZADOR |
| 28/10/2016 | 28/10/2016 | 5H                | 18ª JORNADA DE RESIDENTS UNITAT DOCENT MULTIPROFESSIONAL D'ATENCIO FAMILIAR I COMUNITARIA ACEBA | sant marti centelles | DRA. MARTINEZ      | ASSISTÈNCIA         |
| 21/04/2016 | 22/04/2016 | 12H               | ACTUALITZACIÓ DE VACUNES 2016-XX EDICIO                                                         | BARCELONA            | DRA.ULIED          | ASSISTÈNCIA         |

## Formació, jornades i cursos

|            |            |              |                                                                                                                    |                      |                |                      |
|------------|------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------|----------------------|
| 01/10/2016 | 20/06/2016 | 25           | ACTUALITZACIÓ EN PEDIÀTRICA 2015-2016 XXXI edició                                                                  | BARCELONA            | DRA. RAMON     | ASSISTÈNCIA          |
| 01/10/2016 | 20/06/2016 | 25           | ACTUALITZACIÓ EN PEDIÀTRICA 2015-2016 XXXI edició                                                                  | BARCELONA            | DRA. MATESANZ  | ASSISTÈNCIA          |
| 2015/2016  | 2015/2016  |              | COL·LABORADOR DOCENT DE LA UNITAT MULTIPROFESSIONAL D'ATENCIÓ FAMILIAR I COMUNITÀRIA ACEBA ROTACIÓ RURAL RESIDENTS |                      | DRA. DEL VAL   | DOCENT               |
| 2015/2016  | 2015/2016  |              | COL·LABORADOR DOCENT DE LA UNITAT MULTIPROFESSIONAL D'ATENCIÓ FAMILIAR I COMUNITÀRIA ACEBA ROTACIÓ RURAL RESIDENTS |                      | DR. MENDEZ     | DOCENT               |
| 07/10/2016 | 07/10/2016 | 2H           | MANEIG DELS TRASTORNS DE LA SON EN LA GENT GRAN                                                                    | BARCELONA            | DRA. NAREJOS   | ASSISTÈNCIA          |
| 10/11/2016 | 10/11/2016 |              | 3r CONGRES DE LA PROFESSION MÈDICA DE CATALUNYA                                                                    | GIRONA               | DRA. A.TANTIÑA | DELEGADA             |
| 18/11/2016 | 18/11/2016 | 6h           | CURS DE SUPORT VITAL BÀSIC + DEA                                                                                   | sant marti centelles | DRA. MARTINEZ  | ASSISTÈNCIA          |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H           | DEA REANIMACIÓ CARDIOVASCULAR                                                                                      | CENTELLES            | DRA. TANTIÑA   | ASSISTÈNCIA          |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H           | DEA REANIMACIÓ CARDIOVASCULAR                                                                                      | CENTELLES            | DR.MENDEZ      | ASSISTÈNCIA          |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H           | DEA REANIMACIÓ CARDIOVASCULAR                                                                                      | CENTELLES            | DR.SINCHI      | ASSISTÈNCIA          |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H           | DEA REANIMACIÓ CARDIOVASCULAR                                                                                      | CENTELLES            | DRA.MATESANZ   | ASSISTÈNCIA          |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H           | DEA REANIMACIÓ CARDIOVASCULAR                                                                                      | CENTELLES            | DRA.MARTINEZ   | ASSISTÈNCIA          |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H           | DEA REANIMACIÓ CARDIOVASCULAR                                                                                      | CENTELLES            | DRA. RAMON     | ASSISTÈNCIA          |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H           | DEA REANIMACIÓ CARDIOVASCULAR                                                                                      | CENTELLES            | DRA. ULIED     | ASSISTÈNCIA          |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H           | DEA REANIMACIÓ CARDIOVASCULAR                                                                                      | CENTELLES            | DRA. DEL VAL   | ASSISTÈNCIA          |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H           | DEA REANIMACIÓ CARDIOVASCULAR                                                                                      | CENTELLES            | DRA.NOHEDA     | ASSISTÈNCIA          |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H           | DEA REANIMACIÓ CARDIOVASCULAR                                                                                      | CENTELLES            | DR.VILATIMO    | ASSISTÈNCIA          |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H           | DEA REANIMACIÓ CARDIOVASCULAR                                                                                      | CENTELLES            | DRA.NAREJOS    | ASSISTÈNCIA          |
|            |            | 26,3 CREDITS | DIPLOMA I CERTIFICAT ACREDITACIÓ COL·LEGIAL EN FORMACIO MEDICA CONTINUADA/ DESENVOL. PROFESSIONAL CONTINUAT        | BARCELONA            | DRA. A.TANTIÑA | DIPLOMA I CERTIFICAT |
| 10/11/2016 | 10/11/2016 |              | 3r CONGRES DE LA PROFESSION MÈDICA DE CATALUNYA                                                                    | GIRONA               | DRA. A.TANTIÑA | DELEGADA             |

## Formació, jornades i cursos

|            |            |                   |                                                                                                        |           |                          |           |
|------------|------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------|-----------|
| 29/02/2016 | 27/12/2016 | on line           | ORTOPEDIA INFANTIL BÀSICA PARA PEDIATRAS DE ATENCION PRIMARIA (activida código LRZ3446_00)             | ON LINE   | DRA. MATESANZ            | PEDIATRIA |
| 01/12/2016 | 01/01/2016 |                   | JORNADA DEBAT SOBRE EL TDAH                                                                            | BARCELONA | DRA. RAMON               | PEDIATRIA |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | on line           | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | DRA. NURIA DEL VAL       | METGE FMA |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | on line           | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | DRA. ENCARNA MARTINEZ    | METGE FMA |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | on line           | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | DRA. SUSANNA MATESANZ    | PEDIATRIA |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | on line           | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | DR. J. RAMON MENDEZ      | METGE FMA |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | on line           | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | DRA. SILVIA NAREJOS      | METGE FMA |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | on line           | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | DR. LUIS SINCHI YUPANQUI | METGE FMA |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | on line           | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | DRA. ANNA TANTIÑA PUIG   | METGE FMA |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | on line           | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | DRA. ANGELS ULIED        | PEDIATRIA |
| 01/07/2016 | 31/12/2016 | 9,5 credits/ 90 h | ACTUALITZACIÓ EN MEDICINA DE FAMILIA AMF I COMUNITÀRIA                                                 |           | DRA. ANNA TANTIÑA PUIG   | METGE FMA |

## Formació, jornades i cursos

## FORMACIÓ PERSONAL INFERMERIA ABS CENTELLES 2016

| DATA INICI | DATA FINAL | HORES       | DESCRIPCIÓ DEL CURS                                                                             | LLOC      | PERSONAL                | CÀRREC         |             |
|------------|------------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------|----------------|-------------|
| 18/02/2016 | 18/02/2016 |             | MOBILITZAT PER LA TEVA SALUT                                                                    | BARCELONA | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA      | ASSISTENCIA |
| 18/03/2016 | 18/03/2016 | 2h          | ABORDATGE DEL TABAQUISME EN JOVES/FAMÍLIES                                                      | MANRESA   | GEMMA SAYOS FREIXER     | INFERMERA      | ASSISTENCIA |
| 15/03/2016 | 15/03/2016 | 2h          | LA NUTRICIÓ EN NENS I JOVES ESPORTISTIS                                                         | VIC       | ALBA MASO BLANCH        | AUX. PEDIATRIA | ASSISTENCIA |
| 13/04/2016 | 13/04/2016 | 5H30'       | JORNADA CURES HABILITATS COMUNICATIVES I RELACIONALS EN LA CURA DELS PACIENT                    | VIC       | GEMMA SAYOS FREIXER     | INFERMERA      | ASSISTENCIA |
| 13/04/2016 | 13/04/2016 | 5H30'       | JORNADA CURES HABILITATS COMUNICATIVES I RELACIONALS EN LA CURA DELS PACIENT                    | VIC       | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA      | ASSISTENCIA |
| 11/05/2016 | 11/05/2016 |             | "CLAUSURA DE LA PROMOCIO DE L'ESPECIALITAT D'INFERMERIA DE SALUT MENTAL                         | VIC       | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA      | ASSISTENCIA |
| 12/05/2016 | 12/05/2016 | 5H          | ACTUALITAT I ESSENCIA INFERMERA                                                                 | BARCELONA | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA      | ASSISTENCIA |
| 12/05/2016 | 13/05/2016 |             | IV CONGRES CATALÀ D'INFERMERIA DE SALUT MENTAL                                                  | VIC       | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA      | ASSISTENCIA |
| 16/06/2016 | 17/06/2016 | 1,9 credits | ATENCIÓ A LES FERIDES CRONIQUE POSADA AL DIA DE LES FERIDES VASCULARS QUE EN SABEM DEL BIOFILM? | VIC       | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA      | ASSISTENCIA |
| 26/10/2015 | 31/05/2016 | 35H         | DIABETIS ON-LINE                                                                                | BARCELONA | ALBA VALENCIA PIÑANA    | INFERMERA      | ASSISTENCIA |
| 26/10/2016 | 31/05/2016 | 35          | CERTIFICAT DE DIABETIS ON-LINE                                                                  | BARCELONA | ALBA VALENCIA PIÑANA    | INFERMERA      | ASSISTENCIA |
| 29/02/2016 | 15/04/2016 | 210         | TUTORA PRACTIQUES D'ALUMNES INFERMERIA UVIC                                                     | VIC       | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA      | DOCENT      |

## Formació, jornades i cursos

|            |            |           |                                                                                                     |           |                         |           |             |
|------------|------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------|-----------|-------------|
| 18/04/2016 | 27/05/2016 | 210       | TUTORA PRACTIQUES D'ALUMNES INFERMERIA UVIC                                                         | VIC       | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA | DOCENT      |
| 05/10/2016 |            | 80H       | INICIACIO ELECTROCARDIOGRAFIA PARA TCAE (CURS ONLINE)                                               | ON LINE   | MONTSE MASNOU GONZALEZ  | AUXILIAR  | ON LINE     |
| 15/10/2016 |            | 18 CREDIT | ABORDAJE DEL PACIENTE CON DM2 EN EL INICIO DE LA INSULINIZACION                                     | ON LINE   | DOLORS MOLERA BARTOLOME | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 15/10/2016 |            | 18 CREDIT | ABORDAJE DEL PACIENTE CON DM2 EN EL INICIO DE LA INSULINIZACION                                     | ON LINE   | ALBA VALENCIA PIÑANA    | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 2015       | 2015       | 6 HORES   | LA TUTORIA EN LES PRACTIQUES CLINQUES D'INFERMERIA                                                  | VIC       | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 21/10/2016 | 21/10/2016 | 5h        | II JORNADA PREVENCIO I CONTROL TABAQUISME DE LA CATALUNYA CENTRAL I VII TROB. PROGRAMA AP SENSE FUM | VIC       | GEMMA SAYOS FREIXER     | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 22/11/2016 | 22/11/2016 | 2h        | SESSIÓ PAFES, en la patologia de l'aparell locomotor                                                | MANRESA   | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H        | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                       | CENTELLES | ALBA VALENCIA PIÑANA    | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H        | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                       | CENTELLES | LAIA RIQUELME SOLA      | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H        | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                       | CENTELLES | DOLORS MOLERA BARTOLOME | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H        | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                       | CENTELLES | MARTA VIVET DOT         | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H        | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                       | CENTELLES | SARA ESTEVE LUCENA      | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H        | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                       | CENTELLES | ANNA COMA ROURA         | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H        | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                       | CENTELLES | GEMMA SAYOS FREIXER     | INFERMERA | ASSISTENCIA |



## Formació, jornades i cursos

|            |            |         |                                                                                                        |           |                         |           |             |
|------------|------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------|-----------|-------------|
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                          | CENTELLES | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                          | CENTELLES | DOLORS MOLERA BARTOLOME | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 30/11/2016 | 30/11/2016 | 4H      | 1era. JORNADA D'INFERMERIA CCOO-PSMAR "EL FUTUR FET PRESENT"                                           | BARCELONA | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA | ASSISTENCIA |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | SARA ESTEVE LUCENA      | INFERMERA | ON LINE     |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | DOLORS MOLERA BARTOLOME | INFERMERA | ON LINE     |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | DOLORS MORATO SERRA     | INFERMERA | ON LINE     |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | LLUISA RODRIGUEZ DUEÑAS | INFERMERA | ON LINE     |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | GEMMA SAYOS FREIXER     | INFERMERA | ON LINE     |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ON LINE   | ALBA VALENCIA PIÑANA    | INFERMERA | ON LINE     |
| 01/09/2016 | 01/10/2016 | 23H     | Curs online activitat física i Salut Intervenció a l'Atenció Primària de Salut                         | ON LINE   | MONTSE MASNOU GONZALEZ  | AUXILIAR  | ON LINE     |



## Formació, jornades i cursos

## FORMACIÓ DEL PERSONAL ODONTOLOGIA ABS CENTELLES 2016

| DATA INICI | DATA FINAL | HORES   | DESCRIPCIÓ DEL CURS                                                                                   | LLOC      | PERSONAL              |             |
|------------|------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------|-------------|
| 25/02/2016 | 25/02/2016 | 10H     | ACTUALITZACIO EN ENFERMETAT DE LA MUCOSA ORAL                                                         | BARCELONA | DRA. MONTSE CORNELLAS | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                         | CENTELLES | DRA. NURIA MARIN      | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                         | CENTELLES | DR. IVAN LARA         | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                         | CENTELLES | DRA. ONA CODINA       | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                         | CENTELLES | DRA. MONTSE CORNELLAS | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                         | CENTELLES | ELI VILA VILA         | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                         | CENTELLES | ANGELS GIMENO         | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                         | CENTELLES | AGNES SANCHEZ         | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                         | CENTELLES | ALBA MONTMANY         | ASSISTENCIA |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                         | CENTELLES | M.FENANDEZ TELLEZ     | ASSISTENCIA |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació | ON LINE   | GRISELDA BERNAL       | ASSISTENCIA |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació | ON LINE   | ALBA DIAZ FONT        | ASSISTENCIA |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació | ON LINE   | DR. IVAN LARA         | ASSISTENCIA |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació | ON LINE   | ALBA MONTMANY         | ASSISTENCIA |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació | ON LINE   | AGNES SANCHEZ         | ASSISTENCIA |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació | ON LINE   | M.FENANDEZ TELLEZ     | ASSISTENCIA |
| 30/10/2016 | 30/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades). Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació | ON LINE   | ELI VILA VILA         | ASSISTENCIA |

## Formació, jornades i cursos

## FORMACIO PERSONAL ADMINISTRATIU ABS CENTELLES 2016

| DATA INICI | DATA FINAL | HORES       | DESCRIPCIÓ DEL CURS                                                             | LLOC      | PERSONAL            | CÀRREC        |
|------------|------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------|---------------|
| 20/01/2016 | 20/01/2016 | 3H          | Jornada de riscos psicosocials                                                  | BARNA     | LOURDES TUNEU       | ADMINISTRATIU |
| 20/01/2016 | 20/01/2016 | 3H          | Jornada de riscos psicosocials                                                  | BARNA     | M.JOSEP SIMON       | ADMINISTRATIU |
| 19/01/2016 | 17/02/2016 | 6,4 credits | EL AUXILIAR DE ENFERMERIA EN LOS CUIDADOS DEL PACIENTE DEPENDIENTE              | ON LINE   | MONTSE MASNOU       | AUX. CLINICA  |
| 29/02/2016 | 29/04/2016 | 23h         | Curs Online Activiat Fisica i Salut intervencio a l'APSalut                     | ON LINE   | ALBA MASO           | AUX. CLINICA  |
| 20/04/2016 | 20/06/2016 | 20H         | Curs Online Tabaquisme passiu en infància                                       | ON LINE   | MONTSE MASNOU       | AUX. CLINICA  |
| 26/09/2016 | 26/11/2016 | 23h         | Curs Online Activitat Fisica i Salut Intervenció en l'Atenció Primària de Salut | ON LINE   | MONTSE MASNOU       | AUX. CLINICA  |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | TERE BEORLEGUI      | ADMINISTRATIU |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | MERCE SAYOS RELLO   | ADMINISTRATIU |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | LOURDES TUNEU       | ADMINISTRATIU |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | M.MAR GALLARDO      | ADMINISTRATIU |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | MARC ROCA SOLA      | ADMINISTRATIU |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | MONTSE MASNOU       | ADMINISTRATIU |
| 25/11/2016 | nov-16     | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | MERCE MARTINEZ      | ADMINISTRATIU |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | M.JOSEP SIMON       | ADMINISTRATIU |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | LEONOR TORMO        | ADMINISTRATIU |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | GRISelda BERNAL     | ADMINISTRATIU |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | GEMMA TOBAJAS       | ADMINISTRATIU |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | ESTEFANIA PUIGDOMEN | TEC.LAB       |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H          | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                   | CENTELLES | ANGELS FUMAÑA       | AUX. CLINICA  |

## Formació, jornades i cursos

|            |            |         |                                                                                                           |           |                    |                |
|------------|------------|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------|----------------|
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                             | CENTELLES | ALBA DIAZ FONT     | AUX. CLINICA   |
| 25/11/2016 | 25/11/2016 | 2H      | DEA REANIMACIO CARDIOVASCULAR                                                                             | CENTELLES | ALBA MASO BLANCH   | AUX. CLINICA   |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades).<br>Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ONLINE    | ADMINISTRATIU      | MARC ROCA      |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades).<br>Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ONLINE    | AUX. ADMINISTRATIU | TERE BEORLEGUI |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades).<br>Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ONLINE    | AUX. ADMINISTRATIU | MAR GALLARDO   |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades).<br>Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ONLINE    | AUX. ADMINISTRATIU | MERCE MARTINEZ |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades).<br>Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ONLINE    | AUX. CLINICA       | MONTSE MASNOU  |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades).<br>Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ONLINE    | ADMINISTRATIU      | MERCE SAYOS    |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades).<br>Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ONLINE    | AUX. ADMINISTRATIU | ANNA SERRA     |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades).<br>Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ONLINE    | AUX. ADMINISTRATIU | M.JOSEP SIMON  |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades).<br>Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ONLINE    | TEC. LABORATORI    | GEMMA TOBAJAS  |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades).<br>Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ONLINE    | AUX. ADMINISTRATIU | LEO TORMO      |
| 31/10/2016 | 31/11/2016 | ON LINE | Curs LOPD (Llei Orgànica de Protecció de Dades).<br>Nivell Avançat. A través de BIT'S Centre de Formació. | ONLINE    | AUX. ADMINISTRATIU | LOURDES TUNEU  |

## Docència

## Taula Activitat docent UDACEBA 2016



| CENTRE                  | PERIODE                    | UNITAT DOCENT          | ALUMNE                       |                     |
|-------------------------|----------------------------|------------------------|------------------------------|---------------------|
| Hostalets de Balenyà    | Gener de 2016              | UDACEBA                | Laura Pardo Frasquet         | Resident infermeria |
| Sant Martí de Centelles | Febrer de 2016             | UD Barcelona - ICS     | Olga Noheda                  | Resident            |
| Hostalets de Balenyà    | Maig de 2016               | UD Barcelona - ICS     | José Carlos Montemayor López | Resident            |
| Sant Martí de Centelles | Juliol de 2016             | Metropolitana Nord ICS | Lilit Nersesyan              | Resident            |
| Hostalets de Balenyà    | Juliol de 2016             | Metropolitana Nord ICS | Artyom Mkrtchyan             | Resident            |
| Sant Martí de Centelles | Setembre i octubre de 2016 | UAB                    | Laura Ciero Salinas          | Estudiant UAB       |
| Sant Martí de Centelles | Novembre de 2016           | UD Barcelona - ICS     | Sergio Ginel                 | Resident            |

També vam acollir estudiants de Rotatori de Medicina (UAB/UIC) i estudiants d'Infermeria de la UVic.

**Infermeria:**

Han fet la seva **Rotació Rural** com a Residents d'Infermeria Familiar i Comunitària:

- Consultori de St. Martí de Centelles:
  - no ha tingut ocasió d'acollir cap resident
- Consultori d'Hostalets de Balenyà:
  - Laura Pardo Frasquet al Gener de 2016.

## Docència

## Taula Activitat docent Universitat de Vic 2016



| CENTRE               | PERIODE          | TUTOR            | UNITAT DOCENT      | ALUMNE                     | Curs                                |
|----------------------|------------------|------------------|--------------------|----------------------------|-------------------------------------|
| Hostalets de Balenyà | Febrer de 2016   | Sara Esteve      | Universitat de Vic | Maitena Barandiaran Veleda | Estudiant 3r Curs - Grau infermeria |
| Centelles            | Abril de 2016    | Lluïsa Rodríguez | Universitat de Vic | Anna Cortés Daza           | Estudiant 3r Curs - Grau infermeria |
| Hostalets de Balenyà | Abril de 2016    | Gemma Sayós      | Universitat de Vic | Laura Tapias Borràs        | Estudiant 3r Curs - Grau infermeria |
| Centelles            | Novembre de 2016 | Lluïsa Rodríguez | Universitat de Vic | Carlota Andrés Vinyeta     | Estudiant 4t Curs - Grau infermeria |
| Hostalets de Balenyà | Novembre de 2016 | Sara Esteve      | Universitat de Vic | Marta Cabañas Ortiz        | Estudiant 4t Curs - Grau infermeria |
| Hostalets de Balenyà | Novembre de 2016 | Gemma Sayós      | Universitat de Vic | Anna Padrós Vilalta        | Estudiant 4t Curs - Grau infermeria |



## Docència

**AUXILIARS I BATXILLERAT:**

- CAP Centelles:
  - Cristina Riera Martinez. Estudiant d'Auxiliar d'Infermeria. IES Vic. Gener 2016.
  - No hem tingut cap alumne de batxillerat.

**ESTUDIANTS PROJECTE ARREL:**

- CAP Centelles: Hem tingut 2 estudiants procedents del projecte ARREL:
  - Jordi Llorens Capdevila. IES Pere Barnils. Curs 2015-2016.
  - Kenia Castro. IES Pere Barnils. Curs 2015-2016.

## Recerca

## RECERCA CLÍNICA 2016

En total, **24 estudis** han estat oberts en algun moment durant el 2016.

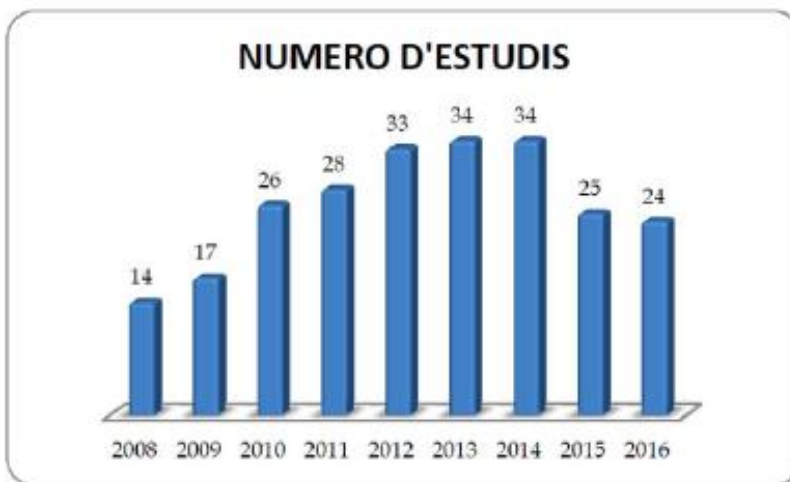
8 estudis en seguiment durant el 2016.

7 estudis es van iniciar durant 2016.

9 estudis es van finalitzar durant 2016.

Total: **1.069 Visites d'Investigació** han estat realitzades durant el 2016.

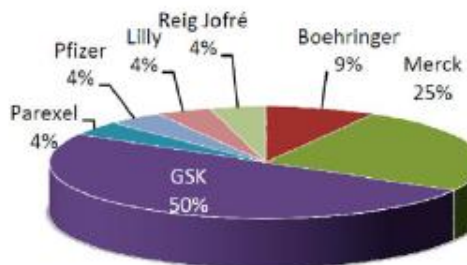
| ANY  | Nº Visites |
|------|------------|
| 2010 | 1.927      |
| 2011 | 1.792      |
| 2012 | 1.174      |
| 2013 | 1.156      |
| 2014 | 1.637      |
| 2015 | 1.129      |
| 2016 | 1.069      |



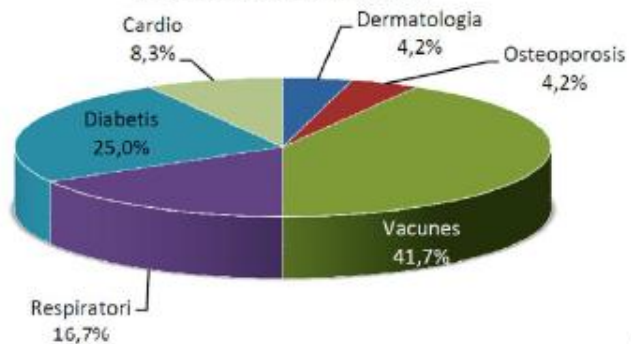
## Recerca



**ESTUDIS 2016**  
**SEGONS EL PROMOTOR**



**ESTUDIS 2016**  
**SEGONS LA PATOLOGIA**



Revista FerSalut

www.ferSalut.org  
**ferSalut**  
 La revista del teu centre de salut





## Jornades

Durant l'any 2016 ha continuat com a Coordinadora Docent de l'ABS de Centelles, la Dra. del Val. La Dra. del Val participa en les Comissions de Docència i Avaluació d'UDACEBA com a representant de la Comunitat Autònoma.

El 28 d'Octubre 2016 es va acollir la 16<sup>a</sup> Jornada de Residents UDACEBA, essent el 6è any que s'organitza a la nostra ABS; en aquesta ocasió es va tornar a realitzar a St. Martí de Centelles, amb participació tant de Residents de Medicina com d'Infmeria Familiar i Comunitària



## Premis/Guardons/Reconeixements

- Premi
- Reconeixement
- Guardons
- Premi
- Reconeixement
- Guardons







## EBA Centelles

Pla del Mestre, 7  
08540 - Centelles  
93 881 04 85  
[www.ebacentelles.cat](http://www.ebacentelles.cat)

També ens trobaràs a les **xarxes socials**

Twitter: @EbaCentelles  
Facebook: Cap Centelles

# Gràcies

Salut al vostre servei

