

El portal **Fer Salut**, una nova eina al servei de la salut de la població

Dra. Rosario Jiménez

Directora de la revista FerSalut

www.ferSalut.cat
ferSalut
La revista del teu centre de salut

16 ANYS D'HISTÒRIA

Neix el juliol de 2002.

Iniciativa dels CAPs
autogestionats de Catalunya

OBJECTIU

Instrument de comunicació
i educació sanitària
per als usuaris dels centres

FORMAT IMPRÈS

Exemplars en paper



Gener 2015

Nou FER SALUT digital
Repensem l'eina!
Incursió al món digital
Presència a la xarxa

OBJECTIUS

Facilitar l'accés a informació
en salut de qualitat,
de forma fàcil
i oberta a tothom.

Ajudar a incrementar el
coneixement de la població
sobre la seva salut, i dotar-
los d'eines perquè guanyin
en benestar.



Arriba l'hivern, arriben els mocs!

Consells davant
els refredats comuns

L'ictus, què és i com reaccionar a temps

Càncer, 12 maneres de reduir el seu risc

Donar sang, un petit esforç que salva vides

FORMATS



Revista de butxaca
Impressió en paper reciclat



Revista digital (flipbook)



CONTINGUTS EN SALUT

4 seccions que es repeteixen en cada número



89 ARTICLES PUBLICATS



4 pàgines
personalitzades amb
continguts propis de
cada EBA
210 ARTICLES

Editorials

Donem veu a professionals interns i externs
experts en la matèria

23 EDITORIALS

Entrevistes en salut al Canal YouTube

- Professionals experts
- Testimonials

22 VÍDEOS-EN

Formulari de subscripció
Enviament de newsletters

aceba
AUTOGESTIÓ EN SALUT

ferSalut
La revista del teu centre de salut
amb informació i consells per ajudar-te a portar
una vida saludable i a sentir-te bé

Subscriu-te!
llegeix la revista
digital al mòbil,
tauleta o ordinador

**Publicació
gratuïta
6 núm./any**

**Vols rebre
la revista?**
Subscriu-te i rebràs
per email la versió
digital, amb enllaços
i vídeos

*Demaneu informació
al taulell del centre*

www.fersalut.org @revistafersalut FerSalut

CONTINGUTS EN SALUT

SALUT integral

Amb una mirada holística... SALUT des de la vessant SOCIAL.

- Donar a conèixer la tasca que es fa.
- Afavorir la inclusió social i la igualtat.
- Desmitificar falsos mites.

Donar veu a entitats i institucions socials amb la col·laboració de professionals externs experts en la matèria.

- Cooperar i fer xarxa.

Eines i recursos a l'abast de la població

- Associacions, federacions...
- Activitats i tallers
- Telèfons d'interès, APP...

The collage features several articles and resources from the ferSalut website:

- Senyals d'alerta**: A list of warning signs for eating disorders, including changes in eating habits, weight fluctuations, and social withdrawal.
- Davant d'un TCA, qui us pot ajudar?**: Information on where to seek help for eating disorders, including primary care, specialized services, and support groups.
- L'Associació contra l'Anorèxia i la Bulímia (ACAB)**: Details about the ACAB association, its mission, and the services it offers, including psychological support and professional referrals.
- Identitats trans*: una mirada des de la Salut**: An article discussing transgender identities from a health perspective, emphasizing the importance of a holistic and non-judgmental approach.
- Conceptes bàsics sobre identitats trans***: A section defining key concepts related to transgender identities, such as gender identity, gender expression, and gender roles.
- Dissenyats per moure's**: A graphic illustrating the concept of movement and change, with arrows pointing in different directions.
- La Taula d'entitats del Tercer Sector de Catalunya**: A map and list of social organizations across Catalonia, categorized by region.
- Què és el Tercer Sector Social?**: A section explaining the role and importance of the social third sector in society.
- Principals xifres del Baròmetre 2015**: A table showing key statistics from the 2015 Barometer, including data on social participation and well-being.
- Principals activitats 2015**: A list of the main activities carried out by the social third sector in 2015.

CONTINGUTS EN SALUT

SALUT per tots

Aprofundir en l'autonomia de gestió: una qüestió clau per al futur de l'Atenció Primària



L'atenció primària (AP) és clau per entendre la qualitat i els bons resultats del sistema sanitari públic català. Catalunya és un dels països d'Europa que es va posar més seriosament les condicions de la Conferència de l'Organització Mundial de la Salut a l'alta-ixa entorn de l'AP amb l'experiència del sistema sanitari en el seu context. La reforma de l'AP iniciada l'any 1986 va suposar una transformació important de la realitat sanitària catalana gràcies a la decisió de la Generalitat de Catalunya de treballar entre les màs braves de la salut pública.

Tanmateix, l'AP necessita un nou impuls. No hem de repetir el mateix error: l'AP necessita ser una prioritat central de les polítiques sanitàries. Perquè a l'ha de recuperar el rol i el lideratge per les millores presencials dels seus

pacients. La discussió clínica entre professionals d'apil, els nous equips de capçalera, l'ha de ser una prioritat central de les polítiques sanitàries. Perquè a l'ha de recuperar el rol i el lideratge per les millores presencials dels seus

Generalitat: ni tan sols la manca estratègica per a l'AP de aplicar en tot el territori en una implantació. En qualsevol cas, no hi ha dubte que un dels instruments que contribueix a elevar



Davant una urgència o emergència mèdica, què cal fer?

Què és una urgència mèdica?

Dins el concepte d'urgència hi ha moltes situacions de diversa gravetat. En general, podem dir que una urgència no suposa risc vital, però requereix una atenció mèdica ràpida. Hi ha urgències lleus com per exemple un cop de sol, o urgències molt importants com un dolor abdominal o una alteració de la tensió arterial. En alguns casos podem classificar-les en tres tipus: Urgències de tipus 061, Urgències de tipus 061 i Urgències de tipus 061.

Atar al vostre Centre d'Atenció Primària (CAP), fins del seu horari habitual, els vostres equips d'atenció continuada (CAU) que estan oberts les 24 hores.

L'app 061 CatSalut al teu mòbil

Permet al 061 proposar-se a l'atenció mèdica.

061 CatSalut Respon

Compta amb un equip de més de 200 professionals, format per metgesses, infermeres i tècnics.

Dóna servei les 24 hores del dia, en 300 dies de l'any.

Informa, ofereix atenció sanitària no presencial, resol problemes de salut i realitza altres activitats.

Es fa promoció de la salut, prevenció i cura de la malaltia.

Dóna resposta a la teua consulta de salut.

Actua les Emergències Mèdiques de Catalunya.

Necessito més informació sobre els medicaments on la puc trobar?

El Departament de Salut treballa per a proporcionar a la ciutadania informació de qualitat sobre medicaments.

Sempre actius, a qualsevol edat

Avançar amb la població més vellosa per garantir una bona salut és l'objectiu del Pla d'Acció de Salut (PAS) del Departament de Salut (D Salut) i la Generalitat de Catalunya.

Activitat física = salut

L'activitat física és una de les millors maneres de mantenir una bona salut i prevenir les malalties. És una activitat que pot fer-se a qualsevol edat i en qualsevol lloc.

El Pla d'Acció de Salut (PAS) del Departament de Salut (D Salut) i la Generalitat de Catalunya té com a objectiu principal aconseguir que la població sigui més activa i saludable.

El Pla d'Acció de Salut (PAS) del Departament de Salut (D Salut) i la Generalitat de Catalunya té com a objectiu principal aconseguir que la població sigui més activa i saludable.

El Pla d'Acció de Salut (PAS) del Departament de Salut (D Salut) i la Generalitat de Catalunya té com a objectiu principal aconseguir que la població sigui més activa i saludable.

El Pla d'Acció de Salut (PAS) del Departament de Salut (D Salut) i la Generalitat de Catalunya té com a objectiu principal aconseguir que la població sigui més activa i saludable.

El Pla d'Acció de Salut (PAS) del Departament de Salut (D Salut) i la Generalitat de Catalunya té com a objectiu principal aconseguir que la població sigui més activa i saludable.

El Pla d'Acció de Salut (PAS) del Departament de Salut (D Salut) i la Generalitat de Catalunya té com a objectiu principal aconseguir que la població sigui més activa i saludable.

El Pla d'Acció de Salut (PAS) del Departament de Salut (D Salut) i la Generalitat de Catalunya té com a objectiu principal aconseguir que la població sigui més activa i saludable.

El Pla d'Acció de Salut (PAS) del Departament de Salut (D Salut) i la Generalitat de Catalunya té com a objectiu principal aconseguir que la població sigui més activa i saludable.

En un entorn sobrecarregat d'informació, és essencial discriminar aquella informació fiable i contrastada.

La informació sobre la salut i sobre els medicaments que pots obtenir és molt important. És una informació que pots utilitzar per prendre decisions sobre la teua salut.

La informació sobre la salut i sobre els medicaments que pots obtenir és molt important. És una informació que pots utilitzar per prendre decisions sobre la teua salut.

La informació sobre la salut i sobre els medicaments que pots obtenir és molt important. És una informació que pots utilitzar per prendre decisions sobre la teua salut.

La informació sobre la salut i sobre els medicaments que pots obtenir és molt important. És una informació que pots utilitzar per prendre decisions sobre la teua salut.

La informació sobre la salut i sobre els medicaments que pots obtenir és molt important. És una informació que pots utilitzar per prendre decisions sobre la teua salut.

La informació sobre la salut i sobre els medicaments que pots obtenir és molt important. És una informació que pots utilitzar per prendre decisions sobre la teua salut.

Valors i l'atenció a les persones dels serveis públics de salut

El servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.

Per últim, el servei públic de salut ha d'ofereir un servei àgil i eficient, alineant una resposta integral, garantint adequatament el temps d'espera a les persones, reduint el temps d'espera en la mesura del que sigui possible i preveient sempre la qualitat del servei.



Jordi Castellà
President del Comitè per a l'elaboració del Codi Ètic del Servei Públic de Catalunya i professor d'Ètica

Federació Catalana de Donants de Sang CAMFiC

Consell Consultiu de Pacients

OCATT

EIMA

Obertament

AIFICC

Taula d'Entitats del Tercer Sector Social

ECOM

ACAB

DMS-Cat

Trans*forma la Salut

Malalties infeccioses SEMFyC

Federació Espanyola Epilèpsia

Dep. Salut Pública CatSalut

Dep. de Treball, Afers Socials i Famílies

Conselleria de Salut

Consell Català de l'Esport

Ordenació i Qualitat Sanitàries

Codinucat

ICS, ICO

ESADE, UVic-UCC, ...

LA PORTADA

Temes d'interès, rellevància, actualitat

2015



2016



2017



2018



La salut en colors

LA CONTRA

Engeguem,
creixem,
aprenem,
ens reinventem.



2015



2016



2017



2018

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

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

ferSalut.cat

informació en salut a un clic

informació en salut

llegeix la revista ONLINE

Subscriu-te

evolució

Descobreix les entrevistes FerSalut
Parlem amb experts en salut
YouTube

Visita'ns
www.ferSalut.cat

Continguts en Salut

Continguts en Salut

aceba
AUTOGESTIÓ EN SALUT

www.aceba.cat
@ACEBAautogestio

www.ferSalut.org

@revistafersalut

aceba
AUTOGESTIÓ EN SALUT

www.aceba.cat
@ACEBAautogestio

www.ferSalut.cat

@revistafersalut

Avui el FerSalut fa un pas més!

www.fersalut.cat

ferSalut.cat

informació
en salut



a un clic

amigable

indexació/
presència a la xarxa

cerca fàcil/
paraules clau

continguts accessibles/
a primera vista

+ de 220 entrades/
articles publicats

Un espai on tots hi podem trobar
temes de salut que ens preocupen,
que ens ocupen, que
ens interessen...

Coneixement a l'abast de tothom!

COMITÈ EDITORIAL

Som un **equip pluridisciplinar** compromès, implicat, cohesionat, i amb ganes d'emprendre nous reptes, de posar en valor informació i coneixement en salut i fer-lo extensiu a tota la població.



Us escoltem!

I volem seguir creixent,
informant i educant,
adaptant-nos a les noves necessitats en salut,
al dia amb les noves tecnologies.

Donar respostes a la població. Ajudar a totes les persones a FerSalut.



Moltes gràcies per ajudar-nos a fer-ho possible!

Gràcies!

Dra. Rosario Jiménez

rjimenez@ebavallcarca.cat