

PAAS | Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable



El proper 16 de desembre es durà a terme la **XVIII Jornada tècnica del PAAS**, en la que professionals de diferents àmbits revisaran les línies estratègiques desenvolupades al llarg d'aquests 19 anys. També es comptarà amb la mirada i reflexió compartida de persones que treballen en l'àmbit de la promoció de la salut, per identificar, des de diferents entorns, les prioritats i línies futures per al PAAS.

En els propers butlletins s'informarà sobre les conclusions obtingudes.



El proper **3 de desembre** es durà a terme **un segon seminari** sobre **Consell alimentari i d'estil de vida en la menopausa**, que abordarà, en aquesta ocasió, aspectes com l'activitat física, el sòl pelvià i el benestar emocional.

Podeu consultar el programa i l'enllaç per a la inscripció en el document adjunt.

També us podeu inscriure en [aquest enllaç](#).



El 20 de novembre es va celebrar el **1er encuentro de comedores escolares**, organitzat pel Ministeri de Drets Socials, Consum i Agenda 2030 amb l'objectiu d'acompanyar la comunitat educativa en el procés d'aplicació del Reial Decret de foment de l'alimentació saludable en centres educatius.

El [PReME](#) va tenir protagonisme, de la mà del Subdirector general de Promoció de la Salut, Albert Moncada, a la taula "Treballant per una alimentació saludable i sostenible als Menjadors Escolars. Agents implicats".

Podeu visualitzar tota la jornada en [aquest enllaç](#). La seva intervenció comença el minut 1:58:24.

Podeu consultar més informació en [aquest enllaç](#).

La nota web de la jornada està disponible en [aquest enllaç](#).



El dilluns 24 de novembre es van reunir al Món San Benet prop de 300 [Gastrosàvies](#), en homenatge a les dones que han participat en aquest projecte. Les Gastrosàvies **són dones grans d'arreu de Catalunya** disposades a compartir i divulgar les seves receptes quotidianes en tallers i ponències. Aquest projecte té per objectiu preservar i transmetre la **cuina tradicional catalana** a les futures generacions mitjançant la transmissió del nostre coneixement culinari. S'emmarca en el reconeixement de Catalunya com a [Regió Mundial de la Gastronomia 2025](#), liderat pel Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació, amb l'assessorament tècnic de la Fundació Alícia. Podeu consultar la web de Gastrosàvies en [aquest enllaç](#). Podeu consultar la nota web de la trobada al Món Sant Benet en [aquest enllaç](#).



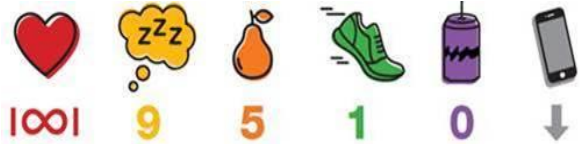
A Catalunya s'estan establint els circuits del **Programa de Prescripció Esportiva** per integrar progressivament l'activitat física i l'esport en l'atenció sanitària com a eina de promoció de la salut i prevenció de malalties. El programa disposarà d'una plataforma per derivar persones cap a Unitats Actives d'Exercici Físic (UAEF) i reforçarà el paper dels educadors i educadores físiques esportives arreu del territori, amb l'objectiu de millorar la qualitat de vida de la població i reduir el sedentarisme. Podeu trobar més informació clicant en [aquest enllaç](#).



A la província d'Osca s'està desplegant el **programa intergeneracional Compartiendo Movimiento**, en què infants de primària comparteixen sessions d'activitat física amb persones grans del seu entorn per promoure hàbits saludables, benestar emocional i convivència entre generacions. El projecte ja s'aplica a quatre escoles i ha mostrat resultats molt positius, com més ànim, més activitat física i una major integració social de les persones grans, amb previsió d'estendre'l a més centres d'Aragó i de l'Estat espanyol.



El **Canal Salut** estrena un nou apartat sobre [Aliments i festes](#). Encara que en la majoria de cultures el menjar i el beure són elements essencials en qualsevol celebració, gaudir dels àpats festius no vol dir caure en excessos ni malbaratar aliments: convé triar les opcions més saludables, ajustar la mida de les racions i aprofitar les sobres sempre que sigui possible. A més, seguir les normes de seguretat alimentària és essencial per garantir una celebració sense riscos. Aquest nou apartat us ofereix aquestes i altres recomanacions per assaborir les festes amb salut i seguretat.



El [POICAT](#) (**Programa de prevenció i abordatge de l'obesitat infantil a Catalunya**) es reuneix novament amb la Fundació Secretariado Gitano (FSG) per donar forma a la col·laboració iniciada ara fa un any, en el marc de l'estratègia dels mil dies d'or. Durant el 2026, la FSG i el POICAT tenen previst seguir la tasca de sensibilització i acompanyament en l'àmbit de l'atenció primària, prioritzant els territoris POICAT amb més població gitana, i posant el focus en la promoció i la protecció de l'alletament matern.



La **Fundació "la Caixa"** inicia la primera edició de la convocatòria per a **projectes de recerca en promoció de la salut**. L'objectiu d'aquesta convocatòria és identificar iniciatives que impulsin el disseny i l'avaluació d'intervencions sanitàries en la promoció de la salut i la prevenció de la malaltia. Podeu trobar més informació en [aquest enllaç](#).



De la col·lecció d'infografies i càpsules de vídeo sobre fruites i hortalisses elaborades en el marc de l'[Any Internacional de les Fruites i les Verdures](#) us fem arribar la infografia del bròquil: "[És temps de bròquil](#)". Hi trobareu dades sobre les zones de cultiu, les característiques nutricionals, les formes de consum i possibilitats gastronòmiques, receptes, estratègies per reduir-ne el malbaratament, etc. Podeu veure totes les infografies disponibles [aquí](#).

PAAS | Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable