

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



En el marc del Dia Mundial de l'Obesitat ([World Obesity Day](#)), el dimecres **4 de març de 9:00 a 14:00h**, se celebrarà la jornada **“Art i Salut: representacions i narratives de l'obesitat”**. El seu objectiu és sensibilitzar i avançar cap a una atenció de l'obesitat més inclusiva i empàtica i transformar la mirada sobre l'obesitat a través de l'art, la ciència i les veus de les persones. L'organització va a càrrec de l'Hospital Clínic, la Universitat de Barcelona i l'Agència de Salut Pública de Catalunya i es durà a terme al paranimf de la facultat de Medicina i Ciències de la Salut de la Universitat de Barcelona. En [aquest enllaç](#) trobareu el formulari d'inscripció i el programa.



Un any més, us animem a participar en la celebració del **Dia Mundial de l'Activitat Física (DMAF)**, que té lloc el **6 d'abril**. El DMAF és una iniciativa conjunta entre del Departament d'Esports i l'Agència de Salut Pública de Catalunya, amb l'objectiu de promoure l'activitat física com a eina de salut i benestar i sensibilitzar sobre els seus beneficis, i combatre el sedentarisme, un dels principals factors de risc de malalties i mortalitat als països occidentals. Aquest any, el lema és **"Més moviment, més vida"**, i us animem a difondre'l i a començar a planificar accions, tant individuals com col·lectives, en el marc del Dia Mundial. **Participa a la nostra enquesta sobre hàbits i actituds envers l'activitat física!** Podeu accedir a l'enquesta en [aquest enllaç](#) o través d'aquest codi QR:



L'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició ha elaborat, en el context de la Comissió Permanent de Nutrició, un document de consens sobre **“L'alimentació saludable i sostenible en el primer cicle d'educació infantil”**. El seu objectiu és establir uns criteris comuns per orientar l'alimentació durant el primer cicle d'educació infantil, i ha comptat amb la participació de la Subdirecció General de Promoció de la Salut de l'Agència de Salut Pública de Catalunya.

11/02/26
13.30 - 15.00 h

**Consell alimentari
des de l'atenció
primària de salut**

Inscripció al
seminari web
aquí

El paper de les guies alimentàries

El dia **11 de febrer** es va realitzar el seminari web de l'any sobre **Consell alimentari des de l'atenció primària de salut. “El paper de les guies alimentàries”**.
 Podeu accedir a la gravació del seminari en [aquest enllaç](#).
 Podeu consultar les gravacions de tots els seminaris web realitzats fins ara en [aquest enllaç](#).



El dia **10 de febrer** es va celebrar el **Dia Mundial dels Llegums**, amb el lema “**De la modèstia a l'excel·lència**”. En [aquest enllaç](#) podeu llegir la nota web de l'ASPCAT.
 Podeu trobar més informació a la [pàgina web de la FAO](#).
 Teniu disponibles molts recursos per promocionar el consum de llegums en [aquest enllaç](#).



El dia **6 de març** de 2026 se celebrarà la [7a jornada PSEC \(Pla Salut Escola i Comunitat\)](#) a Vilafranca del Penedès. És una jornada organitzada pels diferents agents educatius i de salut de la comarca i província i coordinada pel Centre de Recursos Pedagògics de l'Alt Penedès.
 En aquesta edició, sota el títol El moviment que ens cuida, s'abordarà la relació entre activitat física, descans i benestar, amb un enfocament neurocientífic, i s'exposaran diferents experiències i programes de salut del territori.
 Les inscripcions (per a docents, en [aquest enllaç](#); per a no docents, en [aquest altre enllaç](#)) estan obertes fins el 27 de febrer de 2026.



El dia 10 de març es realitzarà a Vic la [Jornada “En l'activitat física i esportiva, ningú fora de joc”](#), organitzada pel [POICAT](#) en col·laboració amb l'Ajuntament de Vic i els departaments d'Esports i d'Educació i Formació Professional. La jornada reflexionarà i compartirà experiències al voltant de l'accés dels infants i joves a l'activitat física i esportiva. També s'hi presentarà una nova eina que servirà per avaluar la perspectiva no estigmatitzant de les activitats i equipaments.



De la col·lecció d'infografies i càpsules de vídeo sobre fruites i hortalisses elaborades en el marc de l'[Any Internacional de les Fruïtes i les Verdures](#) us fem arribar la infografia dels calçots: “[És temps de calçots](#)”. 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