



Foundation
for Science, Health
and Education
SI! Salut
Integral

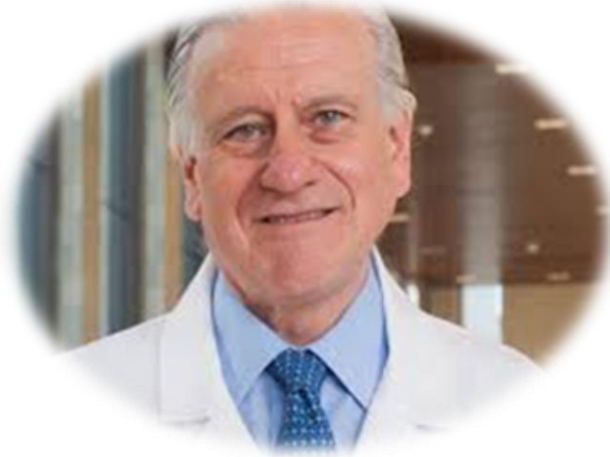


Obra Social "la Caixa"

GUIA GENERAL DEL PROGRAMA

Índex

1.	Salutació del Dr. Valentí Fuster _____	2
2.	Programa SI! _____	3
2.1.	Components i nivells d'intervenció _____	3
2.2.	Pàgina web i recursos del programa _____	3
2.3	Estratègies pedagògiques _____	4
2.4.	Vull saber més sobre el Programa _____	4
3.	Fortaleses del Programa SI! _____	5
3.1.	Trets que el fan especial _____	5
3.2.	Figures clau _____	5



1. Salutació del Dr. Valentí Fuster

Benvolgut mestre, benvolguda mestra,

He dedicat la meva vida a la recerca i el tractament de la malaltia cardiovascular. Avui dia disposem de molta informació sobre com es produeix i com tractar-la, i, com més en sabem, més clar tenim també que la seva prevenció, i encara més enllà, la promoció de la salut integral, és imprescindible.

*Per aquest motiu vaig crear la **Fundació SHE**, una fundació sense ànim de lucre que, basant-se en la recerca bàsica i clínica (Science), té l'objectiu de promoure els hàbits saludables (Health) mitjançant la comunicació i l'educació (Education) a la població.*

Amb els nostre projectes, implementats arreu del món, aspirem a aconseguir una societat capaç de modificar les seves rutines actuals i adquirir hàbits saludables. Un món en què nens, joves i adults tinguin la capacitat d'actuar positivament envers la seva salut.

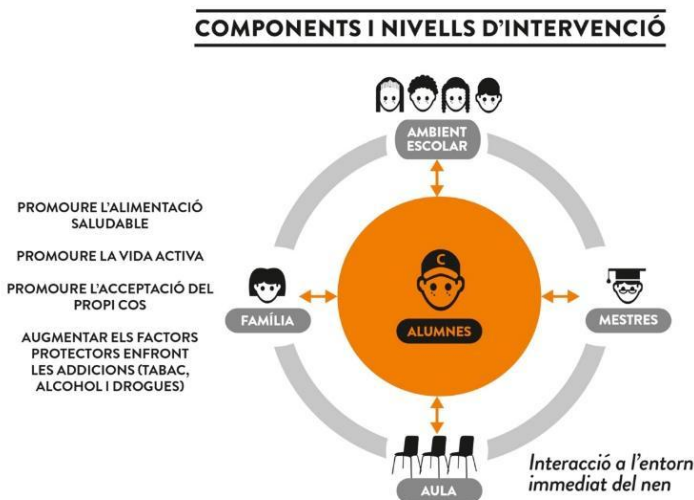
Per tal d'assolir aquest objectiu, l'educació de les futures generacions és un aspecte clau. Per això vull donar-los personalment les gràcies per la seva feina, dedicació i la passió que mostren a la seva tasca. Sense vostès, el Programa SI! no tindria el gran èxit que està assolint.

2. Programa SI!

El Programa de Salut Integral és un programa de promoció de la salut cardiovascular, que es duu a terme a l'entorn escolar amb el suport de l'administració pública i en què l'evidència científica té una forta importància, tant en el procés de disseny de les estratègies d'implementació i en la selecció d'objectius i continguts com en la comprovació dels seus resultats.

Per aquest motiu, des del principi del programa s'estan realitzant estudis científics amb els quals validar l'eficàcia del programa, i gràcies als quals s'estan obtenint resultats positius.

2.1. Components i nivells d'intervenció



Aquests **quatre components** es treballen des de tres eixos: coneixements envers la salut, actitud positiva cap al manteniment de la salut i posada en marxa d'hàbits de vida saludables.

2.2. Pàgina web i recursos del programa

El Programa SI! ofereix una sèrie de **recursos didàctics** dirigits a cada nivell d'intervenció: alumnat, famílies, professorat i ambient escolar. Tots aquests recursos es troben a la [pàgina web del programa](#).

Per accedir-hi, cal introduir l'usuari i la contrasenya del centre. Aquest usuari i aquesta contrasenya es faciliten a l'equip directiu i els dinamitzadors del centre.

Una cop dins de la pàgina, existeixen diferents **apartats**, entre els quals et destaquem aquests per la seva gran utilitat a l'hora d'aplicar el Programa amb els teus alumnes:

- **Missions:** on trobaràs tots els recursos necessaris per dur a terme les sessions.
- **Guia:** on trobaràs una guia general del Programa de Secundària, així com les guies específiques de cada component.
- **Decàleg:** on podràs descarregar-te el decàleg de recomanacions per un ambient escolar més saludable.

2.3. Estratègies pedagògiques



Modelat: mitjançant vídeos i l'exemple de personatges.



Joc com a aprenentatge significatiu: mitjançant activitats i jocs on es busquen el gaudi, la col·laboració i les experiències positives.



Experimentació directa: activitats de manipulació i pràctica a la seva pròpia realitat.



Activitats en família: per afavorir el canvi d'hàbits des de la llar i el seu manteniment en el futur.

2.4. Vull saber més sobre el programa

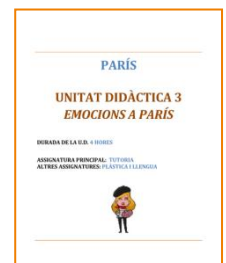
El Programa SI! és un programa molt ampli i ambiciós. Les dues qualitats fan que dur-lo a la pràctica, en especial els primers anys que s'hi accedeix, pugui resultar una tasca complexa, que requereix coneixements teòrics i també específics del material concret que s'emprarà.

Gràcies al contacte continu curs rere curs amb els centres participants, i mitjançant els estudis duts a terme, sabem que **el nivell de conscienciació i capacitació del professorat que aplica el programa és bàsic per a la seva bona marxa.**

Per tot això, des de la Fundació hem trobat diferents formes per facilitar aquesta tasca:



Formació completa
Molt recomanable



Guies didàctiques
Lectura imprescindible

3. Fortaleses del Programa SI!

El Programa ha estat desenvolupat seguint les recomanacions de l'Organització Mundial de la Salut i d'altres entitats rellevants dins l'àmbit de la promoció de la salut als centres educatius.

3.1. Trets que el fan especial

Gràcies al procediment seguit per elaborar el programa, avui dia podem afirmar que posseeix una sèrie de trets que el fan ser un dels millors programes de promoció de la salut des del centre que s'han dissenyat fins el moment.

- **Sòlida base científica** en el seu disseny i en la comprovació de la seva eficàcia
- **Equip multidisciplinar** encarregat de la seva elaboració
- **Contacte continu amb els centres educatius** per donar suport i assessorament
- **Formació i capacitació** específiques per al professorat implicat
- **Materials vius**, en constant revisió i actualització

3.2. Figures clau

Tots els projectes que funcionen ho fan gràcies a **les persones apassionades** que els donen vida i aquest programa no n'és una excepció.

Per tal d'aconseguir que el Programa SI! sigui avui dia una realitat als centres educatius on arriba, cal l'existència i cooperació de dues figures:

- **Coordinador o coordinadora de salut:** Professor o professora del centre, conscienciat de la importància de la promoció de la salut, el paper principal del qual és motivar el professorat a dur a terme les activitats proposades pel Programa, així com els canvis de l'ambient escolar que es considerin oportuns. És la referència del Programa SI! al centre, ja que és qui millor coneix el Programa i rep els comunicats que enviem des de la Fundació amb informació rellevant sobre la seva implementació.
- **Coordinador o coordinadora de Centres SI!:** treballador o treballadora de la Fundació SHE o del Departament que coneix en profunditat el Programa, així com el funcionament general dels centres, i la principal funció del qual és mantenir el contacte amb l'equip directiu i el dinamitzador o dinamitzadora dels centres, mitjançant l'enviament de comunicats al llarg del curs. Està disponible per oferir assessorament i suport als centres sempre que ho necessitin.

Moltes mercès per ajudar-nos a promoure la salut