

FUNDACIÓ ESPORTSALUS

Història i projecte de l'entitat

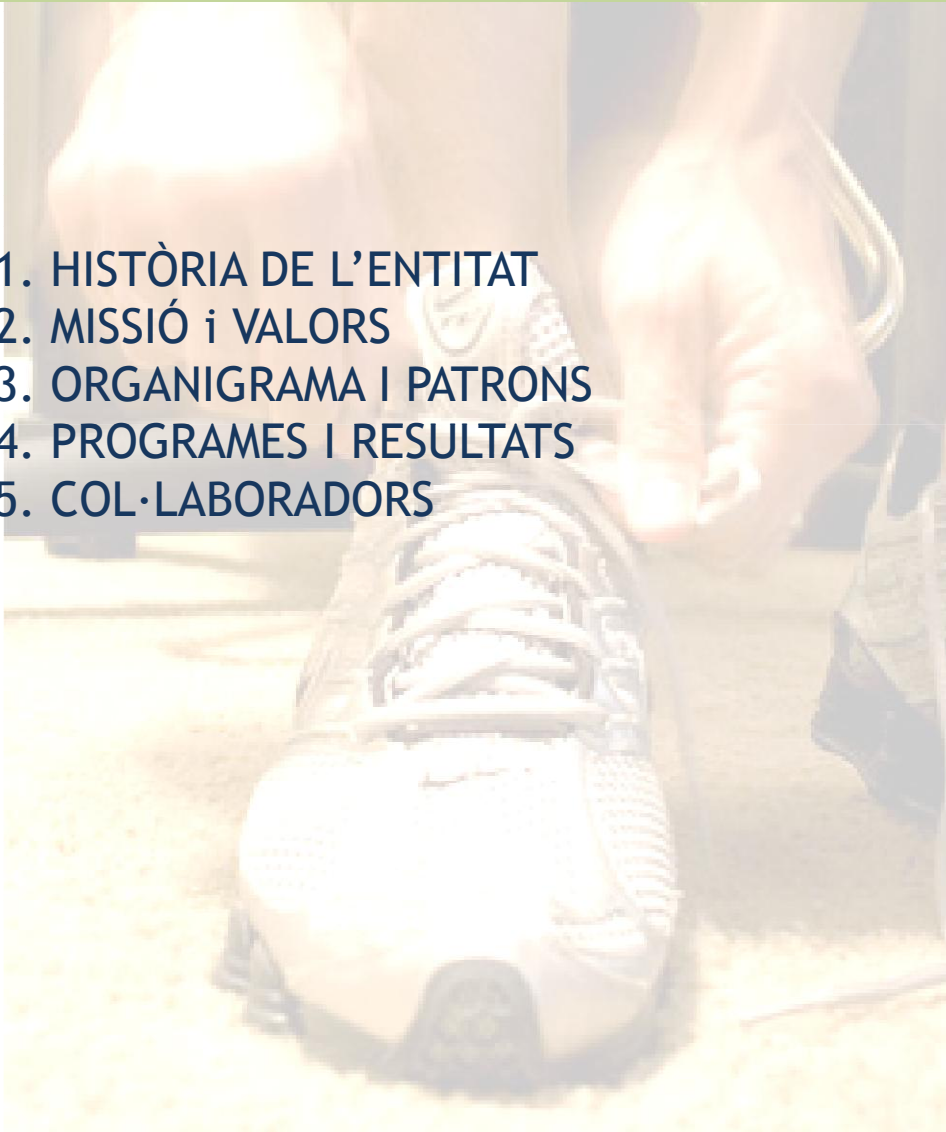
FUNDACIÓ ESPORTSALUS

C/ Teodora Lamadrid, 47 baixos
08022 – BARCELONA
Telf.: 93 417 85 00
info@esportsalus.org
www.esportsalus.org

Història i projecte de l'entitat

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

1. HISTÒRIA DE L'ENTITAT
2. MISSIÓ i VALORS
3. ORGANIGRAMA I PATRONS
4. PROGRAMES I RESULTATS
5. COL·LABORADORS



1. HISTÒRIA DE L'ENTITAT

Més de 30 anys de recorregut i experiència

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Projecte esportiu per a poblacions es situació de vulnerabilitat a Catalunya. Un projecte viu que s'ha anat ampliant des del 1986 fins al moment actual.



1986 -1992 ASSOCIACIÓ SPORTDROG

Recuperació personal i social de drogodependents a través de l'exercici físic i l'esport.



1992 -2004 ASSOCIACIÓ ÀMBITS ESPORT

Incorporació d'altres àmbits d'intervenció amb poblacions en situació vulnerable (interns de centres penitenciaris, immigrants, joves en risc...)

FUNDACIÓ
MENSALUS

2004 -2010 pas a FUNDACIÓ MENSALUS

Agermanada amb Institut de psicologia Mensalus.

Inici de programes de prevenció per adolescents en risc i formació per a estudiants de titulacions esportives.

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

2010 -2022 canvi de nom a FUNDACIÓ ESPORTSALUS

Es recupera la paraula "esport" que identifica la principal eina de treball de la fundació. Incorporació de noves poblacions en situació vulnerable (dones víctimes de tracta o de violència, refugiats,...) i altres nous projectes de prevenció d'usos no saludables de l'exercici.

2. MISSIÓ i VALORS

Missió

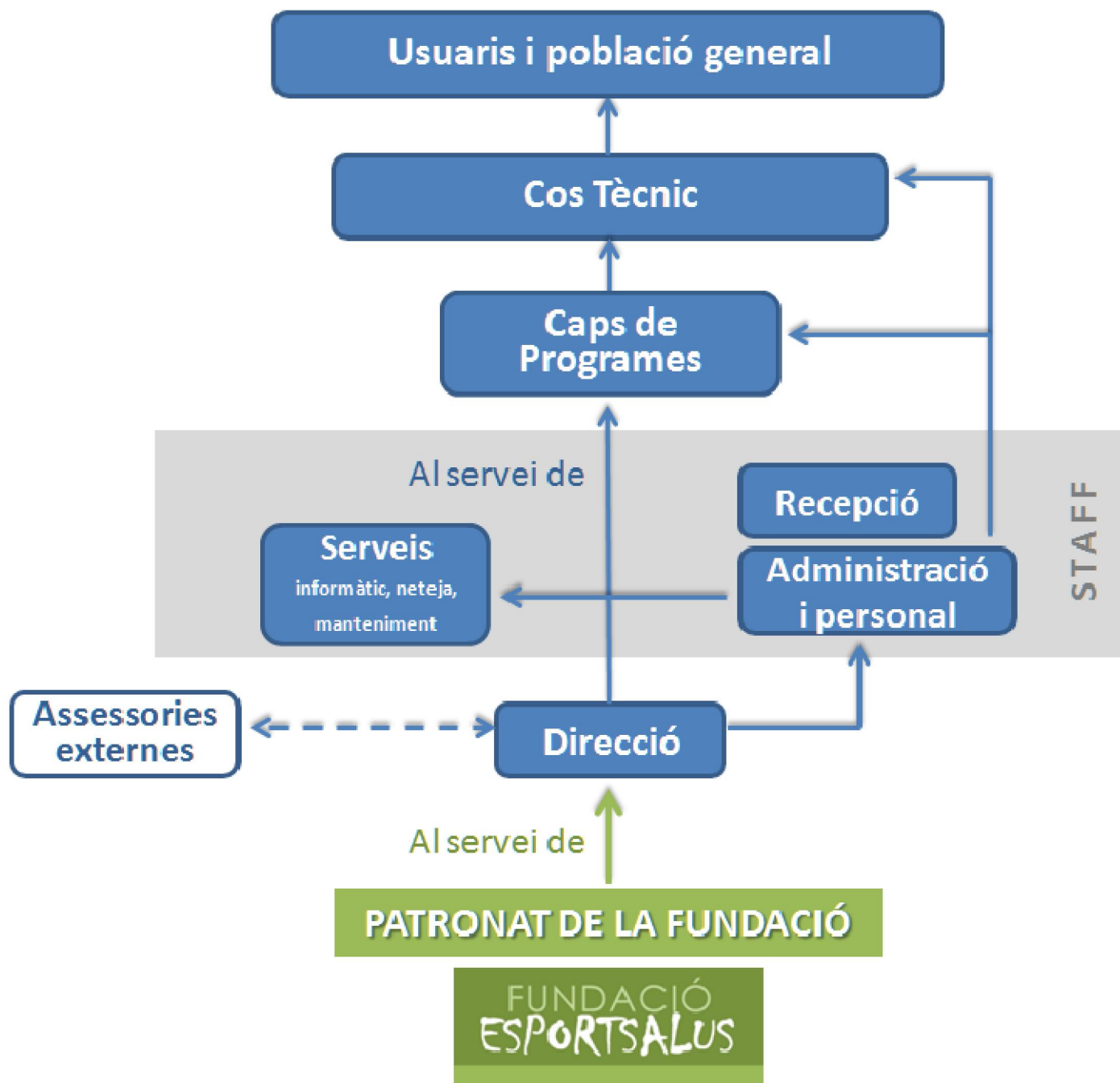
La missió de la Fundació Esportsalus és **afavorir la millora del benestar personal, la salut i la inclusió social de les persones, preferentment d'aquelles que es troben en situació de vulnerabilitat. S'utilitza l'exercici físic i l'esport** com a principal eina d'intervenció.

Generar i acompanyar experiències de pràctica esportiva transformadora.

Valors

Respecte a les persones
Tracte humà
Transparència
Ètica
Voluntat de millora constant
Il·lusió
Rigor

3. PATRONS I EQUIP PROFESSIONAL



Patrons

- **President: Rafael Nebot Vilar** (Llicenciat en EF, INEFC).
Ex director de l'Escola Catalana de l'Esport. Generalitat de Catalunya
- **Vicepresident: Josep Sánchez Malagón** (Llicenciat en EF, INEFC i Doctor en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport, URL).
Professor del Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport, URL
- **Vocal: Marta Vila** (LIC & MBA, ESADE)

Direcció

- **Mariona Corbella** (Llicenciada en CAFE; Direcció i Gestió d'Entitats No Lucratives i d'Economia Social, URL; Direcció i Gestió d'ONG, ESADE; Lideratge i Innovació Social, ESADE)

Equip - perfils professionals

- Grau en CAFE
- Psicologia de l'Esport
- Psicologia sanitària
- Medicina de l'esport
- Fisioteràpia
- Treball social
- Administració i serveis

4. PROGRAMES I RESULTATS

(abast i impacte)

FITSALUS adults

Programes esportius per adults en risc

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Programes de participació anònima en instal·lacions esportives de la comunitat per a persones adultes en situació de risc d'exclusió: **persones amb addiccions en fase de deshabitució de consum, interns de centres penitenciaris, dones víctimes de tracta o de violència, immigrants i altres en situació vulnerables per diverses causes.**

Paràmetre	Resultat
Manteniment abstinència consum drogues	95,7% casos
Millora estats d'ànim (test POMS)	+ 1,2/10
Reducció medicació per psicofàrmacs	35% casos
Noves relacions socials	98% casos



Mitja de **450**
participants/any

FITSALUS joves

Programes esportius per joves en risc

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Programes de participació anònima en instal·lacions esportives de la comunitat per a joves en situació de vulnerabilitat: residents en centres d'acollida o pisos tutelats, immigrants o refugiats, situació familiar desfavorida,

Paràmetre	Resultat
Disminució hores lliures al carrer/dia	-1,61 h
Reducció del malestar emocional (sentir-se trist, avorrit, nerviós, amenaçat...)	35% casos
Millora de la salut autopercebuda	64% casos
Millora de la satisfacció amb el propi cos	34% casos
Disminució joves desocupats (no estudien ni treballen)	100% ocupats



Mitja de **150**
participants/any

Prevenió de conductes de risc entre els **adolescents de 16 a 18 anys de zones d'especial vulnerabilitat de Catalunya**, a través d'activitats dirigides de fitnes en centres esportius comunitaris de Catalunya.

Paràmetre	Resultat
Nombre de municipis vulnerables que acullen el programa	18
Centres educatius participants respecte als convidats	84%
Inscripció d'adolescents candidats	60%
Captació de noies adolescents	77%



FITjove

Mitja de
3.500
participants/any

DE MARXA FENT ESPORT

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Prevenió de conductes de risc entre els adolescents de 16 a 18 anys en situació de vulnerabilitat, a través d'activitats dirigides de fitnes en centres esportius municipals de Barcelona.

Paràmetre	Resultat
Centres Esportius Municipals que acullen el programa	12
Valoració de les activitats per part dels/les joves	8,6/10
Assistència a més de la meitat de les sessions	65% casos



Mitja de
2.500
participants/any

FORSALUS

Formació de Tècnics Esportius i de lleure

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Seminaris de formació per a **estudiants de titulacions esportives (tècnics esportius, CFGM, CFGS, CAFE i màster de professorat d'EF a secundària)** sobre com fer prevenció, detecció i intervenció de conductes de risc des de l'exercici físic i l'esport (trastorns alimentaris, consum de drogues, socioaddiccions, ...)

Paràmetre	Resultat
Cobertura centres d'educació secundària (CFGM i CFGS esportius)	80%
Cobertura de centres universitaris (Grau CAFE)	100%
Valoració global dels alumnes	7,97/10
Valoració de la utilitat de la formació pels alumnes	8,76/10



Mitja de
2.150
participants/any

PROMOCIÓ D'EXERCICI FÍSIC I HÀBITS SALUDABLES

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Servei d'assessorament, orientació i suport per a **persones adultes en situació vulnerable** que vulguin continuar fent **exercici físic** i mantenint **estils de vida saludables** després d'haver finalitzat un programa esportiu de la fundació.

Paràmetre	Resultat
Acceptació del servei per part dels usuaris	96,2 % casos
Pràctica d'exercici físic regular 2 mesos després del servei	58% casos
Practicants en recurs esportiu	85% casos
Practicants per lliure	15% casos



100
participants/any

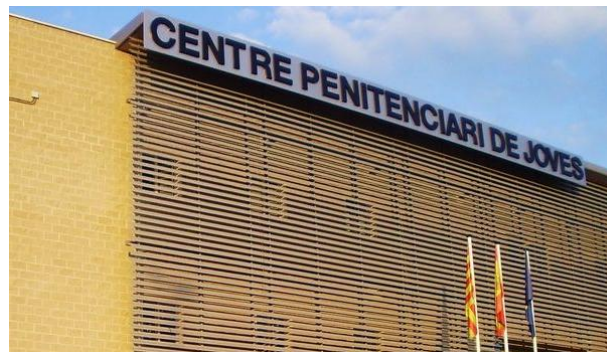
CPSALUS

Prevenció del VIH en medi penitenciari

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Formació, educació i atenció en hàbits saludables per interns de centres penitenciaris de Catalunya per a la prevenció i/o reinfecció del VIH.
L'exercici físic com a estratègia de motivació i transferència de cura personal.

Paràmetre	Resultat
Aprenentatge de nous coneixements (test pre-post)	Significació estadística
Augment de la responsabilitat envers conductes de risc i prevenció (test pre-post)	Significació estadística
Valoració global de la intervenció	9,34/10



Mitja de **250**
participants/any

PREVENCIÓ DE CONDUCTES NO SALUDABLES EN CONTEXT ESPORTIU

Prevenció de ús inapropiat de l'exercici físic UIEF (abús i límits)

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Estudi i accions de prevenció de l'ús abusiu o poc saludable de l'exercici físic per a població general especialment practicants esportius amateurs.



Accions

Estudi d'UIEF en CEM de Barcelona

Aportacions als reglaments de règim intern dels CEM

Taula rodona "Els límits de l'esport", INEF Barcelona

Article revista Tàndem "Adicció al ejercicio físico"

Assessorament en conductes de risc en centres esportius



Consum inadequat de complementos vinculats a imatge, rendiment i oci

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Prevenió del consum indiscriminat, innecessari o inadequat de complementos o begudes relacionades amb la imatge corporal, el rendiment o la recreació per a població general, especialment adolescents i joves.

Accions

Infografia prevenció en per context de Fitnes

Estudi de principals substàncies, formats, efectes, contraindicacions,...

Falques i càpsules de formació

Assessorament en complementació esportiva



Tallers per l'àrea d'EF a l'ESO

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Begudes "energètiques"...

Material per donar informació i despertar el pensament crític sobre l'ús de les anomenades begudes "energètiques" (4rt d'ESO i 1er Batxillerat)

Generalitat de Catalunya
Agència de Salut Pública de Catalunya

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS



Pantalles i activitat física en el temps d'oci

Material per despertar el pensament crític sobre l'ús de pantalles i l'activitat física com a activitats d'oci a l'adolescència

Subdirecció General d'Addiccions, VIH, ITS i Hepatitis Viriques

Generalitat de Catalunya Salut Agència de Salut Pública de Catalunya

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS



L'exercici físic en context COVID-19 com a eina de benestar personal

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Accions

Vídeo conferències, infografies

Elaboració de documents de suport a la pràctica esportiva en confinament



L'Hospitalet ESPORT és salut mental

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

**TOTHOM
POT PERDRE
EL FIL**

Setmana de la Solidaritat
Del 7 al 13 de novembre de 2022

Parlem de salut mental i busquem solucions

Consulta el programa a
www.setmanadelasolidaritat.org

**Si practicar exercici físic
t'ajuda a sentir-te millor
comparteix la teva experiència**

CLICA AQUÍ I EXPRESSA
QUE T'APORTA FER ESPORT

www.l-h.cat/esports

**l'ESPORT
és SALUT** *mental*

Ajuntament de L'Hospitalet

Campanya

Redacció de continguts

Estudi i informe

El rol dels entrenadors/es com a referents educatius

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS



“El rol dels entrenadors i entrenadores com a referents educatius”

Projecte

Disseny de materials i continguts

Intervenció amb esportistes i entrenadors/es



ALTRES INTERVENCIONS O ACCIONS

Activitats de muntanya

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Programes de participació anònima en entitats que organitzen activitats de muntanya per a **adults i joves en situació de vulnerabilitat**.

Es pretén la millora del benestar personal i de la incorporació social a través de compartir activitats de muntanya amb altres usuaris habituals.

Conveni de col·laboració CEC

Accions puntuals



Prevenció de la soledat no desitjada de persones grans

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Programes d'activitat física, caminades urbanes i en medi natural i sortides culturals per a **persones grans en situació vulnerable i/o en situació de soledat no desitjada**.

Es pretén la millora del benestar personal i la recuperació d'activitats socials de relació amb altres persones. Es combina l'activitat física amb sessions en aula.

Paràmetre	Resultat
Estats d'ànim	↑
Benestar personal	↑
Sensació de soledat no desitjada (UCLA)	↓
Xarxa de relació social	↑

 **CEC**
Centre Excursionista
de Catalunya



Transpirinenca Social i Solidària

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS

Travessa amb joves en risc d'exclusió per augmentar les seves oportunitats de desenvolupar talent i treballar aspectes de benestar personal i social.



Col·laboració

Acompanyament en una etapa

Taller d'estiraments

Assessorament/formació prevenció

TRANSPIRENAICA
SOCIAL SOLIDÀRIA

5. COL·LABORACIONS

Col·laboracions

FUNDACIÓ
ESPORTSALUS



Generalitat
de Catalunya



Ajuntament de
Barcelona



Diputació
de Barcelona



CSB Consorci Sanitari
de Barcelona

Agència
de Salut Pública



Ubae

Esport i Fitness



UNIVERSITAT
RAMON
LLULL



INEFC Institut Nacional
d'Educació Física
de Catalunya
Barcelona



INEFC Institut Nacional
d'Educació Física
de Catalunya
Lleida



UVIC
UNIVERSITAT DE VIC
UNIVERSITAT CENTRAL
DE CATALUNYA



EUSES
CAMPUS DE SALT
Escola Universitària de la Salut i l'Esport



U
B
Universitat de Barcelona



U
Universitat
de Lleida



COPLEFC
Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya



EUSES
TERRES DE L'EBRE
Escola Universitària de la Salut i l'Esport



TecnoCampus
Escola Superior
Politècnica



CEC Centre Excursionista
de Catalunya



FONDO RECUERDA



esportcat

Centre adscrit a:



upf. Universitat
Pompeu Fabra
Barcelona



FCD



U
B
UNIVERSITAT DE BARCELONA



Ajuntament de Barcelona
Institut Barcelona Esports



Xarxa d'atenció
a les drogodependències



ESADE
Instituto de Innovación
Social



Obra Social
Fundació "la Caixa"



Taula d'entitats
del Tercer Sector Social
de Catalunya



Ajuntament de Barcelona
CENTRES
ESPORTIUS
MUNICIPALS