

[Comunitari](#)

"Movem el Raval", per incentivar l'activitat física i promoure la salut mental



22/05/2017

Associació per a Joves Teb - Comunitari



Travessant les Rambles Font: Tot Raval

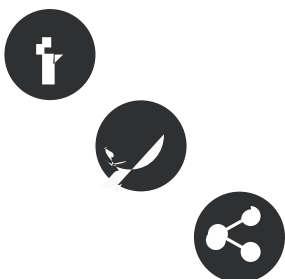


Imatge del flyer de la proposta Font: Tot Raval

"Movem el Raval", per incentivar l'activitat física i promoure la salut mental

22/05/2017

Associació per a Joves Teb - Comunitari



Resum:

La iniciativa proposa unes caminades per aquest barri de Barcelona que van començar com a prova pilot el 4 de maig, adreçades a adults menors de 65 anys o majors en casos especials.

"Movem el Raval" està impulsat per diferents recursos i entitats del barri vinculades a la plataforma [Tot Raval](#) i

implicades en la Subcomissió de Salut Mental del Raval.

Les persones que poden participar a l'activitat han de trobar-se en **situacions de vulnerabilitat social o de salut**, com ara població a l'atur, aïllada, etc..., i haver estat prèviament **derivades** des d'alguna entitat o equipament que formi part de la Comissió de Salut Comunitària.

Les caminades, que tenen una intensitat suau o moderada, es duen a terme **tots els dijous dels mesos de maig i juny** amb una durada aproximada d'una hora i mitja. Estan **guiades i acompanyades** per un monitor o monitorea del [CEM Can Ricart](#) i per professionals de cadascun dels dos Centres d'Assistència Primària (CAP) del barri.

Un altre objectiu que es persegueix amb l'activitat és que també esdevingui un **espai d'interacció social** per refermar i crear nous vincles entre les persones que hi participen, i així mateix, **donar a conèixer diferents llocs** emblemàtics i punts d'activitat i interès del barri del Raval.

Etiquetes: [participació ciutadana](#), [moviment veïnal](#), [salut mental](#), [activitat física](#), [Raval](#), [salut](#), [salut i discapacitat](#)

URL d'origen: <https://xarxanet.org/comunitari/noticies/movem-el-raval-incentivar-lactivitat-fisica>