

12 meses en acción

INFORME ANUAL DEL CONSEJO DE SALUD DE ZONA

Consejo de Salud de Zona	AVENIDA CATALUÑA – LA JOTA
AÑO	2025
	<input checked="" type="checkbox"/> Agenda comunitaria del Equipo de Atención Primaria <input checked="" type="checkbox"/> Presentación del Acuerdo de Gestión Clínica <input checked="" type="checkbox"/> Análisis/ diagnóstico de la zona de salud <input checked="" type="checkbox"/> Identificación/mapeo de activos comunitarios <input checked="" type="checkbox"/> Presentación de proyectos comunitarios <input type="checkbox"/> Evaluación de la participación_EVALGUÍA
	Otras actividades o aspectos del CSZ que se quiera destacar
Canales de comunicación del Consejo de Salud	Grupo de WhatsApp con todos los integrantes. Correo-e: consejodesaludlajota@salud.aragon.es Buzón de sugerencias en la entrada del Centro de Salud.
Cambios en la composición del Consejo	Presidente Julio Puente Mateo
	Secretaria Consuelo Pardo Pardo
	Vocales:
	Maria Rosario Sanjuan: Coordinadora médica del C.de Salud Maria Teresa Alonso: Coodinadora de Enfermería del C.de Salud Paco Lopez : Repres. AA Vecinos de La Jota Javier Lopez : REpr. AA de Vecinos de Vadorrey Laura Gracia : REpr. Farmacias comunitarias Ana Saez-Benito : REp. Farmacias comunitarias Chema de Frutos: Director del Centro de Educación de Adultos de la Margen Izquierda Pilar Laborda: REpr. AA de Mujeres Valentín Garcia: Fundación S.Ezequiel Moreno Abilio Ruiz: REpr. Sección mayor de la FBZA Maria José Las Heras: AA. Paso a Paso Aragón

Número de reuniones celebradas	3: <ul style="list-style-type: none"> - Día 18 -03- 2025 - Día 19- 06- 2025 - Día 13- 11 - 2025
Número de actas enviadas	Se envían en este mismo correo
Banco de buenas prácticas	<p>Todos los miembros del Consejo participan de una manera u otra en las actividades que se deciden y realizan en el barrio. Bien llevándola a cabo o bien difundiendo la información dentro de sus entidades o redes, o ambas.</p> <p>Concretamente este año 2025 se llevaron a cabo:</p> <ul style="list-style-type: none"> . Participación en la Celebración del Día del Barrio organizada por la AA de Vecinos de La Jota. Realizamos distintas infografías para entregar a los vecinos: <div style="text-align: center; margin-top: 20px;"> <h2>XXII DÍA DEL BARRIO</h2> <h3>UN BARRIO EN CRECIMIENTO</h3> <p>En los Barrios hay Asociaciones Vecinales, Asociaciones y grupos Culturales, Comerciantes, Tiempo Libre, Formativas, Educativas, Deportivas, Religiosas, Sanitarias, Mujeres, Sociales, AMPAS, Peñas.</p>  <p>Mesas informativas, Artesanía, Actividades, Bailes, Música, Homenajes, Deporte De 11 a 13:30 horas en la Plaza de la Albada</p> <p>25 MAYO DE 2025</p> <p><small>barriodelota.com</small></p> </div>

CONSEJO DE SALUD DE LA JOTA

¿QUÉ ES?
Es el órgano de participación de la población de la zona en términos de salud.

¿QUÉ LO FORMA?
AA de Vecinos, de Litterines, Representantes de distintas entidades del barrio, farmacéutico y veterinario, coordinadora musical, de enfermería y trabajadores socios del Centro de Salud.

¿QUÉ SE TRATA EN ÉL?
Implementar dar solución a los problemas de salud de la zona; promover los derechos de los vecinos; conocer lo referente a la situación del Centro de Salud.

¿PUEDO CONTACTAR?
B. A través de:
Ruedas de información de la entrada C-Salud;
Coordinación del Centro o Teleoperadora Socia;
AA de vecinos.



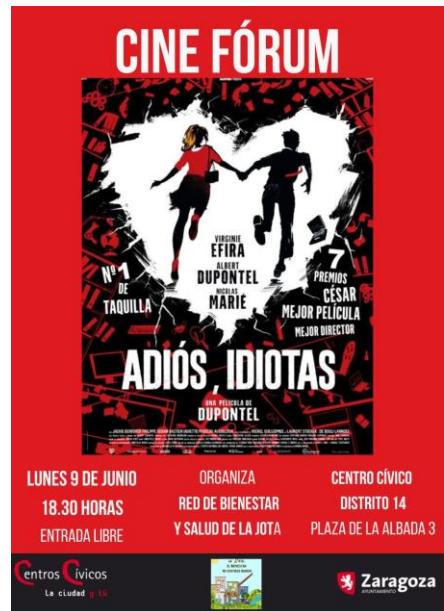
. Participa también en las actividades llevadas a cabo por la Red de Salud y Bienestar del Barrio de la Jota. Este año 2025 se llevaron a cabo:

.- Participación en acciones orientadas al Bienestar Emocional en el Barrio:

.. Mesa de visibilización en el Día Mundial de la Salud Mental: Invitamos a los vecinos a plasmar aquello que le hacía bien y le emocionaba:



.. Cineforum con temática de Bienestar



..Participación en distribución de documentos elaborados sobre bienestar :

LA SALUD EMOCIONAL ES DEFINIDA POR LA OMS COMO:

"UN ESTADO DE BIENESTAR EN EL CUAL EL INDIVIDUO ES CONSCIENTE DE SUSPROPIAS EMOCIONES, PUEDE MANEJARLAS ADECUADAMENTE, PUEDE ENFRENTAR LOS DESAFÍOS DE LA VIDA Y TIENE LA CAPACIDAD DE ESTABLECER RELACIONES SALUDABLES CON LOS DÉMÁS".

La salud y el bienestar emocional nos ayudan a conseguir una vida sana, feliz y plena porque:

- Conocemos y aceptamos nuestras emociones.
- Somos capaces de enfrentarnos a las situaciones de la vida.
- Nos relacionamos adecuadamente con los demás.

Desde **LA RED DE SALUD Y BIENESTAR DEL BARRIO DE LA JOTA** te proponemos unos cuantos hábitos que son útiles para nuestra salud y bienestar emocional:

- Cuidate: alimentación sana; descansa bien; ejercicio adaptado a tu situación.
- Afronta las dificultades. Toma decisiones. Prioriza.
- Aprende técnicas de relajación.
- Habla con tu familia y amigos. Relacionate. No te aísles.
- Disfruta de actividades agradables.
- Haz algo por los demás, por tu vecino, por tu entorno más cercano.

LA RED DE SALUD Y BIENESTAR DEL BARRIO DE LA JOTA está formada por distintas entidades del barrio que, por iniciativa del Centro de Salud, comienza su andadura en Abril del 2023, en las primeras Jornadas de Salud Comunitaria del Barrio, constituyéndose como tal en Abril del 2024.

El objetivo de esta Red es trabajar coordinadamente por la salud y el bienestar del barrio de La Jota, realizando para ello propuestas y actividades conjuntas.

Nos mueve a los participantes el deseo de colaborar comunitariamente en beneficio de todos los vecinos y el entorno del barrio de La Jota.

Si tienes alguna idea que aportar, puedes hacerlo dirigiéndote a cualquiera de las entidades participantes que verás en los logos del cartel.

Muchas gracias.

**LA JOTA
EL BIENESTAR
DE SENTIRSE BARRIO**

Centro de Salud

Logo de la Red de Salud y Bienestar del Barrio de La Jota, incluyendo logos de diversas entidades.

.. Distribución carteles con frases alusivas al bienestar en distintos aspectos, y que fueron pensadas por los jóvenes : sirvan de ejemplo las siguientes.:

**LA JOTA,
EL BIENESTAR
DE SENTIRSE BARRIO**

**VISITA
A TUS
ABUELOS**

Logo de la Red de Salud y Bienestar del Barrio de La Jota, incluyendo logos de diversas entidades.

**LA JOTA,
EL BIENESTAR
DE SENTIRSE BARRIO**

**LIMPIA TU MENTE
DE LO
INNECESARIO**

Logo de la Red de Salud y Bienestar del Barrio de La Jota, incluyendo logos de diversas entidades.

	 <p>LA COMUNIDAD LA CUIDAS Y TE CUIDA</p> 
Observaciones/ Otra información de interés	<p>El Consejo de Salud de la zona de La Jota está formado por miembros de diversas entidades del barrio. Todos sus componentes tienen un alto grado de implicación en realizar acciones que fomenten el cuidado de la salud y bienestar de los vecinos y del entorno. Ello nos lleva a organizar o colaborar en todas aquellas actividades que puedan cubrir estos objetivos.</p>