

El CAP de Taialà organitza la tercera Setmana de la Felicitat

La iniciativa, que enguany també farà activitats a Sant Gregori, fomenta la idea que ser feliç també genera salut

GIRONA | DDG

Per tercer any consecutiu el CAP Doctor Joan Vilaplana de Taialà, a Girona, celebra la Setmana de la Felicitat amb un ampli programa d'activitats, en coordinació amb el Centre Cívic Antònia Adroher. La iniciativa pretén donar a conèixer el Dia Internacional de la Felicitat, declarat per l'ONU, i per això l'EAP organitza activitats comunitàries que relacionen la salut amb la felicitat.

Ho fa a través d'accions que ajuden a fer créixer l'autoestima i amb la suma d'esforços d'associacions veïnals, entitats, comerços, escoles, dels instituts del barri i la biblioteca pública, etc. Aquest any el centre d'interès de totes les activitats és el bon veïnatge i totes les accions es fan extensives també al Consultori Local Llémena de Sant Gregori.

Una cadena de favors

Una de les novetats d'enguany és el projecte Cadena de favors, que consisteix a donar un cop de mà als veïns en accions quotidianes. S'ha establert una sèrie d'iniciadors de la cadena que es posen un braçalet que els identifica com a membres d'aquesta acció i donen una bossa amb cinc nous braçalets a la persona a qui han fet el favor. Al seu torn, aquesta es posa un braçalet i passa els altres a les persones que han rebut un favor seu i, així, successivament.

Durant tota la setmana els barris de l'Esquerra del Ter de Girona estan guarnits amb banderoles i cartells amb missatges positius. Les opinions recollides els darrers dos anys reflecteixen que la majoria afirma trobar la felicitat «en les relacions personals i no en l'entorn».

Aquests dies el CAP de Taialà guarneix el centre amb un gran Mandala de la Felicitat i els professionals distribueixen uns fulls de consells amb el lema «La felicitat és dins teu», per fomentar el fet que ser optimista i feliç genera salut.

Una de les activitats principals tindrà lloc d'jous al matí amb la caminada saludable que s'organitza des del centre d'atenció primària Doctor Joan Vilaplana de Taialà, en què participaran les persones grans que habitualment fan l'activitat Anem a camina, dirigida per professionals del Centre, juntament amb infants, avis i

educadores de l'Escola Bressol Municipal La Baldufa.

A més, són diversos els establiments de la zona que participen a la Setmana de la Felicitat. Aquest any s'hi ha sumat també El Cellar de Can Roca, de la mà del seu sommelier Josep Roca, que farà una xerrada divendres sobre «La cuina que ens fa feliços», al centre cívic del barri.

Font del document:

http://www.diaridegirona.cat/comarques/2016/03/16/cap-taiala-organitza-tercera-setmana/772758.html?utm_source=rss