

OBJECTIUS DE LA JORNADA

Aquesta jornada té com a objectius promoure i donar a conèixer el projecte CST Mou-te com a iniciativa estratègica de promoció de la salut mitjançant l'activitat física, adreçada tant als professionals de la salut com a la ciutadania, en col·laboració amb agents del territori i institucions vinculades a l'àmbit esportiu, social i sanitari.

DIRIGIT A

L'activitat va dirigida a professionals de la salut (metges, infermeres, fisioterapeutes, psicòlegs, treballadors socials...), de l'atenció primària, la salut pública i comunitària; així com a professionals de l'activitat física i l'esport, com educadors/es físics, tècnics esportius i fisioterapeutes.

També s'adreça a representants d'entitats esportives, socials i comunitàries, així com a tècnics i responsables de Salut, Esports i Benestar Social de l'administració pública i altres institucions vinculades.

Finalment, hi tenen cabuda estudiants dels àmbits de la salut i l'activitat física, així com persones usuàries interessades en participar o col·laborar en projectes de promoció de la salut i l'exercici físic.

INFORMACIÓ

INSCRIPCIONS GRATUÏTES

Personal intern: [CSTAPRÈN](#)

Personal extern: [FORMULARI QR](#)

<https://forms.office.com/e/7W0eKaCbae>



Data límit d'inscripció: **30 de maig de 2025**

Aforament limitat. Inscripció per rigorós ordre. Es prioritzaran les persones en llista d'espera d'anteriors jornades. Anul·lacions fins al 26 de maig.

Els assistents a la jornada tindran una tarifa reduïda del pàrquing de 1,5€/dia.

DIRECTORS DE LA JORNADA

Miquel Aranda Sánchez. Director de l'Àrea del Coneixement. CST

Isabel Arrieta Segura. Directora de Recursos Humanos i Gestió de Persones. CST

Montse Bellver Vives. Cap de Servei de Medicina de l'Esport. CST · CAR Sant Cugat

Cristina Roure Nuez. Direcció Estratègica. CST

COM ARRIBAR

TMSA. Transports Municipals de
Terrassa (Autobús)
Línies 1 i H

[MAPA ACCÉS](#)



Ctra. Torrebónica, s/n
08227 Terrassa
T. 93 700 36 00 Ext. 1892
sjornades@cst.cat
www.cst.cat



JORNADA DE PRESENTACIÓ CST MOU-TE



Dimarts, 10 de juny de 2025

Hospital Universitari de Terrassa
| Sala d'actes Joan Costa Roma

ORGANITZA

Direcció-gerència
Consorti Sanitari de Terrassa



HORARIS I PROGRAMA

9,00 h	RECEPCIÓ I BENVINGUDA				
9,30 h	INAUGURACIÓ Esteve Fernández Muñoz Secretari de Salut Pública Berni Álvarez Merino Conseller d'Esports de la Generalitat de Catalunya Jordi Ballart i Pastor Alcalde de Terrassa August Sàenz Bernat President del Consorci Sanitari de Terrassa (CST)	• El repte de convertir l'exercici físic en un hàbit de vida Mariona Violán Fors Coordinadora de Promoció de l'Activitat Física del Consell Català de l'Esport Secretària General de l'Esport Generalitat de Catalunya • Longevitat saludable i activitat física Joan Ars Ricart Fisioterapeuta Parc Sanitari Pere Virgili Doctorat en Medicina • Exercici físic i esport per la salut mental Susana Regüela Sáez Cap de la Unitat d'Acompanyament de la Carrera Esportiva (ACE) CAR de Sant Cugat	• Paper del món local en la promoció i la continuïtat dels programes de prescripció de l'exercici físic Laura Rivas Moreno Regidora de Salut Ajuntament de Terrassa • Paper de l'esport d'elit en la incorporació de l'exercici físic com un hàbit de vida a la Societat Ramon Terrassa i Cusí Director del CAR de Sant Cugat • El paper del Departament de Salut en la implementació de l'exercici físic com a estàndard de pràctica clínica i hàbit saludable Albert Moncada Ribera Subdirector general de Promoció de la Salut Secretaria de Salut Pública del Departament de Salut		
9,45 h	PRESENTACIÓ CST MOU-TE Montse Bellver Vives Cap de Servei de Medicina de l'Esport. CST · CAR Sant Cugat				
10,00 h	PONÈNCIA INAUGURAL Antoni Trilla i García Cap del Servei Medicina Preventiva i Epidemiologia Hospital Clínic de Barcelona	11,15 h	PAUSA – ESMORZAR SALUDABLE		
10,30 h	TAULA RODONA 1 “BENEFICIS DE L'EXERCICI FÍSIC PER LA SALUT AL LLARG DE LA VIDA” <i>Modera: Montse Bellver Vives</i> Cap de Servei de Medicina de l'Esport. CST · CAR Sant Cugat • Educació per la salut durant la infància i l'adolescència Cèlia García Gutiérrez Directora d'Infermeria d'Atenció Primària. CST	11,45 h	TAULA RODONA 2 “BENEFICIS DE L'EXERCICI FÍSIC PER LA SALUT AL LLARG DE LA VIDA” <i>Modera: Cristina Roure Nuez</i> Directora d'Estratègia. CST • El poder de l'exercici físic per abordar la malaltia Antonio Sánchez Hidalgo Cap del Servei de Cardiologia. CST • L'exercici físic per un entorn de treball saludable Isabel Arrieta Segura Directora de Recursos Humans i Gestió de Persones. CST	12,30 h	CONFERÈNCIA Miquel Pucurull i Fontova Autor del llibre “Mai no és tard”.
			13,00 h	CLOENDA Ferran Garcia Cardona Director-gerent. CST	
			13,15 h	ACTIVITAT FÍSICA GRUPAL A ESPAIS DE TORREBONICA Fermín Oliete Candela Fisioterapeuta. CAR de Sant Cugat Tai Pérez Roldán Fisioterapeuta. CST	