

Per un benestar integral
dels i de les professionals

JORNADA

La Mar de SALUDABLE

 Hospital del Mar
Barcelona

31/10/25

Sala Josep Marull
c/ Dr. Aiguader, 80
Hospital del Mar

09 - 09.10 H

INAUGURACIÓ. Jaume Raventós.
Director Gerent. Hospital del Mar.

09.10 - 09.45 H

**CONSOL PROGRAMAT, VINCLE
EN JOC: IA CONVERSACIONAL
EN BENESTAR EMOCIONAL.
EVIDÈNCIA, LÍMITS I RISCOS.**

Manuel Armayones Ruiz.
Catedràtic en Disseny del
Comportament. Coordinador
del Grup de Recerca Behavioural
Design Lab en el eHealth Center
& Estudis de Psicologia i Ciències
de l'Educació. Universitat Oberta
de Catalunya.

Modera: **Víctor Pérez.** Director
de l'Àrea assistencial i mèdica.
Hospital del Mar.

09:45 - 11 H

**Equilibri saludable, benestar
emocional.** Conversa entre referents
de les diferents àrees del programa
La Mar de Saludable.

Modera: **Luis Miguel Martín.**
Psiquiatre. Director de l'Àrea Atenció
comunitària i Programes Especials.
Institut Salut Mental.
Hospital del Mar.

**Cessació tabàquica. Salut
pulmonar.** Sergi Pascual. Peumòleg.
Hospital del Mar.

Fer anys amb salut. Olga Vázquez.
Cap del servei de Geriatria.
Hospital del Mar.

Son reparador. Núria Grau.
Pneumòloga. Hospital del Mar.

Alimentació saludable.
Karla Alejandra Pérez. Nutricionista.
Hospital del Mar.

Salut de la dona. Antonio Payá.
Cap del servei d'Obstetrícia i
Ginecologia. Hospital del Mar.

Benestar físic. Ester Marco.

Cap del servei de Medicina Física
i Rehabilitació. Hospital del Mar.

Controla't. Gerard Torres.
Cardiòleg. Hospital del Mar.

11 - 11.10 H

Pausa Activa

11.15 - 11.45 H

Esmorzar saludable

11.45 - 12.45 H

**BENESTAR EMOCIONAL A
DIFERENTS ORGANITZACIONS:
INSPIRANT-NOS JUNTS.**

Modera: **José María Ramada.**
Cap del servei de Salut Laboral.
Hospital del Mar.

**Ecosistema de salut de
l'Hospital d'Olot.** Marta Linares.
Neuropsicòloga. Hospital d'Olot.

**Taulímpics. Promoció de la salut
dels nous residents.** Esther Bonet.
Infermera de Benestar. Hospital
Parc Taulí.

**Estudi sobre la qualitat del
son en professionals sanitaris.**
Rocío Ibáñez. Directora del Centre
Esperança, del Centre Fòrum i res-
ponsable de l'Àrea de Sostenibilitat
ASG de l'Hospital del Mar i membre
de la Direcció de la Xarxa d'Hospitals
i Centres Promotors de la Salut.

**Relació entre cultura d'aprenentat-
ge i benestar emocional en profes-
sionals sanitaris.** Cristina Fresno.
Cap de l'Àrea d'Aprenentatge i gestió
del Coneixement. Hospital del Mar.

12.45 - 13 H

Lliurament premi
La Mar de SALUDABLE 2025

A càrrec de Consol Serra. Cap
de servei emèrita de Salut Laboral.
Hospital del Mar.

“Cada hàbit
suma en el
nostre benestar
emocional”

13 - 13.15 H

Presentació *Pauses Actives*.
Premi 2024.

Ana Hernán, Núria Llarch i Mercè Piqueras.
Guanyadores edició 2024.

13.15 - 13.45 H

**BENESTAR EMOCIONAL EN ELS I LES
PROFESSIONALS DE LA SALUT.**

Antoni Calvo. Director de la Fundació
Galatea.

Modera: **Paloma Garcimartín.**
Directora Infermera. Hospital del Mar.

13.45 - 14 H

Cloenda. **Pau Gomar.** Director de
Recursos Humans. Hospital del Mar.

Inscripcions:



Setmana
SALUDABLE

DEL 27/10/25
AL 31/10/25

SESSIONS

JORNADA

PREMIS