

## Campanya "I tu, com et cuides?"

Inici: 1 de març de 2017

Volem promoure l'estil de vida saludable a través de la compartició d'imatges saludables!

Des del Grup de Salut Comunitària de l'EAP Sardenya volem millorar la qualitat de vida. Amb aquesta finalitat engegarem la campanya a les xarxes socials anomenada "I tu, com et cuides?".

**Objectiu:** conscienciar totes les persones de la importància de tenir uns bons hàbits i de gaudir de la vida amb salut. Com? A través de la compartició d'imatges saludables!

### Bases

- **Participació:** pot participar qualsevol persona física major de 18 anys relacionada amb l'EAP Sardenya, sigui treballadora, usuària o veïna d'Horta-Guinardó. La participació implica l'acceptació expressa i irrevocable d'aquestes bases i es cedeix el dret de reproducció de les imatges a l'EAP Sardenya, les seves xarxes socials, web, pantalles del centre i material corporatiu. I, també es cedeix en la jornada del 6 abril UDACEBA, en la qual aquesta campanya es presentarà com experiència. Si apareixen persones a la imatge, l'autor/a declara que té permís d'aquestes per enviar la fotografia a la campanya i complir les bases de la mateixa.
- **Temàtica:** hàbits i estils de vida saludables. Per exemple: seguir una dieta equilibrada, abandonar hàbits tòxics com el consum de tabac i alcohol, fer exercici físic, mantenir una higiene adequada, potenciar el benestar emocional i les relacions socials, etc.
- **Característiques:** la tècnica fotogràfica és lliure, amb filtres, sense filtres, collage...Els participants cedeixen a l'EAP Sardenya el dret de difondre i d'utilitzar la imatge presentada.
- **Presentació:** cada participant podrà presentar el nombre de fotografies que vulgui.
- **Lliurament:** pots pujar la teva fotografia a Facebook i/o a Twitter i mencionar-nos amb @eapsardenya (és important que ho facis, sinó no veurem la fotografia!). A més, utilitza les etiquetes #salutactiva, #equipsardenyafasalut i/o #salutcomunitària. Si no sou gaire actius a les xarxes o no teniu perfil, ens podeu enviar les vostres fotografies acompanyades d'una petita explicació a [salutactiva@eapsardenya.cat](mailto:salutactiva@eapsardenya.cat) i nosaltres la pengem a nom vostre. Pel que fa al termini de lliurament, no n'hi ha. Volem ser sempre actius!

Si tens dubtes, pots enviar-nos un correu a [salutactiva@eapsardenya.cat](mailto:salutactiva@eapsardenya.cat).

Esperem les vostres fotos!