

EMOCIONS
CIUTATS



Diputació
Barcelona

Àrea d'Espais
& Sostenibilitat Urbana



cultura
emocional
pública



ESPAI PERSONAL I

ESPAI PERSONAL II

EMOCIUTATS EMOCITIES EMOCIUDADES



Red Internacional de
Educación Emocional
y Bienestar

EMOCIUTATS -EMOCITIES - EMOCIUDADES

¿Qué es EMOCiudades?

EMOCiudades es un proyecto que agrupa a las ciudades que sitúan el bienestar emocional de las personas en el centro de la acción municipal y quieren continuar aprendiendo, compartiendo y enriqueciendo sus experiencias.

El proyecto nace de las ciudades comprometidas con el bienestar emocional y que hacen suya la "Declaración para el bienestar emocional" ([enlace a la Declaración](#)) aprobada en Barcelona el 24 de marzo de 2023 en el marco de las I JORNADAS EMOCIUDADES, y sitúan los 10 puntos que se proponen en su agenda de trabajo.

Nace con la vocación de convertirse en una red mundial de municipios comprometidos con los 10 puntos de la Declaración y con voluntad de aprender, compartir y trabajar conjuntamente.

¿Quiénes somos?

Visión

Ser referentes a nivel mundial en educación emocional y contribuir al bienestar y mejora continua en las organizaciones.

Misión

Facilitamos el desarrollo integral de profesionales, equipos de trabajo y organizaciones a través de la formación en competencias emocionales, a fin de obtener un clima de bienestar que promueva, entre otros, el liderazgo, el trabajo en equipo, la comunicación asertiva y la gestión del estrés para hacer frente a los desafíos que se presenten en el día a día laboral.



La formación continua en competencias emocionales facilita el desarrollo personal y profesional.

QUE NOS OFRECE LA RED EMOCIUDADES:



PUNTO DE ENCUENTRO de los equipos políticos y técnicos de los Ayuntamientos y las Instituciones asociadas, a partir de recursos concretos que les ayuden a desarrollar los 10 puntos de la Declaración.



ESPACIO DE TRABAJO conjunto, donde:

- 1-Compartir proyectos con diferentes municipios de la Red.
- 2-Obtener apoyo y acompañamiento a los proyectos municipales que trabajen alguno de los 10 puntos de la Declaración.
- 3-Obtener soporte y acompañamiento a la redacción e implementación de Planes de Gobierno donde el bienestar emocional sea el centro de actuación.



BANCO DE RECURSOS que pueda facilitar a los Ayuntamientos asociados:

- 1-Publicaciones diversas sobre bienestar emocional.
- 2-Banco de documentos y artículos científicos sobre la educación emocional.
- 3-Banco de experiencias con éxito de diferentes municipios de todo el mundo.
- 4-Conclusiones de las Jornadas, Congresos y Seminarios ofrecidos.
- 5-Memoria anual de las actividades desarrolladas por las diferentes Redes territoriales.
- 6-Boletín periódico NOTICIAS EMOCIUDADES.
- 7-Otros documentos que puedan contribuir a mejorar la aplicación de los 10 puntos de la Declaración.

QUE NOS OFRECE LA RED EMOCIUDADES:



ESPACIOS DE REFLEXIÓN a partir de los diferentes encuentros propuestos por la Red:

- 1-Encuentros de Redes territoriales de proximidad
- 2-Jornadas EMOCIUDADES
- 3-Talleres y Seminarios específicos de educación emocional
- 4-Congreso Mundial

1-Encuentros de Redes territoriales de proximidad

Las ciudades de una misma área territorial, con intereses comunes, se reúnen periódicamente para trabajar conjuntamente aspectos de la educación emocional situados en la agenda y que enriquecen el plan de gobierno. Las redes territoriales se coordinan y eligen ellas mismas los temas de interés común a desarrollar, con el apoyo del equipo de EMOCIUDADES.

2-Jornadas EMOCIUDADES

Son unas Jornadas bianuales para promover el bienestar emocional como elemento transformador de las políticas públicas, la sociedad y los municipios. A partir de los 10 puntos de la Declaración y de las tendencias de cada momento, las Jornadas deben servir para incorporar el bienestar emocional como elemento transversal de las políticas públicas.

3-Talleres y Seminarios específicos de educación emocional

A partir de diferentes ofertas formativas de contrastada solvencia (enlace al programa de formación para municipios), ofrecer a los miembros de la Red planes de formación y mejora de sus responsables, mediante itinerarios formativos que incluyan cursos, talleres, seminarios, etc.

4-Congreso Mundial

La voluntad de convertirse en una Red mundial radica en la riqueza que representa poder compartir con ciudades de diferentes partes del mundo una misma línea de trabajo inclusiva, a partir de las distintas realidades sociales, económicas, culturales, históricas, pero con el denominador común de situar el bienestar emocional en el centro de sus políticas públicas. Un encuentro bianual acogido por alguna de las ciudades miembros de la red será un buen momento para tomar conciencia del trabajo realizado y asumir nuevos retos.

Declaración para el Bienestar Emocional



La pandemia de la COVID-19 ha impactado a todas las sociedades y ha significado un desafío sin precedentes para la salud y el bienestar globales. La incertidumbre, el aislamiento, la educación a distancia, el deterioro de las condiciones sociales y económicas, además del impacto sanitario a causa de la enfermedad, ha acentuado el impacto en el bienestar emocional y la salud mental de todas las personas.

Las necesidades de atención al bienestar emocional no son nuevas, y esta pandemia no solo ha aumentado coyunturalmente las necesidades al respecto, sino que podría tener consecuencias a medio y largo plazo, como alertan organismos como UNICEF.

Por tanto, todas las administraciones y agentes de la sociedad tenemos la responsabilidad de promover el bienestar emocional, entendido como un estado positivo de emociones, de autoestima y de resiliencia, que conduce a la autorrealización, la autoeficacia ya desarrollar comportamientos que promueven la salud. Desde los entes locales, como administración más cercana a la ciudadanía, es conveniente centrar la atención sobre las acciones de promoción que puedan ponerse en marcha desde el ámbito comunitario. En este sentido, es necesario fomentar que todos los espacios municipales, - sociales, culturales, educativos, deportivos, convivenciales, de salud o de atención sanitaria-, integren la promoción del bienestar emocional a través de la educación emocional como proceso socio educativo con el objetivo de desarrollar las competencias emocionales.

Las competencias emocionales contribuyen, en sentido amplio, a la prevención de trastornos emocionales y comportamientos considerados de riesgo (como la ansiedad, el estrés, la depresión, la violencia, las adicciones, los suicidios, etc.) y la mejora de la autoestima, el empoderamiento, la empatía, la convivencia, el rendimiento y el bienestar, entre otros muchos aspectos. Asimismo, el trabajo por las competencias emocionales debe ser consciente de los determinantes sociales sobre la salud y la salud mental, por lo que es indispensable adoptar la perspectiva de género, y abordar las situaciones de desigualdad estructural que generan situaciones de mayor riesgo para la salud mental entre mujeres, así como un enfoque interseccional que tenga en cuenta las situaciones de desigualdad social y económica que inciden directamente en las oportunidades de promoción del bienestar emocional y que tienen efectos en la salud mental.

Asimismo, es importante adoptar la perspectiva de ciclo de vida, por lo que la promoción de competencias emocionales debe ir dirigida a toda la población ya lo largo de toda la vida. Es importante iniciarla desde las primeras etapas, cuando se adquieren las competencias personales, y en donde también encontramos riesgos para la salud mental, que se han visto aún más acentuados a raíz de la pandemia.

Declaración para el Bienestar Emocional



Así, según un estudio del departamento de Salud y Educación de la Generalidad de Cataluña, el 40% de estudiantes de 10 a 18 años encuestados afirma que la pandemia les generó miedo, tristeza, ira o rabia y un 13% dicen que todavía hoy se sienten tristes y tienen rabia. La demanda de ayuda por trastornos de conducta alimentaria se ha triplicado y el número de menores con intentos de suicidio se ha cuadruplicado. Según datos de UNICEF, se calcula que 1 de cada 7 jóvenes en el mundo tiene algún tipo de trastorno mental.

Es importante, también, tener en cuenta el papel de los y las profesionales que trabajan con las personas, como agentes que deben poder desarrollar, además de las competencias técnico-profesionales propias de cada profesión, otras genéricas y transversales comunes, donde las competencias sociales y emocionales son un elemento indispensable.

De hecho, este enfoque amplio de la profesionalización, mencionado en el informe Delors en la UNESCO y en la Comisión Europea, ha sido defendido también por instituciones como la OMS (Organización Mundial de la Salud), la OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico), el FEM (Foro Económico Mundial) y otras muchas organizaciones internacionales y estatales.

Considerando todos estos elementos, por la presente declaración, proponemos:

- **1. Impulsar desde el conjunto de administraciones públicas**, y en concreto desde los entes locales en el ámbito comunitario, acciones de promoción del bienestar emocional que fomenten las competencias emocionales de las personas e incidan en la prevención de problemáticas de salud mental.
- **2. Crear entornos socio educativos** orientados al desarrollo de competencias emocionales y al fomento de actitudes de respeto y cooperación que faciliten la convivencia y el bienestar.
- **3. Trabajar de forma específica**, - en espacios sociales, educativos, socio educativos y comunitarios, de salud o de atención sanitaria-, la promoción del bienestar emocional en la infancia y la adolescencia como etapa vital en la que se desarrollan las competencias personales e incidiendo en los elementos de riesgo se caracterizan estos momentos de transición vital. También es necesario proporcionar formación continua a las unidades familiares en educación emocional, para crear un clima favorable al bienestar emocional en los hogares y en la socialización de los niños, adolescentes y jóvenes. Al mismo tiempo, es necesario tener en cuenta las necesidades específicas de otros períodos como el envejecimiento en el que el aislamiento, el estado de salud o de dependencia, o las situaciones de soledad pueden llevar a riesgos para el bienestar emocional.
- **4. Garantizar la formación en educación emocional** de profesionales del ámbito social, educativo, de salud y socioeducativo, desde una perspectiva de género e interseccional. Esto comporta su inclusión en los planes de estudio de las universidades implicadas en la formación de estos profesionales, así como en las propuestas de formación continua de todas las administraciones y entidades.

Declaración para el Bienestar Emocional



- **5. Crear espacios de trabajo** en red público-comunitarios en los que se articulen las acciones de las administraciones públicas con las de las entidades sociales y los espacios de apoyo mutuo y de cooperación comunitaria para promover una mayor eficacia y complementariedad en las acciones de promoción del bienestar emocional.
- **6. Garantizar la accesibilidad universal a la promoción del bienestar emocional** ya la adquisición de competencias emocionales, teniendo en cuenta las situaciones de desigualdad y evitando que nadie quede excluido.
- **7. Desarrollar una cultura de paz y no violencia**, donde las competencias emocionales de conciencia y regulación emocional, así como las competencias sociales y las emociones morales, y la defensa de los derechos universales y la justicia social, sean factores clave en la promoción de la convivencia, así como en el abordaje del acoso y violencia en el entorno escolar, violencia machista, y toda manifestación de discriminación y violencia en cualquier espacio de la sociedad.
- **8. Fomentar el reconocimiento, la dignificación y la corresponsabilidad** en los cuidados, y la promoción de unos usos del tiempo corresponsables, que equilibren las diferentes esferas de la vida evitando situaciones de pobreza de tiempo, y que garanticen el derecho al tiempo, como a elemento esencial para la autorrealización, el autocuidado, la salud y la participación social. Entendemos que son elementos esenciales para la sostenibilidad de la vida y la sostenibilidad social que inciden directamente en el bienestar de todas las personas, y especialmente en la salud emocional de aquellos que necesitan o proporcionan cuidados.
- **9. Promover la investigación en bienestar emocional** por parte de las universidades, centros de investigación, organizaciones internacionales, administraciones públicas, -también entre ellas las administraciones locales-, para vislumbrar las mejores estrategias para su efectiva puesta en práctica y para que sirva apoyo en la toma de decisiones sobre políticas sociales.
- **10. Implicar a los gobiernos**, en los distintos niveles de la administración pública, y las organizaciones internacionales y entidades sociales para que, en el ejercicio de sus competencias o ámbito de actuación, adopten las medidas oportunas (legislativas, económicas, sociales o educativas, de salud pública) para garantizar el derecho de cualquier persona a la promoción del bienestar emocional. Y que el acceso a estas sea gratuito y al alcance de toda la ciudadanía.

Con vocación de compromiso y con la voluntad de hacer llegar esta declaración a los organismos competentes en materia social y educativa, de salud o de atención sanitaria, ya entidades de estos ámbitos, las organizaciones promotoras desde el ámbito local y social de la provincia de Barcelona, pedimos el apoyo a esta declaración, manifestando nuestro compromiso con los 10 puntos mencionados, con la adhesión personal o institucional.

Barcelona, 24 de marzo de 2023



PROCESO DE AFILIACIÓN:

Las ciudades interesadas en formar parte de la Red EMOCIUDADES pueden hacerlo aprobando la Declaración para el Bienestar Emocional al órgano de gobierno competente y enviando el acuerdo a:

Municipios de Cataluña:

aiss.scic@diba.cat

Resto de Municipios:

rieeb@rieeb.com

A medida que se vayan produciendo adhesiones se irán constituyendo las redes territoriales y la red general, empezando progresivamente el trabajo conjunto.

Promueven la Red:

RIEEB - Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar

DIPUTACIÓN DE BARCELONA



**Diputació
Barcelona**

