



## Red EmoCiudades

*Municipios comprometidos con el bienestar emocional*

EmoCiutats es una red internacional que agrupa a las ciudades que sitúan **el bienestar emocional de las personas en el centro de la acción municipal** y que desean avanzar de forma coordinada, rigurosa y estratégica.



### ¿Cómo nace la idea de la Red EmoCiudades?

El contexto social, económico y político que estamos viviendo ha evidenciado la necesidad de **cuidar la salud mental y el bienestar emocional de la ciudadanía**. Entre otros, la ansiedad, depresión, aislamiento, conductas de riesgo y aumento del malestar en la infancia, adolescencia y población adulta son realidades constatadas por datos oficiales e informes internacionales.

Desde el ámbito local -la administración más cercana a la ciudadanía- es vital impulsar **acciones comunitarias que desarrollen competencias emocionales a lo largo de todo el ciclo vital**.

EmoCiutats responde a esta necesidad con un **marco estructurado de actuación** que se ha ido consolidando a lo largo de la experiencia de la RIEEB (Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar) en el campo de la educación emocional aplicada y en la co-organización del Área de Sostenibilidad Social, Ciclo de Vida y Comunidad de la Diputación de Barcelona y la Red de dos

1

El bienestar emocional en el centro de las políticas locales  
23 y 24 de marzo de 2023  
*Francesca Bonnemaison, Barcelona*

2

Convivencia, comunidad y bienestar emocional  
14 y 15 de mayo de 2025  
*Escola Industrial, Barcelona*

3

Bienestar emocional en la sociedad digital  
*Herramientas para acompañar al ciclo de vida.*  
Fecha tentativa: 16 febrero de 2025



De una mirada estructural a una acción comunitaria y hacia una intervención específica a lo largo del ciclo de vida.

## ¿Qué quiere ser EmoCiudades?

Nace con la vocación de convertirse en una **red internacional de municipios comprometidos con la Declaración para el Bienestar Emocional**, aprobada en Barcelona el 24 de marzo de 2023 en el marco de las I Jornadas EmoCiudades. Las ciudades adheridas asumen los 10 puntos de esta Declaración como hoja de ruta para incorporar bienestar emocional como eje transversal de sus políticas públicas.

### Sus objetivos principales son...

- Consolidar y ampliar la red de municipios comprometidos con la educación emocional.
- Apoyar a los ayuntamientos en la implementación de proyectos locales.
- Difundir buenas prácticas y experiencias para reforzar el impacto social.

En definitiva...

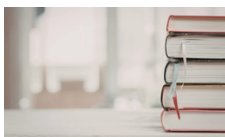
Convertirse en un **punto de conexión, encuentro y apoyo de diferentes realidades de un mundo diverso y en transformación** con un objetivo común: trabajar por el bienestar emocional de la ciudadanía.

## Y, para conseguirlo, quiere...



### Puntos 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.



### Bancos de recursos

Para facilitar a los Ayuntamientos asociados: publicaciones, artículos, experiencias de éxito, conclusiones de Jornadas, Congresos y Seminarios, boletín de noticias y actividades...



### Espacios de trabajo conjunto

- Intercambio de proyectos municipales
- Acompañamiento en la implementación de iniciativas vinculadas a los 10 puntos.
- Apoyo a la redacción e integración del bienestar emocional en los planes de gobierno.



### Espacios de reflexión

- Encuentros con redes territoriales de proximidad.
- Jornadas bienales EmoCiudades co-organizadas desde DIBA-RIIEEB.
- Talleres, seminarios específicos y congresos internacionales.



### Acompañamiento, formación y evaluación

- Formaciones para desarrollar competencias emocionales y mejorar el bienestar.
- Aplicación de un cuestionario de rigor científico tanto para evaluar las competencias emocionales del equipo de gobierno o del municipio como para aplicarlo en los proyectos implementados y evaluar el impacto de las acciones realizadas.

## La Red da sus primeros pasos

La RIEEB organizó, con el apoyo del Área de Sostenibilidad Social, Ciclo de Vida y Comunidad, un encuentro para presentar la Red EmoCiutats.

El encuentro se dirigió a **responsables de ámbitos de atención a las personas de los municipios de la provincia de Barcelona** —tanto equipos políticos como técnicos— para:

- Compartir los objetivos y voluntad de la Red EmoCiutats.
- Poner en común necesidades de los municipios, tanto internas como de la ciudad.
- Empezar a definir conjuntamente los primeros pasos para la puesta en marcha de la red, que quiere ser un **espacio co-construido**.

La jornada tuvo lugar el viernes, 8 de mayo, de 9.30 a 13.30 h en el Palacio Marianao de Sant Boi de Llobregat y combinó espacios de presentación con dinámicas de trabajo colaborativo orientadas a detectar necesidades, visualizar aportaciones de los municipios y concretar líneas de acción compartidas.

### ¡Estos fueron algunos de los momentos más significativos!



A continuación, se exponen  
las grandes conclusiones de  
la jornada



## Puntos fuertes y proyectos que ya funcionan

### Proyectos y servicios de bienestar emocional

- Los municipios cuentan con un amplio abanico de proyectos y recursos (ver anexo 1).
- Atención psicológica desde los servicios sociales a mujeres, niños, jóvenes y cuidadores (profesionales y no profesionales), incluyendo grupos de supervisión y apoyo psicológico especializado.
- Servicio de apoyo jurídico y psicológico comarcal para reforzar los servicios sociales básicos, con desplazamiento al territorio para realizar charlas con equipos municipales.
- Proyectos de naturalización del entorno urbano con espacios más verdes y amables, con impacto positivo en la salud y bienestar emocional.
- Catálogos de recursos municipales digitales para centralizar charlas, actividades y servicios.
- Proyectos de redes sociales con recursos para jóvenes.

### Bienestar emocional y ciclo de vida

- Servicios de acompañamiento emocional para jóvenes con asesoramiento, soporte y detección precoz.
- Programas específicos con mirada de ciclo de vida.
- Encuestas sobre bienestar emocional en centros educativos.
- Trabajo con jóvenes en medio abierto.

### Planificación, coordinación y enfoque estratégico

- Mirada comunitaria y de ciudad: personas como usuarias de la ciudad y no un servicio concreto.
- Existencia de planificaciones estratégicas y tablas municipales de salud mental con grupos de trabajo estables, calendario anual de actividades y conexión con días mundiales.
- Trabajo en red entre educación, salud, servicios sociales y comunidad en coordinación en proyectos concretos y visión global de cada caso (clave para pasar de un trabajo fragmentado a uno conjunto).

### Comunidad y ciudadanía

- Proyectos y servicios de ámbito comunitario que generan vínculos: las iniciativas que nacen desde la propia ciudadanía demuestran el papel clave de la comunidad organizada.
- Trabajo con personas en situaciones de vulnerabilidad (soledad no deseada, trastornos mentales, riesgo de exclusión...) a través de entidades del territorio.
- Red de comercios para el bienestar emocional y empoderamiento de la ciudadanía.

### Atención al bienestar de los y las profesionales

- Formación en bienestar emocional para profesionales de servicios sociales y espacios de supervisión donde se trabajen sobrecargas, cuidado y expresión emocional.
- Espacios de autocuidado para los trabajadores/as (meditación, yoga, etc.) fomentando el bienestar interno de los equipos (Consell Comarcal del Maresme).



## ¿Con qué necesidades y dificultades nos encontramos?

### Proyectos y accesibilidad

- Dificultad para llegar a personas potencialmente beneficiarias.
- No siempre es fácil intervenir: los factores estructurales (ej. desalojos) condicionan el bienestar emocional de forma que ninguna intervención aislada puede resolver.

### Mirada integradora

- Necesidad de estrategias interculturales, intergeneracionales y con perspectiva de género y ciclo de vida.
- Es necesario empoderar a la población y facilitarles el acceso a recursos comunitarios.

### Comunidad y ciudadanía

- Es necesaria más intervención comunitaria y recuperar espacios de relación que ayuden a generar vínculos más allá de la institución.
- Dificultad para implicar activamente a la ciudadanía y generar retornos que la empoderen y la hagan corresponsable.

### Planificación y coordinación

- Carece de planificación compartida y de visión a largo plazo. Los equipos están saturados "apagando fuegos" y no disponen de tiempo para planificar ni abordar necesidades emergentes.
- Se necesitan estrategias para mancomunar servicios y espacios estables para compartir experiencias.
- La separación de ámbitos (especialmente social y salud) dificulta la continuidad de las intervenciones.

### Financiación

- Garantizar la continuidad en la financiación de proyectos que nacen de subvenciones puntuales, ya que esto dificulta la sostenibilidad y atender necesidades emergentes.
- La externalización de servicios y las condiciones laborales precarias agudizan la rotación y la inestabilidad.

### Evaluación

- Carece de indicadores, evaluación sistemática y visibilidad: a menudo se trabaja con percepciones más que con evidencias, sin metodologías claras ni datos comparables. Esto dificulta medir el impacto más allá de las encuestas de satisfacción.

### Curas al/les profesionales

- Gran carga emocional: sufrimiento por contener situaciones de alta complejidad.
- La falta de personal en los equipos, la ausencia de tiempo o espacio para cuidarse y la rigidez institucional dificultan las iniciativas de autocuidado.
- La rotación constante de buenos profesionales impacta en los equipos y ciudadanía.

### Transversalidad

- Incorporar la mirada del bienestar emocional a la planificación urbanística y trabajar el derecho al tiempo, la conciliación y la vivienda como generadores de bienestar.

### Evaluación

- Carece de indicadores, evaluación sistemática y visibilidad: a menudo se trabaja con percepciones más que con evidencias, sin metodologías claras ni datos comparables. Esto dificulta medir el impacto más allá de las encuestas de satisfacción.



## ¿Qué nos puede ofrecer la Red?



### Difusión y visibilidad

- Recopilación y difusión de los servicios de BE de los municipios miembros.
- Ser portavoz de necesidades y retos que afectan a la salud mental

### Apoyo en indicadores y evaluación

- Diseño de herramientas de evaluación y establecimiento de un sistema de indicadores que diferencie los de resultado (corto y medio plazo) y de impacto (largo plazo), para que cada acción forme parte de una estrategia evaluable.

### Acciones compartidas

- Impulsar grupos de ayuda mutua y organizar acciones compartidas en los y entre municipios de la Red para sensibilizar (ej: carrera por el BE).
- Construir identidad de red: pertenencia y vínculo colectivo.

### Formación y asesoramiento

- Formación continua en contenidos, metodologías y dinámicas comunitarias.
- Asesoramiento y charlas inspiradoras para el personal político y técnico.

### Atención y reconocimiento a los profesionales

- Designar un referente de EmoCiudades en cada municipio que vele por su BE.
- Evaluar el estado emocional de los equipos y prevención del desgaste profesional.

### Territorialización e internacionalización

- Impulsar redes y encuentros comarcales y territoriales.
- Apertura internacional para conocer otras realidades y formas de trabajar.

### Buenas prácticas e innovación

- Espacio para compartir proyectos que han funcionado (y generar modelos) y aquéllos que no.
- Espacios relacionales y encuentros temáticos (presenciales y online) con expertos/as.
- Plataforma digital con documentación de referencia (decálogos, materiales, guías...).
- Potenciar espacios de innovación y organizar Congresos y Foros para compartir.

### Conceptualización y marco compartido

- Definición compartida de bienestar emocional vinculada a la dimensión comunitaria.
- Definición de objetivos de proyectos más claros, realistas y mensurables.

### Agenda política y compromiso institucional

- Poner el bienestar emocional en la agenda política como objetivo explícito y visible.
- Sensibilización y asesoramiento al personal político.



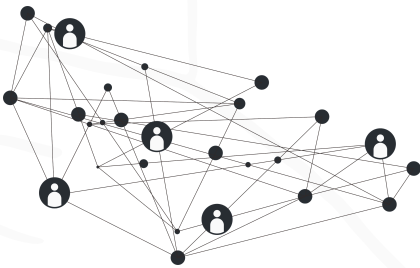
## ¿Qué aportaremos a la Red?

### Compromiso y participación

- El compromiso personal e institucional como base de todo.
- Participación en espacios de encuentro y grupos de trabajo.

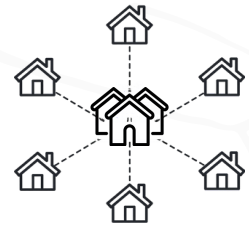
### Espacios y recursos

- Ceder espacios municipales para facilitar el acceso a la ciudadanía a través de servicios sociales, entidades y otros agentes.



### Conocimiento e intercambio

- Compartir experiencias con marco teórico y práctico: puntos fuertes, débiles, experiencias de éxito y experiencias que no han funcionado (para reorientar actuaciones).
- Compartir la experiencia de disponer de un plan estratégico y sectorial y absorber y redistribuir todo lo que se genere en el marco de la Red.



### Difusión

- Acciones de difusión y promoción de los proyectos (prensa, redes...).
- Implicar a jóvenes y profesionales a los proyectos.
- Visibilizar que el ámbito socio-emocional es 24/7.

### Debate, reflexión y proceso

- Crear espacios para detenerse, pensar y repensar a los modelos.
- Facilitar procesos de consenso para la adhesión en redes y aceptar que los cambios requieren tiempo y procesos progresivos.
- Poner sobre la mesa los retos reales, más allá de la urgencia.

### Integración y transversalidad

- Aportar mirada integradora i transversal.
- Potenciar la colaboración entre ámbitos y crear proyectos transversales a partir de las tablas municipales de salud mental y grupos de trabajo entre concejalías.





Anexo 1

## Programas destacados por los municipios

Jornada FemXarxa · 8 de mayo de 2026

### 1. INFANCIA Y ADOLESCENCIA

Municipio	Proyecto/Servicio	Descripción
Martorell	Educa 360	Actividades educativas, deportivas y de ocio gratuitas hasta los 16 años. Impacto directo en niños e indirecto en familias (conciliación).
Martorell	Catálogo de actividades educativas	Organizado por ámbitos para primaria y secundaria y especial énfasis en la prevención antes de 6º de primaria.
San Pedro de Ribes	Refuerzo a los profesionales	En el ámbito de la educación: en los consejos escolares hacen refuerzo con profesionales de la psicología.
Sant Feliu de Llobregat	PMAE - Plan Municipal de Acciones Educativas	Enfoque en bienestar emocional, trabajo intergeneracional y coordinación entre centros.
Mataró	Encuesta y talleres de bienestar emocional	Encuesta a 5º y 6º de primaria. Con los resultados de percepción del bienestar emocional, una psicóloga realiza talleres. Después del taller, se abre un espacio de consulta (20 minutos por alumno) y, si se detectan riesgos, se deriva a servicios sociales.
Sant Boi de Llobregat	Tablets para dependencia Nivel 1	Conecta a personas en situación de dependencia y genera vínculos intergeneracionales entre adolescentes y mayores.

### 2. JUVENTUD

Municipio	Proyecto/Servicio	Descripción
Sant Boi de Llobregat	Encuéntrate	Apoyo psicológico joven: asesoramiento, soporte emocional y detección precoz de riesgos.
San Pedro de Ribes	Conecta	Acompañamiento emocional para jóvenes, presencial e individualizado, en colaboración con servicios sociales.
Granollers	Servicio de acompañamiento emocional joven	Para jóvenes de 16 a 29 años que vivan o trabajen en Granollers. Atención individual (máx. 6 sesiones), talleres en institutos (bienestar emocional, autoestima). Acceso vía CAP, institutos y redes...
Granollers	El Altaveo	Proyecto comunitario en Instagram: 6 botes temáticos (informativo, cultural, vídeo profesional, vídeo de calle, sorteo de productos).
Martorell	Proyecto JESA	Trabajo con jóvenes en medio abierto a través del deporte.
Vilanova y la Geltrú	FiraBEC Jove (5a ed.)	Feria del Bienestar Emocional dirigida a toda la ESO (especial incidencia en 4º). Participantes: educadores/as, RBEC, familias, enfermería y centros educativos. Se trata de mostrar que los recursos comunitarios aportan bienestar emocional.

### 3. PERSONAS GRANDES Y SOLEDAD NO DESEADA

Municipio	Proyecto/Servicio	Descripción
Sant Boi de Llobregat	Proyecto Soledad (personas mayores)	Dos proyectos vinculados a la soledad y personas mayores, incluyendo el proyecto de tablets para dependencia Nivel 1.
San Pedro de Ribes	Proyecto Cuídame	Integradores/as sociales que facilitan la integración de las personas mayores en el tejido social del municipio.
Consejo Comarcal del Garraf	Atención a la soledad no deseada	Atención terapéutica para reducir el sentimiento de soledad: visitas domiciliarias, actividades comunitarias y trabajo en red con agentes del territorio. Envejecimiento activo.
Cornellá de Llobregat	Acciones con personas mayores	Trabajo específico sobre soledad no deseada y sedentarismo.
Sant Feliu de Llobregat	Escuela de Salud	Para personas mayores. Contenidos: sexualidad, soledad y seguridad. Impulsada desde el ambulatorio.
Sant Feliu de Llobregat	Red contra la soledad/ Nexes / Edatismo	Red contra la soledad no deseada (DIBA), programa Nexes y lucha contra el edadismo.
Martorell	Programa de Buena Vecindad	Detección de soledad no deseada.

### 4. SALUD MENTAL Y ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Municipio	Proyecto/Servicio	Descripción
Sant Boi de Llobregat	Mesa de Salud Mental	Grupos de trabajo estables, proyectos estables, calendario anual de actividades y actividades mensuales vinculadas a días mundiales.
Mataró	Tabla de prevención del suicidio	Espacio de coordinación interinstitucional para la prevención del suicidio.
San Martín Sarroca	Atención psicológica desde servicios sociales	Grupo profesional de cuidadoras con soporte psicológico especializado. Atención a mujeres, niños, jóvenes y cuidadores no profesionales.
C. Maresme Comarcal	Servicio de soporte jurídico y psicológico comarcal	Refuerzo de los servicios sociales en la ciudadanía. Desplazamiento al territorio por charlas con equipos municipales. Los encuentros presenciales han resultado muy efectivos.
San Pedro de Ribes	Psicología y Familias	Participación en proyecto Nexes, Servicio de Intervención Socioeducativa, Servicio de Orientación y Acompañamiento a las Familias y Servicio Psicológico de Bienestar Emocional.
Sant Boi de Llobregat	Trabajo con enfermedad mental	A través de entidades del territorio.

## 5. ACCIÓN COMUNITARIA Y RECURSOS DE PROXIMIDAD

Municipio	Proyecto/Servicio	Descripción
Sant Boi de Llobregat	Prescripción Social	No limitada a los CAP; intermediación del Ayuntamiento. Prescripción por ámbitos de interés (no sólo actividades). Figura facilitadora entre sistema sanitario, servicios y ciudadanía.
Sant Boi de Llobregat	Catálogo de recursos municipales (aplicación)	Centraliza charlas, actividades y servicios de toda la ciudad. Evita duplicidades y facilita el acceso a la ciudadanía.
Viladecans	Espacio Emocional	Acciones y talleres articuladas desde un casal. Según las necesidades de cada persona, se crean grupos de una duración ~2 meses. Durante ese tiempo se trabajan herramientas concretas. Objetivo: generar relaciones y grupos autónomos fuera de la administración.
Viladecans	Participación en Obrim Portes / Nexes (DIBA)	Profesionales que recorren barrios, llaman puertas y derivan personas en situación de soledad/vulnerabilidad a servicios de acogida.
C. Comarcal del Maresme	Red de comercios por el BE	Empoderamiento de la ciudadanía (no de las administraciones) a través del comercio local como agente de bienestar emocional.
Martorell	Agenda Urbana 2030 — EmoCiutats	Proyectos de educ. emocional integrados en la Agenda, incluyendo extraescolares gratuitas y universales y Programa Buena Vecindad.
San Pedro de Ribes	Municipi Cuidador	Marco que ha permitido pasar de un trabajo fragmentado a uno conjunto (especialmente relevante por municipios pequeños). Prevé nuevo proyecto específico de BE para el próximo mandato.
C. Comarcal del Garraf	Grupos de Apoyo Emocional	En el ámbito de los servicios sociales.

## 6. BIENESTAR EMOCIONAL DE LOS Y LAS PROFESIONALES

Municipio/nos	Proyecto/Servicio	Descripción
C. Comarcal del Garraf	Formación y supervisión de profesionales	Profesionales de servicios sociales reciben formación en bienestar emocional y participan en espacios de supervisión (sobrecargas, estrategias para sostener el trabajo y expresión emocional).
C. Comarcal del Maresme	Espacios de autocuidado para profesionales	Meditación, yoga y otras prácticas de autocuidado para los trabajadores/ras del Consejo Comarcal.

## 7. URBANISMO, ENTORNO Y ESPACIO PÚBLICO

Municipio	Proyecto/Servicio	Descripción
Cornellà de Llobregat	Cornellà Natura	Proyecto de naturalización del entorno urbano: espacios más verdes, saludables y amables. Impacto positivo en la salud y bienestar emocional de la población.