

ESPECIAL ADOLESCENTS



AIXECA EL CUL! COM POTENCIAR L'ACTIVITAT FÍSICA A SECUNDÀRIA

Eines per allargar la vida esportiva dels adolescents. **Dimarts 12 de març / 19.00 h.**

Lloc: C. de la Fura, s/n (Mas Osona)

Ponents: Xevi Barriobero i Isaac Taberner. Tècnics del Consell Esportiu d'Osona.



NO SAP QUÈ FER! COM PODEM AJUDAR ALS NOSTRES FILLS I FILLES?

Xerrada per a treballar el moment vital que viuen els joves a 4t ESO a l'hora d'escollir el seu itinerari formatiu. Activitat emmarcada dins del projecte càpsula. **Dimarts 13 de març / 19.00 h.** **Lloc:** Auditori Marià Vila d'Abadal. Edifici el Sucre. Carrer de l'Historiador Ramon d'Abadal i de Vinyals, 5. **Ponent:** David Codina. Mestre, director de lleure i formador d'educadors i de famílies.



TRENQUEM EL SILENCI DAVANT L'ASSETJAMENT ESCOLAR

Presentació del curtmetratge sobre assetjament escolar "Trenquem el silenci" realitzat pels i les joves participants al casal d'estiu Civicus i breu xerrada sobre el paper de l'alumnat, educadors i les famílies davant d'un cas de bullying. **Divendres 15 de març / 18.00 h.** **Lloc:** Vicjove. C. Morgades, 15 **Ponent:** Ester Garcia. Psicòloga general sanitària.



COM PARLAR DE SEXE ALS NOSTRES FILLS I FILLES

Què saben els nostres fills i filles de sexe? Com els podem ajudar?... **Dimarts 19 de març / 18.30 h.** **Lloc:** Vicjove. C. Morgades, 15 **Talleristes:** Judit Tarrés Rovira i Raquel Moreno. Llevadores ASSIR Osona. Màster en sexualitat humana.



QUI T'ENTENGUI QUE ET COMPRI!

Xerrada que planteja un canvi de mirada vers l'adolescència (i la infància en general) per facilitar un canvi transformador en la relació amb els nostres fills/es. **Dijous 21 de març / 18.30 h.** **Lloc:** Vicjove. C. Morgades, 15 **Ponent:** David Codina. Mestre d'ESO i Batxillerat



CONVIURE AMB ELS ADOLESCENTS SENSE ENFADAR-SE

Orientacions bàsiques perquè la convivència familiar amb adolescents sigui fluida i respectuosa. **Dimecres 27 i divendres 29 de març / 18.30 h.** **Lloc:** Vicjove. C. Morgades, 15 **Tallerista:** Alba Castellví. Sociòloga, educadora i mestra, autora del llibre Educar sense cridar. *Inscripcions a educacio@vic.cat fins el 22 de març. Places limitades.*



PTT "UNA ALTERNATIVA DE FORMACIÓ PROFESSIONAL"

Taula rodona, adreçada a familiars i a joves d'entre 16 i 21 anys que no han finalitzat o preveuen no finalitzar l'ESO i que volen continuar la seva formació. **Dilluns 8 d'abril / 19.00 h.** **Lloc:** Vicjove. C. Morgades, 15 **Ponents:** Tutors/es del PFI, ex-alumnes i pares/mares.



NO PUC VIURE SENSE EL MÒBIL

Conèixer els processos d'addiccions i la seva intervenció. Adreçat a pares, mares i adolescents. **Dijous 11 d'abril / 19.30 h.** **Lloc:** Institut Jaume Callís. Av. Olimpia, 2 **Talleristes:** M^a Àngels Martínez i Anna Oliva. Educadores socials referents dels programes de rehabilitació en salut mental i addiccions d'Osonament. *Inscripcions a educacio@vic.cat fins el 8 d'abril. Places limitades.*

AQUEST PROJECTE S'IMPULSA DES DEL PROJECTE EDUCATIU DE CIUTAT DE VIC, CONJUNTAMENT AMB LES AMPA I ALTRES ENTITATS DE LA CIUTAT

AMPA Escola Andersen

AMPA Escola Vic Centre

AMPA Escola Bressol Municipal Caputxins

AMPA Escola Bressol Municipal Horta Vermella

AMPA Escola Bressol Municipal Serra de Sanferm

AMPA Escola de Música i Conservatori de Vic

AMPA Escola Doctor Joaquim Salarich

AMPA Escola Estel

AMPA Escola Guillem de Mont-rodon

AMPA Escola La Sínia

AMPA Escola Santa Caterina – L'Esquitx

AMPA Escola Sentfores

AMPA Vedruna Escorial Vic

AMPA Escola Fedac Vic Pare Coll

AMPA Col·legi Sagrat Cor

AMPA Col·legi Sant Miquel dels Sants

AMPA La Font - Centre educatiu Waldorf

AMPA Institut Jaume Callís

AMPA Institut La Plana

AMPA Institut Vic

COL-LABORA:

Agrupació de Sords de Vic i Comarca Casal Claret
Consell Esportiu d'Osona
Fundació Sant Tomàs, CDIAP Tris Tras
Joguines sense fronteres
Justícia alimentària
Mossos d'Esquadra
Projecte càpsula, Consell Comarcal d'Osona
Taula de salut comunitària

INSCRIPCIONS PRÈVIES A:

educacio@vic.cat

MÉS INFORMACIÓ A:

www.vic.cat/educacio
educacio@vic.cat
T. 93 886 21 00
C. de les Basses, 3
08500 Vic



Projecte d'Intervenció Comunitària Intercultural
INTERCULTURALITAT I COHESIÓ SOCIAL

LLEGENDA D'ACTIVITATS

	Xerrada
	Taller
	Activitat en família
	Taula rodona
	Activitat simultàniament interpretada en llenguatge de signes.

ESTIGUES AL DIA I INFORMA'NS-EN

www.facebook.com/vic.educacio

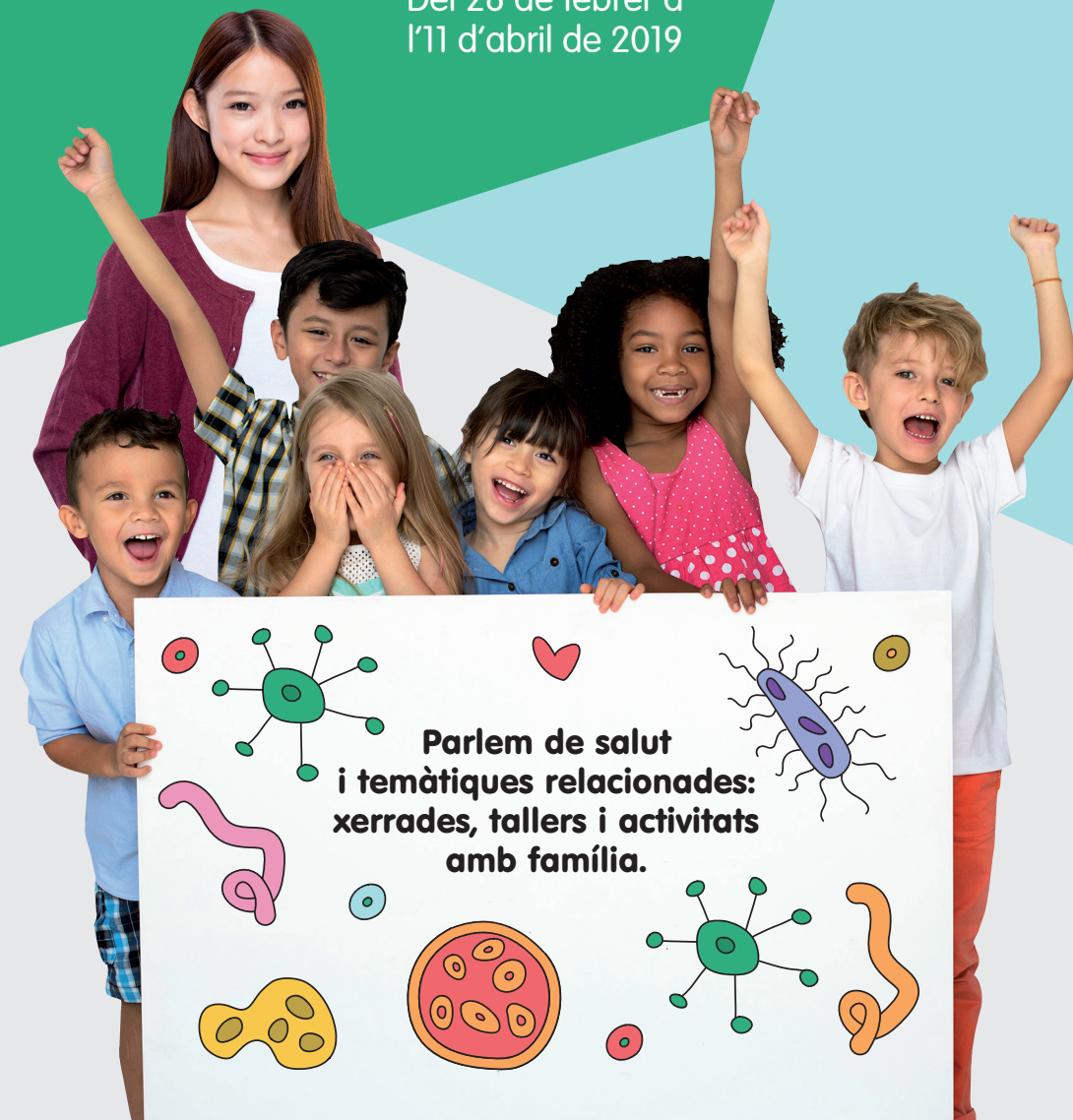
@vic_educacio

#FactorQ2019

Tens el "Q"?

12a ESCOLA DE PARES I MARES

Del 28 de febrer a l'11 d'abril de 2019



FEBRER



CLAUS PER TENIR UNA FAMÍLIA AMB UNA SALUT DE FERRO

Quins son els hàbits de vida saludables i les pràctiques quotidianes per gaudir del benestar físic i emocional? I si emmalaltim, què fem?

Respostes a les preguntes freqüents.

Dijous 28 de febrer / 19.00 h. Lloc: Sala Coll i Bardolet. Edifici el Sucre. C. La Llotja s/n

Ponent: Joan Cartanyà. Metge de família adscrit al servei de Pediatria del EAP Vic Nord.

MARÇ



MOURE'S ÉS VIDA! LA IMPORTÀNCIA DEL MOVIMENT I EL DESENVOLUPAMENT

El moviment en els primers anys de vida és clau pel desenvolupament psicomotriu. Rodar, gatejar, saltar, enfilarse, caure, riure, frustrar-se, etc... són experiències íntimament relacionades amb la seguretat i l'autoestima.

Dimecres 6 de març / 20.00 h. Lloc: CDIAP Tris Tras. C. Sot dels Pradals, 5 **Ponent:** Sònia Cugat. Fisioterapeuta, psicomotricista i professora del mètode Feldenkrais.



DESCOBRIM EL CERVELL PER EDUCAR MILLOR

La ciència ens permet conèixer com funciona el cervell i donar fonaments sòlids a consells educatius. La neurociència.

Dijous 7 i 14 de març / 18.00 h. Lloc: Escola Doctor Joaquim Salarich. Av. Rafael de Casanova, 33 **Tallerista:** Albert Lacruz. Pedagóg, formador i consultor educatiu. *Inscripcions a educacio@vic.cat fins el 4 de març. Places limitades.*



A LA RECERCA DE ...MOZART

Recuperarem els passos del compositor austríac i redescobrirem la música d'aquest compositor genial.

Dissabte 9 de març / Dues sessions: 11.00 h i a les 12.30 h. Lloc: Escola de Música i Conservatori de Vic. C. Torres i Bages, 6 **Ponent:** Montse Caillà. Professora de música de l'EMVIC



INTERNET SEGURA PER A PARES, MARES I EDUCADORS

Xerrada al voltant de l'ús d'internet, riscos i perills que corren infants i joves.

Dilluns 11 de març / 20.00 h.

Lloc: Escola Andersen. Av. Olímpia s/n

Ponent: Mossos d'Esquadra de la Comissaria de Vic.



CUIDEM-NOS

Taller participatiu teatralitzat sobre els hàbits d'higiene.

Dimarts 12 de març / 17.30 h. Lloc: Escola La Sinya. Av. Països Catalans, 44

Talleristes: Marta Dachs, infermera i Georgina Rieradevall, teatreterapeuta.



PSICOSIS INCIPIENT EN INFANTS I JOVES

La psicosis és present en moltes famílies i la clau és detectar-la precoçment. Tractarem les senyals d'alerta, les fases evolutives i els mitjans per tractar-la.

Dimecres 13 de març / 20.00 h.

Lloc: Col·legi Sant Miquel dels Sants. C. Jaume I el conqueridor, 11 **Ponents:** Dr. Pere Tapias, Dra. Ana Marfín. Psiquiatres adjunts, Consorci Hospitalari de Vic.



LA INCLUSIÓ: FACTOR DE SALUT SOCIAL

Com l'escola inclusiva és un àmbit privilegiat per aconseguir una bona salut integral per a les famílies i la societat.

Dilluns 18 de març / 20.30 h. Lloc: Centre Pedagogia Terapèutica Estel. C. Jaume I el conqueridor, 19 **Ponent:** Eduardo Brignani. Psicòleg, formador.



A CASA EM RENTO LES DENTS!

Consells bàsics per fomentar els bons hàbits d'higiene dental.

Dimarts 19 de març / 15.15 h. Lloc: Casal Claret. C. Ramada, 14 **Ponent:** CAP El Remei, servei d'odontologia.

Inscripcions a educacio@vic.cat fins el 15 de març. Places limitades.



TU POTS SALVAR UNA VIDA!

Taller pràctic d'iniciació a la reanimació cardiopulmonar (RCP) i sensibilització a l'ús de l'aparell Desfibril·lador Extern Automatitzat (DEA). Saber com actuar davant d'una situació de mort sobtada o aturada cardiorespiratòria.

Dimecres 20 de març / 18.30 a 20.30 h.

Lloc: Escola Santa Caterina de Siena. C. St. Antoni M. Claret, 1. **Talleristes:** Lluís Francàs i Joan Carles Molas. Instructors acreditats en Suport vital.

Inscripcions a educacio@vic.cat fins el 15 de març. Places limitades.



NO VULL VIURE UNA ALTRA NIT AIXÍ! LA POR, LA NIT I EL DORMIR, 0-3 anys

Què passa amb la foscor? Per què a la nit apareixen fantasmes? Què en fem dels plors interminables a la nit? Dormir tots junts?

Donar-li el pit o portar-lo a coll perquè s'adormi?

Dijous 21 de març / 18.30 h. Lloc: Edifici del Sucre - Auditori Marià Vila d'Abadal - C. Historiador Ramon d'Abadal i de Vinyals, 5 **Ponent:** Anna Serra Dolcet. Psicopedagoga, terapeuta personal i familiar.



CONTES, LLAVORETES DE VIDA

Tractar el tema de la mort amb els infants és difícil però no podem obviar-lo. Amb una selecció de contes es vol arribar als més petits i a les seves famílies. Activitat vinculada al projecte Vic, ciutat cuidadora...

Dilluns 25 de març / 17.30 h. Lloc: Biblioteca Joan Triadó. C. Arquebisbe Alemany, 5

Ponent: Mercè Escardó. Escriptora i bibliotecària



MÚSICA EN ESSÈNCIA

Activitat en família destinada a la relació afectiva i a l'expressivitat de la comunicació no verbal.

Dimarts 26 de març / Grup A (6-18 mesos) de 17.30 a 18.15 h i grup B (18-36 mesos) de 18.30 a 19.15 h. Lloc: Espai Familiar Municipal. C. Remei, 42 **Tallerista:** Eli Pujol. Pedagoga musical

especialista en educació musical primerenca.

Inscripcions a educacio@vic.cat fins el 25 de març. Places limitades.



COM INTERPRETAR LES ETIQUETES DELS PRODUCTES ALIMENTARIS

L'alimentació és salut. Taller participatiu per saber identificar la informació que porten les etiquetes dels diferents aliments que consumim.

Dimarts 26 de març / 20.00 h. Lloc: Escola Sentfores. C. Pla del Maset, 5 **Tallerista:** Justícia Alimentària.



EL NOSTRE CERVELL PREFEREIX APRENDRE JUGANT

Com mitjançant les emocions i el joc podem ajudar als nostres fills i filles a desenvolupar l'atenció, la memòria i les funcions executives.

Dijous 28 de març / 20.30 h. Lloc: Escola Guillem de Mont-rodon. C. de St. Miquel Xic, 2

Ponent: Eva Forcadell. Psicòloga clínica experta en neuropsicologia.

ABRIL



ELS NOSTRES FILLS S'ALIMENTEN DE FORMA SALUDABLE?

La importància de l'alimentació dels nostres fills i filles durant l'etapa de la infància i l'adolescència.

Dilluns 1 d'abril / 20.30 h. Lloc: Escola Fedac Vic-Pare Coll. C. Pare Coll, 15

Ponent: Julio Basulto. Dietista i nutricionista.



JOC EN FAMÍLIA PEL BENESTAR DE L'INFANT

El joc és una eina d'aprenentatge innata en la qual s'esdevé un procés interactiu i de comunicació amb l'entorn natural i amb altres persones. Coneixerem diferents jocs per tal d'afavorir les relacions socials i potenciar el benestar emocional de l'infant.

Dimarts 2 d'abril / 17.15 h. Lloc: Escola Vic Centre. C. Joan Pau II, 3 (Entrada Parc Balnes / Casa Caritat) **Talleristes:** Juguines sense

fronteres i Arquitectes d'Osona.



EQUILIBRI BUCODENTAL, 0-12 anys

Per assolir una boca sana, cal un bon hàbit d'higiene i una alimentació saludable.

Dimecres 3 d'abril / 18.30 h. Lloc: EBM Serra de Sanferm. C. Gurri, s/n **Ponents:** Vanessa Pedró, infermera i Marta Franquet, odontopediatra.



RADIACIONS INVISIBLES I CONSCIÈNCIA

Les radiacions / contaminacions en els espais són oportunitats per moure'ns en el camí de la vida.

Dijous 4 d'abril / 19.00 h. Lloc: Centre educatiu Waldorf La Font. Seminari de Vic.

Ronda Francesc Camprodon, 2 **Ponent:** Pep Padrós. Arquitecte paisatgista.



TALLER DE CUINA SANA I SALUDABLE

Taller pràctic de cuina sense foc per fer amb infants.

Dissabte 6 d'abril / d' 11.00 a 13.00 h.

Lloc: Vedruna Escorial Vic. C. Sta. Joaquina de Vedruna, 6 **Tallerista:** Cesc Molera.

Professor de l'Escola d'Hosteleria d'Osona.

Inscripcions a ampa@escorialvic.org a partir del 18 de març. Places limitades.



MÈTODE SSM – TALLER DE PERCUSSIÓ CORPORAL

La improvisació, la creativitat i el llenguatge rítmic expressat amb el nostre cos a través de la percussió corporal ens faciliten un desenvolupament psicosocial d'alt valor en salut.

Diumenge 7 d'abril / 11.00 h. Lloc: Col·legi Sagrat Cor. C. Narcís Verdaguer i Callís, 7

Tallerista: Santi Serratosa. Músic, musicoterapeuta i formador en percussió corporal.



QUÈ ESTÀ PASSANT A L'ESCOLA

Xerrada taller per a famílies interessades en la transformació educativa i la innovació pedagògica en els centres educatius per generar confiança envers el canvi de model educatiu i posar en valor la nova mirada sobre l'educació dels infants del s. XXI.

Dimarts 9 d'abril / 18.00 h. Lloc: Institut La Plana. C. Rector de Vallfogona, 65

Tallerista: Jordi Martín. Llicenciat en pedagogia.

