

## INTERNET SEGURA PER A LA PROTECCIÓ DEL MENOR

**DIA: 19 DE GENER 2017** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 3 A 12 ANYS**  
**HORA: 15 - 16.30 H** · LLOC: **ESCOLA EL GARROFER**

A CÀRREC DE: OFICINA DE RELACIONS AMB LA COMUNITAT DE MOSSOS D'ESQUADRA VILADECANS



Facilitar recursos a les mares i pares perquè facin un ús adient i segur de la xarxa. Informar com els seus fills poden fer un ús adient. Fomentar la participació resolent tots els dubtes relacionats amb el món d'internet. Informar sobre les situacions de risc que es poden presentar davant dels menors (contrasenya, virus, xat, missatgeria i xarxes socials, bloc i fotoblocs, webcam, portàtils).

## COMUNICACIÓ I PARLA

**DIA: 24 DE GENER 2017** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 3-6 ANYS**  
**HORA: 15.10 A 16.30 H** · LLOC: **ESCOLA ÀNGELA ROCA**

A CÀRREC DE: **EVA SEPÚLVEDA** (LOGOPEDA I PSICOMOTRICISTA)

**CRISTINA COLL** (PSICÒLOGA, LOGOPEDA I NEUROPSICÒLOGA)  
**CDIAP-DELTA**



Com l'infant adquireix les habilitats comunicatives i com podem ajudar-lo a desenvolupar-les en un context estimulador a través de la conversa i les activitats quotidianes. El joc creatiu i simbòlic (metges, cuinetes, etc) permet als infants aprendre a regular emocions, sentiments i assajar conductes que podran fer servir en un futur amb majors probabilitats d'èxit.

## EDUCACIÓ EMOCIONAL

**DIA: 25 DE GENER 2017** · **FAMÍLIES 3-12 ANYS**

**HORA: 16.30 A 18 H** · LLOC: **ESCOLA GERMANS AMAT I TARGA**

A CÀRREC DE: **MIGUEL ÀNGEL MANZANO**, PSICÒLEG



L'educació emocional és "el procés educatiu que té com a objectiu el desenvolupament de competències emocionals. És un procés que s'inicia des de la primera infància i està present al llarg de tota la vida". La fonamentació teòrica de l'educació emocional no es limita a la intel·ligència emocional, sinó que pren en consideració altres referents com ara les aportacions de la neurociència, la tradició de les competències social, l'autostima, les investigacions sobre el benestar i la psicologia positiva, etc.

## HORT URBÀ

**DIA: 28 DE GENER 2017** · ACTIVITAT: **CONJUNTA INFANTS I FAMÍLIES**

**HORA: 11 A 13 H** · LLOC: **VILADECANS REPARA (A LA DEIXALLERIA)**

A CÀRREC DE: **VILADECANS REPARA**



Conjunta Infants i Famílies. Aprendrem a reutilitzar alguns materials per a construir un petit hort ecològic on podrem plantar verdures, plantes aromàtiques i culinàries on no disposem de molt d'espai.

## EINES PER L'ACOMPANYAMENT ESCOLAR DELS TEUS FILLS I FILLES

**DIA: 31 DE GENER I 7 DE FEBRER 2017** · ACTIVITAT: **ACTIVITAT PER A TOTHOM**

**HORA: 17.20 A 19.20 HORES** · LLOC: **COL-LEGI SANT GABRIEL**

A CÀRREC DE: **ANA ISABEL DEL RÍO**, PEDAGOGA I MÀSTER EN EDUCACIÓ PER LA CIUTADANIA I EN VALORS



Aquest taller té com a objectiu aprendre a implicar-se eficaçment en el procés educatiu dels fills i filles, per tal de millorar el seu rendiment acadèmic i el seu benestar emocional i físic, centrant-se en accions clau i deixant de fer allò que no funciona. Continguts: el valor de la implicació familiar, les expectatives familiars, foment i suport de la lectura, comunicació eficaç, relació amb el centre educatiu, estudis i deures, el vincle, l'estil educatiu, la intel·ligència emocional, gestió de l'estrès i la cura de la salut física i el desenvolupament del cervell.

## BULLYING, UNA RESPONSABILITAT DE TOTHOM TALLER DE PREVENCIÓ DE LA DISCRIMINACIÓ

**DIA: 2 DE FEBRER 2017** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 3-18 ANYS**

**HORA: 17 A 18.30 HORES** · LLOC: **COL-LEGI GOAR**

A CÀRREC DE: **MIREIA PARERA PUIGDOMÈNECH**

**JOANA BOU SUÀREZ**, COOPERATIVA FIL A L'AGULLA



Taller de sensibilització sobre les dinàmiques de discriminació entre iguals, i una de les seves formes més extremes, el bullying. S'abordarà el tema des d'un enfoc sistemàtic, i es reflexionarà sobre quins factors psicològics, sistèmics, socials i estructurals afavoreix el bullying. Per acabar es donaran algunes claus sobre com les famílies podem actuar en relació als nostres fills en els diferents rols: víctima, agressor o testimoni, i com a membres de la comunitat escolar.

## TALLER DE IOGA NADONS

**DIA: 10 I 17 DE FEBRER I 3 I 10 DE MARÇ 2017**

ACTIVITAT: **3 MESOS A 2 ANYS I FAMÍLIES**

**HORA: DE 17 A 18 H** · LLOC: **EBM LA MARINA**

A CÀRREC DE: **ESTHER ESPÍGOL**, MESTRA DE IOGA



El taller de ioga nadons està enfocat cap a les famílies. Mitjançant les postures, creem un espai lliure de tensió on es pugui establir una connexió entre ells. Amb els nadons fem petits exercicis que els ajudin a descobrir el seu cos, treballant el seu desenvolupament psicomotor.

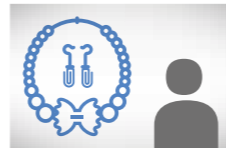
\*Activitat amb places limitades (tindran prioritat d'inscripció els infants matriculats a les escoles bressol municipals).

## DRAP-ART

**DIA: 11 DE FEBRER 2017** · ACTIVITAT: **INFANTS I FAMÍLIES**

**HORA: 11 A 13 HORES** · LLOC: **VILADECANS REPARA (A LA DEIXALLERIA)**

A CÀRREC DE: **VILADECANS REPARA**



Activitat conjunta infants i famílies. Taller de joieria amb material reciclat on t'hi ensenyarem a fer peces senzilles com arrecades, penjolls i altres complements

## "HEM DE PARLAR..." TALLER PER MILLORAR LA COMUNICACIÓ EN LA FAMÍLIA

**DIA: 14 DE FEBRER 2017** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 3-12 ANYS**

**HORA: 17.15 A 18.45 H** · LLOC: **COL-LEGI TEIDE**

A CÀRREC DE: **CENTRE MUNICIPAL DE MEDIACIÓ**



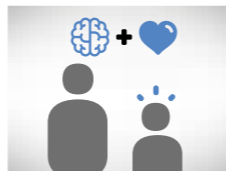
Creus que és possible millorar la comunicació en la família? Quan parles amb els teus fills/es, et sents escoltat/da? A vegades, et costa entendre el que et volen dir? Tens la sensació que alguna cosa falla i la voldries canviar? En col·laboració amb el Centre Municipal de Mediació, us convidem a un taller on tractarem d'encaixar les peces del puzzle de la comunicació dins l'entorn familiar. Es treballaran diferents habilitats comunicatives i posarem en comú eines per millorar el diàleg i l'entesa entre els membres de la família.

## EDUCACIÓ EMOCIONAL: PENSAR, SENTIR I ACTUAR

**DIA: 15 DE FEBRER 2017** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 3-12 ANYS**

**HORA: 15.10 A 16.30 H** · LLOC: **ESCOLA ÀNGELA ROCA**

A CÀRREC DE: **SONIA ALONSO**, PSICÒLOGA D'AULESPAI TERÀPIA I FORMACIÓ



Per a una bona gestió de les emocions pròpies i dels altres, hem de educar-nos i educar als nostres fills en tres pràctiques senzilles: pensar, sentir i actuar. Vine i aprendrem junts!!!

## COM PARLAR DE DROGUES A CASA?

**DIA: 21 DE FEBRER 2017** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 12 A 16 ANYS**

**HORA: 17.30 A 19 H** · LLOC: **TORRE DEL BARÓ**

A CÀRREC DE: **SÍLVIA BASSAS D'ENERGY CONTROL**



És una xerrada que tractarà els aspectes clau relacionats amb els primers contactes dels nostres adolescents i les drogues (tabac, cànnabis i alcohol), incidint especialment en factors clau com la comunicació, l'afavoriment del pensament crític, la confiança, etc.

# REFLEXIONEM I APRENEM JUNTS

## FORMACIÓ PER A PARES I MARES

### INFORMACIÓ, PROPOSTES I SUGGERIMENTS:

#### DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ

C/ Àngel Guimerà, 2  
 Tel. 93 635 18 02  
 educaciofamilies@viladecans.cat  
 www.viladecans.cat

#### A més a més...

#### ATENEU DE LES ARTS

Cursos i tallers d'arts escèniques, arts visuals, plàstica i música.  
 Tel. 93 659 41 60  
 www.ateneudelesarts.cat

#### ATENEU DE CULTURA POPULAR CAN BATLLORI

Propostes de tallers infantils, per a adults i famílies.  
 Tel. 93 637 61 68  
 ateneucanbatllori@viladecans.cat

#### ATRIUM VILADECANS

La seva programació sempre inclou unes excel·lents propostes de programació infantil i familiar.  
 Tel. 93 659 41 60  
 www.atriumviladecans.com

#### BIBLIOTECA DE VILADECANS

Activitats de dinamització de la lectura i hora del conte per a infants.  
 Tel. 93 637 40 90  
 bibliotecadeviladecans.blogspot.com  
 www.diba.cat/biblioteques

#### CAN XIC

Centre de recursos per a joves.  
 Tel. 93 647 00 24  
 canxic@viladecans.cat  
 www.viladecans.cat/joves

#### VILADECANS REPARA

On pots venir a Reparar, Reutilitzar i Regaudir  
 www.viladecans.cat

#### FAMÍLIES I ESCOLA: JUNTS X L'EDUCACIÓ

Web de la Generalitat de Catalunya amb informació sobre l'escolaritat i sobre com educar i créixer en família.  
 www20.gencat.cat/portal/site/familiaescola

# REFLEXIONEM I APRENEM JUNTS

## FORMACIÓ PER A PARES I MARES

NOVEMBRE · DESEMBRE 2016 / GENER · FEBRER 2017



Segueix-nos! #EXITEDUCATIU



# NOVEMBRE

# REFLEXIONEM I APRENEM JUNTS

## FORMACIÓ PER A PARES I MARES

Aquesta programació està destinada a totes les mares, pares i professionals de Viladecans interessats en temes educatius.

Parteix de les inquietuds i propostes de les pròpies famílies que, a més d'aportar informació especialitzada sobre les temàtiques a treballar, generen debats i reflexions entre elles sobre com respondre a les necessitats dels infants i joves, facilitant així la interrelació entre les famílies.

Aquesta programació la proposen conjuntament la Comissió de Vocals de Formació (en què hi ha representades totes les AMPA de Viladecans) i els centres educatius.

Totes aquestes activitats estan incloses dins la programació del Pla Educatiu d'Entorn del municipi.

## PER ASSISTIR-HI CAL INSCRIPCIÓ PRÈVIA

Inscriu-t'hi a través de:

**www viladecans.cat**

**670 051 661**

**93 635 18 02**

**educaciofamilies@viladecans.cat**

**SA** **SERVEI D'ACOLLIDA**

Totes les activitats amb aquest distintiu disposaran d'un servei d'acollida per a infants majors de 3 anys. Caldrà informar de la seva edat a la inscripció.

## LA MIA ES FA GRAN

**DIA: 10 DE NOVEMBRE 2016** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 9-15 ANYS**  
**HORA: 18 H** · LLOC: **BIBLIOTECA DE VILADECANES**

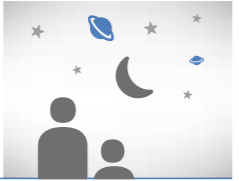


A CÀRREC DE: **MÓNICA PEITX**, PEDIATRA ESPECIALITZADA EN ENDOCRINOLOGIA I NUTRICIÓ

Presentació del llibre "La Mia es fa gran", per saber-ne més sobre la pubertat de les nenes, explica els canvis fisiològics, psicològics i emocionals d'una nena de 9 anys fins a l'adolescència. La segona part de l'activitat serà un taller, només per les nenes assistents, on la doctora treballarà amb elles els aspectes d'aquesta etapa.

## PLANETARIUM: CONTES ESTRELLATS

**DIA: 14 DE NOVEMBRE 2016** · ACTIVITAT: **INFANTS DE 6 ANYS I FAMÍLIES**  
**HORA: 17.30 i 18.30 H** · LLOC: **BIBLIOTECA DE VILADECANES**



A CÀRREC DE: **ASSOCIACIÓ BOCAFOSCANT** (ASTRONOMIA, ART I NATURA)

Activitat conjunta d'infants a partir de 6 anys i famílies. Activitat d'introducció a l'astronomia a l'interior d'un planetari inflable, on els contes sobre les estrelles tindran un gran protagonisme. S'explicaran els moviments de la terra, la Lluna, els diferents planetes del sistema solar, les diferències entre planetes i estrelles. També observarem les constel·lacions presents en el nostre hemisferi i aprendrem la mitologia que porten associada, així com les diferents interpretacions que feien del cel les antigues civilitzacions.

## HÀBITS I LÍMITS

**DIA: 15 DE NOVEMBRE 2016** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 3-6 ANYS**  
**HORA: 15.10 - 16.30 H** · LLOC: **ESCOLA ÀNGELA ROCA**



A CÀRREC DE: **EVA SEPÚLVEDA** (LOGOPEDA I PSICOMOTRICISTA) **CRISTINA COLL** (PSICÒLOGA, LOGOPEDA I NEUROPSICÒLOGA), **CDIAP-DELTA**

Com podem ajudar els nostres infants en el camí del creixement a través de l'adquisició dels diferents hàbits d'autonomia en l'alimentació, el son i el control d'esfínters, alhora que els ensenyem a regular les seves emocions i tolerar la frustració en un context d'estíma i fermesa. El taller consta d'una breu exposició després de la qual es fomenta el diàleg actiu entre els i les participants per tal de trobar formes d'abordar les dificultats en els hàbits i conductes a l'entorn quotidià.

## ADOLESCÈNCIA I ALCOHOL: EL PAPER DE LA FAMÍLIA EN LA PREVENCIÓ DEL CONSUM D'ALCOHOL

**DIA: 17 DE NOVEMBRE 2016** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 12-16 ANYS**  
**HORA: 17.30 - 19 H** · LLOC: **BIBLIOTECA DE VILADECANES**



A CÀRREC DE: **ESTER CALLADO**, PSICÒLOGA ESPECIALISTA EN COACH I ORIENTACIÓ EDUCATIVA DE LA FUNDACIÓ ALCOHOL Y SOCIEDAD

Podem prevenir el consum d'alcohol dels nostres fills i filles adolescents? Si et preguntes entre prohibir o no el consum... Si et preguntes si has de deixar de beure o no, per donar exemple... Si vols conèixer noves eines per fer front a situacions quotidianes dels vostres fills i filles sobre l'alcohol... Vine a la xerrada per trobar-hi respostes!

## TALLER DE CUINA D'APROFITAMENT

**DIA: 21 DE NOVEMBRE 2016** · ACTIVITAT: **ACTIVITAT PER TOTHOM**  
**HORA: 17 A 19 H** · LLOC: **COL·LEGI TEIDE**



A CÀRREC DE: **DIPUTACIÓ DE BARCELONA**

Taller on la primera part es donaran una sèrie de consells per evitar el malbaratament alimentari i una segona part on es farà una demostració pràctica d'elaboració de receptes d'aprofitament d'aliments amb la participació activa dels assistents, i finalment degustarem les receptes fetes.

## CAL FER DEURES? EDUCAR I AJUDAR A APRENDRE MALGRAT ELS DEURES

**DIA: 21 DE NOVEMBRE 2016** · ACTIVITAT: **ACTIVITAT PER TOTHOM**  
**HORA: 18.30 H** · LLOC: **BIBLIOTECA DE VILADECANES**



A CÀRREC DE: **JAUME FUNES**, PSICÒLEG, EDUCADOR, PERIODISTA

Reflexions sobre com educa l'escola i com eduquem les famílies. Us convidem a repensar què significa educar avui, dins de l'aula i sobretot a fora. Quins deures cal que facin els nostres fills, quin sentit tenen en relació amb l'aprenentatge que esperem d'ells, quines aportacions hi pot fer la família, etc. Però, sobretot, ser una ajuda per a mares i pares que s'impliquen en el procés de creixement i maduració dels seus fills i filles.

## PRIMERS AUXILIS: PER A PARES I MARES D'INFANTS DE 0 A 6 ANYS

**DIA: 28 DE NOVEMBRE 2016** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 0-6 ANYS**  
**HORA: 15 - 16.30 H** · LLOC: **EBM LA GINESTA**



A CÀRREC DE: **CREU ROJA VILADECANES**

Xerrada sobre els conceptes més essencials dels primers auxilis, facilitant les habilitats necessàries per poder fer front de manera efectiva diferents situacions d'emergència que ens podem trobar a la nostra vida quotidiana. Els continguts que es treballen són: prevenció d'accidents, quins són els accidents més comuns i com prevenir-los, exploració primària, obstrucció vies aèries, ferides, hemorràgies i cremades.

## L'AIRE QUE RESPIREM I EL SOROLL QUE SENTIM

**DIA: 29 DE NOVEMBRE 2016** · ACTIVITAT: **ACTIVITAT PER TOTHOM**  
**HORA: 17.30 - 19 H** · LLOC: **INSTITUT DE SALES**



A CÀRREC DE: **ZEROHUB**

L'activitat gira al voltant del panell LÍQUENS de mesura i visualització de la contaminació atmosfèrica: aire i soroll, que s'ha instal·lat a l'Institut de Sales. Cercarem maneres de reduir la contaminació i de protegir-nos dels efectes nocius sobre la nostra salut. Es tracta d'una experiència pilot a l'Àrea Metropolitana de Barcelona, reconeguda per l'Smart City Congrés com una iniciativa valuosa per la sensibilització de la població sobre la problemàtica de la contaminació atmosfèrica.

# DESEMBRE

## INTERNET SEGURA PER A LA PROTECCIÓ DEL MENOR

**DIA: 2 DE DESEMBRE 2016** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 12 A 16 ANYS**  
**HORA: 15.15 - 16.45 H** · LLOC: **COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA**



A CÀRREC DE: OFICINA DE RELACIONS AMB LA COMUNITAT DE MOSSOS D'ESQUADRA VILADECANES

Facilitar recursos a les mares i pares perquè facin un ús adient i segur de la xarxa. Informar com els seus fills poden fer un ús adient. Fomentar la participació resolent tots els dubtes relacionats amb el món d'internet. Informar sobre les situacions de risc que es poden presentar davant dels menors (contrasenya, virus, xat, missatgeria i xarxes socials, bloc i fotoblocs, webcam, portàtils).

## EDUQUEM L'ESFORÇ

**DIA: 15 DE DESEMBRE 2016** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 3 A 12 ANYS**  
**HORA: 15 A 16.30 H** · LLOC: **ESCOLA CAN PALMER**



A CÀRREC DE: **MIGUEL ÀNGEL MANZANO**, PSICÒLEG

Per mitjà del visionat d'un capítol de "Famílies i escola", programa de televisió i ràdio, es treballarà entorn les preguntes: Com podem motivar els nostres fills perquè s'esforcin? Quan he de començar a educar-los en l'esforç? Què els hi podem demanar a cada edat? La motivació i l'interès són clau per aconseguir l'esforç.

## ANEM A LA UNA? COM CONSTRUIR, A TRAVÉS DEL DIÀLEG, LES REGLES DE LA CONVIVÈNCIA A CASA

**DIA: 19 DE DESEMBRE 2016** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 12 A 16**  
**HORA: 17.30 A 19 H** · LLOC: **INSTITUT JOSEP MESTRES I BUSQUETS**



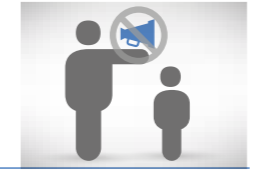
A CÀRREC DE: **CENTRE MUNICIPAL DE MEDIACIÓ**

Tagradaria millorar la convivència a casa? Qui posa les normes? Per a què serveixen els límits? Què pots fer quan els teus fills els sobrepassen? Quina autoritat cal per educar? En col·laboració amb el Centre Municipal de Mediació, us convidem a un taller on parlarem de la importància de la construcció conjunta de normes per a la bona convivència a casa i de com abordar, mitjançant el diàleg, les situacions en què se sobrepassen aquestes regles i els límits acordats.

# GENER

## EDUCAR SENSE CRIDAR

**DIA: 12 i 19 DE GENER 2017** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 4-12 ANYS**  
**HORA: 15.15 A 16.45 H** · LLOC: **COL·LEGI SANTO TOMÁS**



A CÀRREC DE: **ALBA CASTELLVÍ**, MARE, SOCIÒLOGA, MEDIADORA I EDUCADORA

L'objectiu del taller és donar estratègies i instruments als pares i mares per educar amb serenitat i coherència quan es produeixen situacions-repte en la vida quotidiana: quan els nens no col·laboren, quan se'ls han de dir les coses moltes vegades, quan no assumeixen les seves responsabilitats... Educar per a una llibertat responsable i fer-ho des de la tranquil·litat és possible si es disposa d'eines que es poden aprendre. Aquest taller és un compendi d'aquestes eines a disposició de les famílies.

## TALLER DE IOGA NADONS

**DIA: 13, 20 i 27 DE GENER i 3 DE FEBRER 2017**  
 ACTIVITAT: **3 MESOS A 2 ANYS I FAMÍLIES**  
**HORA: 17 A 18 H** · LLOC: **EBM LA PINEDA**



A CÀRREC DE: **ESTHER ESPÍGOL**, MESTRA DE IOGA

El taller de ioga nadons està enfocat cap a les famílies. Mitjançant les postures, creem un espai lliure de tensió on es pugui establir una connexió entre ells. Amb els nadons fem petits exercicis que els ajudin a descobrir el seu cos, treballant el seu desenvolupament psicomotor.

\*Activitat amb places limitades (tindran prioritat d'inscripció els infants matriculats a les escoles bressol municipals).

## TALLER D'ENTRENAMENT EN LÍMITS EDUCATIUS

**DIA: 16, 23 i 30 DE GENER 2017** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 3-12 ANYS**  
**HORA: 16.30 - 18 H** · LLOC: **ESCOLA DR. TRUETA**

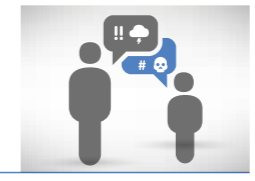


A CÀRREC DE: **NÚRIA GARCIA AGUILAR**, LLICENCIADA EN PEDAGOGIA, MÀSTER EN EDUCACIÓ EMOCIONAL I BENESTAR, MÀSTER EN EDUCACIÓ PER A LA CIUTADANIA I EN VALORS PER LA UNIVERSITAT DE BARCELONA

Famílies i educadors ens veiem en la necessitat d'imposar uns límits als nens, perquè sàpiguen el que està bé i el que no ho està. Els nens necessiten espai lliure per al seu desenvolupament cognitiu i emocional, però tot espai té els seus límits i els nens necessiten que nosaltres els hi marquem un són. Els nens necessitem normes i límits ben definits, però també espai suficient per desenvolupar-se amb llibertat.

## "HEM DE PARLAR..." TALLER PER MILLORAR LA COMUNICACIÓ EN LA FAMÍLIA

**DIA: 18 DE GENER 2017** · ACTIVITAT: **FAMÍLIES 3-12 ANYS**  
**HORA: 15 A 16.30 H** · LLOC: **ESCOLA ENXANETA**



A CÀRREC DE: **CENTRE MUNICIPAL DE MEDIACIÓ**

Creus que és possible millorar la comunicació en la família? Quan parles amb els teus fills/es, et sents escoltat/da? A vegades, et costa entendre el que et volen dir? Tens la sensació que alguna cosa falla i la voldries canviar? En col·laboració amb el Centre Municipal de Mediació, us convidem a un taller on tractarem d'encaixar les peces del puzzle de la comunicació dins l'entorn familiar. Es treballaran diferents habilitats comunicatives i posarem en comú eines per millorar el diàleg i l'entesa entre els membres de la família.