



Carme Capdevila i Palau
Consellera d'Acció Social
i Ciutadania



Carme Porta i Abad
Secretària de Polítiques
Familiars i Drets de Ciutadania

El Departament d'Acció Social i Ciutadania, a través de la Secretaria de Polítiques Familiars i Drets de Ciutadania, presenta de nou el programa **"Aprendre amb tu"**, adreçat a les AMPA, les associacions, les fundacions i els col·lectius de famílies.

Es tracta d'un conjunt de xerrades que s'ofereixen de forma gratuïta arreu del territori, amb l'objectiu d'abordar temes d'actualitat que preocupen les famílies, així com proporcionar informacions i recursos que donin suport a la seva tasca educativa. A fi d'impartir el contingut de les xerrades, la Secretaria de Polítiques Familiars i Drets de Ciutadania compta amb el coneixement de persones expertes en cadascun dels temes, que pertanyen a diferents entitats de la societat civil especialitzades en les temàtiques de les xerrades que s'ofereixen.

A l'interior d'aquest desplegable, trobareu més informació sobre les diferents xerrades, així com la manera de fer la sol·licitud per assistir-hi.

Esperem que el programa formatiu per a pares i mares que novament presentem us pugui interessar i us animem a participar-hi.

XERRADA 1

Connecta amb els teus fills: parlem de les drogues (per a famílies amb infants de 3 a 16 anys) Taller inicial

XERRADA 2

Connecta amb els teus fills: ACTUEM! (per a famílies amb infants de 3 a 16 anys) Taller d'aprofundiment

A fi de prevenir els problemes relacionats amb el consum de certes substàncies, el paper de les mares i els pares és vital. Segons la nostra manera d'entendre l'educació de les nostres filles i fills i de reaccionar davant dels fets més insignificants del dia a dia, fomentarem o no el seu desenvolupament d'habilitats i estratègies que els permetin afrontar les situacions de consum de drogues i altres conductes de risc i, al mateix temps, influïrem en part sobre el desenvolupament de la seva personalitat. Per aquest motiu, s'ofereix als pares i les mares la possibilitat d'explicitar i millorar aquests recursos a través del programa "Connecta amb els teus fills. Com prevenir el consum de drogues i altres conductes de risc?".

El programa consisteix en dues sessions formatives de dues hores de durada:

1. Xerrada inicial: "Connecta amb els teus fills: parlem de les drogues"
2. Xerrada d'aprofundiment: "Connecta amb els teus fills. Actuem!"

(És aconsellable participar en les dues xerrades amb una certa continuïtat i en dues o tres setmanes de marge per a un millor aprofundiment.)

Durant les sessions, professionals de l'àmbit de l'educació i la salut proposen eines pràctiques als pares i les mares que els ajudin a resoldre dubtes i inseguretats. La prevenció de les conductes de risc, cal iniciar-la ja des dels primers anys, no hem d'esperar a trobar-nos amb el problema per actuar. Cal saber com fomentar el diàleg, l'autoestima, les habilitats per afrontar la vida... L'objectiu de les xerrades és ajudar a resoldre els dubtes, les pors i les inseguretats.

Parlarem sobre les mares i pares com a models (el que fem i el que diem en el dia a dia...), els límits (els referents, les normes...), la comunicació (saber escoltar, el diàleg intergeneracional...), els iguals, el grup, la colla, els amics i amigues...

Així, en el desenvolupament de les xerrades, es lliura material de suport en què es pot trobar informació específica de certes substàncies (tabac, alcohol, porros, estimulants i drogues de síntesi), així com consells i adreces d'interès.

XERRADA 3

Canvis i pèrdues en l'entorn familiar. Com podem ajudar els nostres fills i filles a superar-los? (per a famílies amb infants de 3 a 16 anys)

Al llarg de la nostra vida, tots i totes experimentem diferents canvis i pèrdues que ens afecten notablement. Les nostres filles i fills creixen envoltats/ades d'experiències vitals que afecten la seva maduresa emocional i el seu creixement personal. Així, doncs, l'evolució de la societat ens porta a nous conceptes de família i als nostres nens i nenes els toca viure canvis diversos, com ara la separació de les persones progenitores i l'adaptació a les noves estructures familiars. També hi ha altres circumstàncies que deixen *marca* a les seves vides, com són el canvi de ciutat, domicili o escola, o quan experimenten petites i grans pèrdues, per exemple, la pèrdua del seu animal de companyia o d'algun familiar (avis, àvies, tiets, tietes...).

El paper de la família és fonamental per acompanyar, escoltar, entendre i orientar els fills i filles en uns moments difícils de viure i complexos d'integrar emocionalment, ja que fins aleshores són desconeguts per ells o elles. És important que, com a pares i mares, estiguem preparats i preparades per quan arribin aquestes situacions: hem de saber què fer i què dir, i, sobretot, hem de tenir clar com actuar per mantenir el benestar dels nostres nens i nenes, ja que segons com vivim nosaltres aquestes situacions també afecten les filles i fills.

XERRADA 4

Els mites alimentaris i hàbits saludables. La prevenció dels trastorns del comportament alimentari (anorèxia nerviosa, bulímia nerviosa i altres trastorns del comportament alimentari no especificats) (per a famílies amb infants de 3 a 16 anys)

A casa tenim sovint una convidada més: la dieta miracle. Els seus beneficis són ben coneguts, però, ara, descobrirem també quins són els seus riscos.

El paper de la família en la prevenció i detecció precoç dels trastorns de comportament alimentari és cabdal. Treballar i trencar amb les famílies els mites alimentaris existents per aconseguir un cos extremament prim i inassolible, ressaltar la importància d'incorporar estils de vida saludables, potenciar una bona autoestima i una imatge corporal positiva, aprendre a mirar amb ulls crítics la publicitat i la valoració social que es fa de la imatge corporal, i afavorir una bona comunicació amb els fills i filles... són bones eines per a la prevenció.

Si ens sentim bé amb nosaltres mateixos/es i ens agradem, ens estem protegint davant un trastorn del comportament alimentari.

XERRADA 5

Els canvis. La sexualitat i l'afectivitat en l'adolescència (per a famílies amb infants de 12 a 16 anys)

La sexualitat és una dimensió fonamental de l'ésser humà que es va construint a través de la interacció entre la nostra part biològica, psicològica i l'entorn sociocultural que ens envolta. Els ensenyaments i l'aprenentatge influeixen de forma molt important en la nostra forma d'entendre-la i viure-la. Al llarg de la nostra vida, les manifestacions de la sexualitat varien i, a l'hora d'establir el vincle entre sexualitat i afectivitat durant l'adolescència, les famílies són un pilar bàsic per aconseguir bons resultats.

Aquesta xerrada té com a objectiu, a partir d'una dinàmica participativa i de debat, reflexionar amb les famílies d'adolescents sobre les noves emocions, sensacions i desitjos que es viuen en un moment tan important, i conèixer els canvis en les relacions i els conflictes que se'n deriven: els nous llaços afectius, les primeres trobades amb el sexe, les relacions eròtiques entre adolescents i el seu procés de transformació.

Compartint les experiències de les famílies assistents, s'oferiran eines per poder viure la sexualitat i l'afectivitat dels i les adolescents com una qüestió normalitzada i saludable dins de l'àmbit familiar. A més, s'exposaran la informació i els recursos existents a Catalunya.

XERRADA 6

Bones pràctiques per a l'educació en família (per a famílies amb infants de 3 a 12 anys)

La família és el context més important per educar i garantir el bon desenvolupament afectiu dels nostres fills i filles, però no sempre és fàcil.

Expressar els nostres sentiments, tenir capacitat de reconèixer els estats d'ànim de les nostres filles i fills, escoltar activament i establir pautes per a la negociació de normes i límits, són alguns dels elements que des de l'educació emocional es treballaran en la xerrada. Descobrireu la importància de mostrar comprensió i sensibilitat vers les emocions i obtindreu bones pràctiques per a l'educació en família.

A partir de la metodologia que es treballarà a la sessió, observarem les diferents realitats, compartint els neguits i satisfaccions, tot treballant propostes i pautes per a l'educació dels nostres fills i filles.

XERRADA 7

L'adolescència: llibertat i límits (per a famílies amb infants de 12 a 16 anys)

L'adolescència és una etapa de canvis profunds que van des d'allò més extern a allò més intern. Comença amb els canvis físics de la pubertat, el desenvolupament dels caràcters sexuals primaris i secundaris que acompanyen canvis en el comportament, en els interessos i en les relacions. Parlem d'una fase necessària a la vida i fonamental per construir el caràcter i la forma de ser de cada persona.

Aquesta xerrada té com a objectiu entendre la dinàmica de relació amb les persones adolescents, conèixer les actituds que afavoreixen o dificulten la convivència, i donar eines que ajudin al bon desenvolupament i fomentin l'autonomia i la competència personal de les filles i fills. A partir del diàleg i compartint les experiències de les famílies assistents, s'oferiran les eines i els recursos necessaris per entendre el paper que té cada membre de la família i la dificultat de conjugar els límits i les llibertats.

XERRADA 8

"Jugant s'aprèn a viure". El joc com a eina educativa (per a famílies amb infants de 3 a 12 anys)

Tots els pares i les mares coneixem la importància del joc com un dels elements claus en el desenvolupament dels infants. Es tracta d'una activitat natural intrínseca a la mateixa infància que ens enriqueix com a persones al llarg de tota la vida. Mitjançant el joc descobrim el nostre entorn i ens ajuda a créixer i a relacionar-nos amb els altres.

Jugar en família és una experiència que permet a les mares i pares, fills i filles compartir el temps i gaudir de la companyia mútua, tot establint l'espai adient per aprendre i viure experiències conjuntament.

En aquesta xerrada aportarem informació i recursos pràctics, donant a conèixer als pares i mares el joc com a eina educativa i de relació amb les seves filles i fills, incidint en els beneficis concrets que el joc aporta a tota la família. Reflexionarem entorn del consum responsable i adequat a cada edat, facilitarem recursos de jocs per a nenes i nens de 3 a 12 anys i estratègies adients per motivar aquesta activitat en família, atenent les característiques i els interessos dels infants.

XERRADA 9

Mira què fan ara! Què ens diu la televisió més enllà del que veiem? (per a famílies amb infants de 6 a 12 anys)

Quin imaginari proposen sèries de tan èxit com *Hannah Montana* o *Jonas Brothers*? Quins models de nois i noies representen? Quin paper tenen els models televisius en la construcció de la imatge i la identitat d'infants i adolescents? Quina repercussió tenen els canals específics destinats a nens i nenes? I la publicitat? Mirem què fan ara per saber com la televisió d'avui parla i s'adreça als més joves. Aquesta xerrada facilitarà a mares i pares eines d'anàlisi crítica i un espai de reflexió al voltant dels productes audiovisuals consumits pels nostres fills i filles.

INFORMACIÓ SOBRE LES XERRADES

Persones destinatàries

L'oferta de les xerrades va adreçada especialment a les AMPA de les escoles i també a les associacions i els col·lectius de famílies.

Compromís de les persones sol·licitants

Per sol·licitar les xerrades, cal el compromís, com a mínim, de deu famílies interessades en l'àmbit escollit.

Procediment de petició de les xerrades (petició telemàtica)

Per presentar la sol·licitud, cal que us connecteu a l'adreça d'Internet següent:

<http://www.gencat.cat/benestar/families/SPFDC/suport/formacio/index.htm>. En aquesta adreça d'Internet, hi trobareu tant la sol·licitud de petició de les xerrades com el tríptic informatiu.

Observacions

Cal tenir present que el nombre de xerrades per impartir és limitat. En tot cas, en el moment de les adjudicacions, es tindran en compte uns criteris d'equitat, de territorialitat i d'aprofitament dels recursos a l'hora de fer la distribució de les xerrades. Així mateix, s'intentarà respectar en tot moment l'ordre de preferència pel qual heu optat i es valoraran positivament aquelles peticions que arribin fetes per dues o més AMPA conjuntament.

Termini de presentació de sol·licituds

Fins al **10 de març** de 2010, dia inclòs.

Quan es duran a terme les xerrades

Totes les xerrades s'impartiran entre el **15 de març** i el **15 de desembre** de 2010.

On s'impartiran les xerrades

A la seu de l'AMPA de l'escola respectiva, a l'equipament cívic informat o a l'adreça que proporcioni l'ajuntament corresponent, en cas que l'AMPA hagi contactat prèviament amb aquest, o bé a la seu de l'entitat sol·licitant.



SUPORT A LES ACTUACIONS DE LES ASSOCIACIONS DE PARES I MARES

La Secretaria de Polítiques Familiars i Drets de Ciutadania sabem que sou els mateixos pares i mares els que coneixeu les dificultats que hi ha a l'hora d'educar les vostres filles i fills, què és allò que us preocupa o, simplement, quins són els temes que us motiven i que fan que us engresqueu a trobar-vos per parlar-ne. Per això, us oferim la possibilitat de desenvolupar els vostres projectes formatius, sempre comptant amb la vostra participació i amb la vostra empena. Volem acompanyar-vos en aquesta tasca educativa no sols oferint-vos la possibilitat de demanar xerrades, sinó també donant-vos suport a les propostes que ens feu arribar per a la formació de les mares i els pares de la vostra associació.

Així, si teniu una bona proposta per a la vostra AMPA o entitat, expliqueu-nos-la a través del correu formaciofamilies.benestar@gencat.cat i ens posarem en contacte amb vosaltres per tal de valorar-la.

El termini de presentació de sol·licituds acaba el 31 de juliol de 2010.

INFORMACIÓ SOBRE ACTIVITATS FORMATIVES PER A PARES I MARES QUE DUEN A TERME ELS DEPARTAMENTS DE LA GENERALITAT DE CATALUNYA

DEPARTAMENT D'ACCIÓ SOCIAL I CIUTADANIA

Suport postadoptiu a famílies adoptives: s'ofereix un servei individual, familiar i grupal a les famílies que tenen fills adoptius. És un espai de consulta i d'orientació davant el plantejament de dubtes i dificultats sorgits en l'àmbit familiar, on es puguin tractar diferents temes, necessitats i dificultats que puguin aparèixer durant el procés posterior a l'adopció, potenciant l'intercanvi d'experiències i l'ajut mutu entre les famílies adoptives i les persones adoptades.

Institut Català de l'Acolliment i l'Adopció
Secretaria d'Infància i Adolescència
Av. Paral·lel, 52
08001 Barcelona
Tel. 93 483 10 00
Fax 93 483 19 17
icaa.benestar@gencat.net
<http://www.acolliment.org/>

Igualtat d'oportunitats i coeducació: aquesta xerrada-debat té com a objectiu treballar el paper de l'escola en la coeducació, la igualtat d'oportunitats, la superació d'estereotips i d'actituds sexistes, i en la creació d'un nou marc de relació entre les nenes i els nens, les noies i els nois.

Famílies immigrades i comunitat educativa: és una xerrada per potenciar el paper de les famílies de l'alumnat immigrant i el paper de les famílies autòctones en la creació d'un teixit receptiu i acollidor en la integració. Es dona informació dels recursos de la comunitat en general i la posada en comú d'experiències.

Prevenició de la violència masclista: l'objectiu d'aquesta xerrada és prevenir i detectar la violència a través de la sensibilització de mares i pares per tal d'identificar les diferents manifestacions que es donen en l'àmbit familiar i escolar, i aprendre a reconèixer les falses creences sobre víctimes i agressors.

Institut Català de les Dones (ICD)
Pl. Pere Coromines, 1
08001 Barcelona
Tel. 93 495 16 00
Fax 93 321 61 11
icd@gencat.cat
<http://www.gencat.cat/icdones/>

DEPARTAMENT DE LA VICEPRESIDÈNCIA

Classes de català per a pares i mares: s'organitzen classes de català i actuacions de dinamització lingüística per a mares i pares en col·laboració amb les AMPA, a través del Consorci per a la Normalització Lingüística.

Voluntariat per a la llengua, parelles lingüístiques: és un programa que facilita que totes les persones que tenen coneixements bàsics de català i es volen llançar a parlar-lo el puguin practicar en un context real i distès, i que les persones que el parlen habitualment no canviïn de llengua innecessàriament.

Consorci per a la Normalització Lingüística
C/ Mallorca, 272, 8è
08037 Barcelona
Tel. 93 272 31 00
Fax 93 487 21 67
cpnl@cpnl.cat
<http://www.cpnl.cat>

DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ

Programa de convivència i mediació escolar: són cursos de formació per implantar la mediació en la resolució de conflictes en els centres escolars. Es fan cursos de formació per a alumnat, professorat, famílies i personal d'administració i serveis. Les famílies reben la formació, participen en la difusió i dinamització per implementar la mediació, formen part dels equips mediadors, participen en les mediacions com a mediadors i mediadores i s'encarreguen de la difusió de la resta de pares i mares.

Direcció General d'Atenció a la Comunitat Educativa
Via Augusta, 202-226
08021 Barcelona
Tel. 93 400 69 00
Fax 93 400 69 80

DEPARTAMENT D'INTERIOR, RELACIONS INSTITUCIONALS I PARTICIPACIÓ

Contes per treballar l'educació per a la mobilitat segura amb la família: es tracta de diferents materials (llibres de contes, àudios de seguretat, tríptics divulgatius) elaborats pel Servei Català de Trànsit que recullen aspectes importants de la protecció i l'educació per a la mobilitat segura entre mares i pares i fills/filles, per exemple, l'ús del cinturó de seguretat durant l'embaràs i altres amb recomanacions sobre els sistemes de retenció infantil. L'objectiu principal de la xerrada és donar a conèixer als pares i les mares aspectes que milloraran la seguretat viària dels més petits.

Els agents de la Policia de la Generalitat-Mossos d'Esquadra s'adrecen als centres educatius per informar l'alumnat, mares i pares i professorat sobre diferents aspectes relacionats amb la seguretat dels i les joves.

Internet segura per a la protecció del menor: aquesta xerrada informa sobre els riscos, continguts il·legals, continguts inadequats, etc. detectats a Internet.

Prevenició de les conductes discriminatòries. La importància de saber conviure: en aquesta xerrada es tracta sobre com prevenir situacions greus en l'àmbit de la xenofòbia, el racisme, l'homofòbia i les conductes greus contra la discriminació.

Drogues. Prevenició d'infraccions i situacions de risc: s'informa sobre aquest aspecte per prevenir del possible consum de drogues des d'una vessant legal i policial.

Xerrada-debat sobre el joc responsable: jugar sense mesura pot tenir conseqüències negatives tant per a la persona que juga immoderadament com per al seu entorn més proper. Els i les adolescents són un dels col·lectius d'especial vulnerabilitat sobre els possibles riscos dels jocs d'atzar i, lògicament, la pràctica d'aquests jocs, regulats per la Generalitat de Catalunya, és prohibida a les persones menors de 18 anys. Amb tot, és important promoure l'educació preventiva per evitar conductes que poden esdevenir problemàtiques. Us proposem una xerrada-debat amb les mares i pares per donar resposta a preguntes com ara: què significa jugar responsablement?, quins mites i falses creences poden convertir el joc en quelcom problemàtic?, quins tipus de jocs existeixen?, què puc fer per ajudar a algú que té problemes?

Servei Català de Trànsit
Diputació, 355
08009 Barcelona
Tel. 93 567 40 00
Fax 93 567 40 04
transit@gencat.cat

Direcció General de la Policia
Travessera de les Corts, 319-321
08018 Barcelona
Tel. 93 300 22 96
Fax 93 300 95 23
mossos@gencat.cat
<http://www.gencat.cat/mossos/>

Direcció General del Joc i d'Espectacles
Diputació, 355
08009 Barcelona
Tel. 93 551 22 12
www.gencat.cat/interior/joc/joc_responsable
dgje.interior@gencat.cat

DEPARTAMENT DE SALUT

Consells de puericultura, els primers anys: en aquesta xerrada es parla del calendari d'educació sanitària destinat a pares i mares que han tingut un nadó, per exemple, s'informa sobre el calendari de vacunacions, l'alimentació, els hàbits, la prevenició d'accidents, i el creixement i desenvolupament dels nens i nenes. Aquest taller és una continuació del material lliurat a mares i pares en la maternitat (podeu trobar aquesta informació a: <http://www.gencat.cat/salut/depsalut/pdf/calendariprimersanys2006.pdf>).

Materials d'educació sanitària per a la cura dels infants: entre aquests materials es destaca el Carnet de registre de dades i materials d'educació sanitària (carnet de salut i carnet de l'embarassada) per a mares i pares que acaben de tenir un infant i per a la dona embarassada. Podeu trobar aquesta informació a: <http://www.gencat.cat/salut/depsalut/html/ca/dir1953/doc7998.html>.

Programes en l'etapa pregestacional, gestacional i neonatal: l'objectiu d'aquesta xerrada és parlar del programa de detecció precoç d'anomalies congènites mitjançant un tríptic en què s'informa els pares i les mares sobre el cribatge de la fenilcetonúria, hipotiroidisme i fibrosi quística, i també informar del programa de prevenició de la hipocúria i la síndrome de la mort sobtada del lactant (es donen recomanacions per a mares i pares sobre aquesta síndrome en els lactants). Podeu trobar aquesta informació a: <http://www.gencat.cat/salut/depsalut/html/ca/dir1965/csfaq15.htm>.

Departament de Salut
Travessera de les Corts 131-159
Pavelló Ave Maria
08028 Barcelona
Tel. 93 227 29 00
Fax 93 227 29 90
<http://www.gencat.cat/salut>

DEPARTAMENT D'INNOVACIÓ, UNIVERSITATS I EMPRESA

Contes de la col·lecció "Recerca Directa": el seu objectiu és fomentar la vocació científica als infants i, a la vegada, donar a conèixer les àrees i recerques que es fan a Catalunya. Amb aquests cinc contes, es treballen indirectament aspectes com la coeducació, el respecte, la intergeneracionalitat, els hàbits alimentaris, els mitjans de transport, entre d'altres (vegeu els *Contes de la Laura i en Joan*: <http://www.gencat.cat/diue/serveis/publicacions/ur/els>).

Dep. d'Innovació, Universitats i Empresa
Pg. de Gràcia, 105
08008 Barcelona
Tel. 93 484 95 00
Fax 93 484 96 01
<http://www.gencat.cat/recerca/divulgacio>



Generalitat de Catalunya
Departament d'Acció Social i Ciutadania
Secretaria de Polítiques Familiars
i Drets de Ciutadania