

ESCOLA COLLASO I GIL

<p>Nom experiència</p>	<p>ALIMENTA EL TEU BENESTAR</p>
<p>Descripció experiència</p>	<p>Des dels diferents serveis que atenem a famílies i infants al barri del Raval es detecta la necessitat de fer prevenció sobre l'alimentació i els hàbits saludables en general en la infància.</p> <p><i>Alimenta el teu benestar</i> és un projecte conjunt entre els serveis socials Raval Sud, l'equip de pediatria Drassanes i aquest any la participació de l'escola Collaso i Gil on es pretén sensibilitzar a les famílies sobre la importància de tenir una hàbits saludables mitjançant informació i activitats dinàmiques relacionades amb l'alimentació, benestar i hàbits en general.</p> <p>El projecte es va desenvolupar del 2 d'octubre al 20 de novembre del 2018 i van ser un total de 8 sessions d'hora i mitja amb pares, mares i els seus fills i filles.</p>
<p>Objectius</p>	<p><u>Amb les famílies:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sensibilitzar a les famílies sobre l'impacte de tenir uns bons hàbits saludables. • Conèixer quins hàbits alimentaris i de benestar tenen les famílies. • Donar idees i estratègies per adquirir hàbits saludables • Establir vincle entre els professionals de la xarxa amb les famílies i infants. <p><u>Amb els infants:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Conèixer als infants i observar quins hàbits alimentaris tenen • Realitzar activitats socioeducatives relacionades amb els hàbits saludables. • Observar la relació entre les famílies i els infants
<p>A qui va adreçada l'acció</p>	<p>Famílies i infants de 3 a 12 anys que estiguin atesos a serveis socials del Raval Sud, a l'equip de pediatria de Drassanes o que vagin a l'escola Collaso i Gil.</p>

	<p>Els professionals dels diferents serveis han fet la captació d'aquelles famílies que els podria interessar participar-hi.</p>
Professionals que hi intervenen	<p>Equip de pediatria de Drassanes (Gemma Ricós, Sandra González, Lucía Losada, Airam Tenesor Alvarez, Eva María Fernández I Eloisa Vioque).</p> <p>CSS Raval Sud (Pau Gil i Rocío Martín)</p> <p>Escola Collaso i Gil (Iris Plaza).</p>
Metodologia de la intervenció (tècnica, eina,..) i temes treballats	<p>A cada sessió es realitzaven dos grups dins del mateix espai. Amb les famílies es realitzava mitjançant el debat i la conversa amb una pediatra, infermera o treballadora social (depenen de la temàtica de la sessió) sobre els diferents hàbits saludables (esmorzars, dinars, higiene, benestar físic i emocional), gestió econòmica en la compra familiar, etc).</p> <p>Amb els infants es treballaven continguts similars relacionats amb l'alimentació i benestar adaptats a les edats i de manera més pràctica (mural, jocs dinàmics relacionats amb els continguts I tallers de cuina).</p>
Activitats realitzades	<p><u>Amb les famílies:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Taula Rodona sobre alimentació i hàbits• Pluja d'idees• Taller de cuina• Anem a comprar? (gestió econòmica)• Debatre i compartir experiències sobre els hàbits saludables (l'alimentació en els diferents àpats del dia...)• Ens movem? Balls: zumba, bollywood... <p><u>Amb els infants:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Mòbil de fruites• Un mural sobre les activitats de la vida diària.• Què dinem? Què esmorzem i Què berenem? (fem el nostre menú).• Disfressa de cuiners• Fem suc de taronja?

- Jocs diversos

Avaluació experiència

Aquest curs 18/19 ha estat la tercera edició del projecte i el primer que participa activament l'escola Collaso i Gil. Moltes de les famílies que s'hi van acabar vinculant procedien d'allà (6 famílies i 11 infants).

Des de tots els serveis implicats es valora positivament la participació de les famílies i dels infants i es segueix apostant per fer accions preventives d'aquestes característiques al barri que promoguin el benestar i la salut dels infants i les seves famílies.

Imatge Gràfica



Sessió sobre alimentació a les famílies.



Grup d'infants elaborant una disfressa de cuiners.

Dades de contacte del centre per poder

Equip de pediatria Drassanes: Gemma Ricós

ampliar informació

CSS Raval Sud: Pau Gil

Escola Collaso i Gil: Iris Plaza a8001819@xtec.cat