



CONVERSES PER A NADONS 2018-2019

Activitats gratuïtes / Cal inscripció

Horari: Dijous de 17 a 18:30 h

Professora: Magda Fontanet i altres professionals

18 d'octubre. Primers auxilis per nadons i infants.

Actuacions bàsiques davant: ennuegament, cremades, traumatismes, febre, intoxicacions ... i prevenció de les mateixes.

15 de novembre. Materials visuals i descoberta d'imatges.

Escollir contes pels més petits. Eines i materials de qualitat per la descoberta.

13 de desembre. El joc sensorial i heurístic: els objectes i les paneres.

Panera dels sentits (0-6 m). Panera dels tresors (7-12 m). El joc heurístic (13-24 m).

17 de gener. El desenvolupament motriu i la descoberta de l'entorn.

El correcte desplegament corporal, la llibertat del moviment, el perquè del *gateig*..

14 de febrer. El funcionament visual en els infants.

Objectes i materials recomanables. La mirada de la mare. Principals signes d'alerta.

14 de març. La Psiconeuroinmunologia com a eina per cuidar el nostre nadó.

Descobrim com la PNI ens permet millorar la salut de l'infant. Aportacions i hàbits saludables durant la infància.

11 d'abril. El son.

Respecte i procés evolutiu del cicles del son. Teories i adaptacions familiars.

16 de maig. Orientacions farmacèutiques per a infants.

Excipients, parabens, cremes pells atòpiques . Vacunes sistemàtiques i opcionals

13 de juny. Taller de carícies.

El poder de les carícies i els massatges tot jugant amb contes i cançons.

espai nadons

MASSATGE INFANTIL i CRIANÇA DE 0 A 1 ANY

espai nadons

La criança és una experiència meravellosa on s'estableixen vincles i sorgeixen dubtes i angoixes. En aquest espai es vol acompanyar als pares en aquest viatge, essent respectuosos amb la criança escollida de cada família.

Durant el primer any de vida, el nadó coneix el món, en gran part, des del seu cos i la seva pell. El massatge infantil és una eina que permet aprofitar els avantatges de l'estimulació cutània a través dels moviments sobre la pell, entendre les necessitats físiques i emocionals del nen, així com compartir experiències amb altres pares/mares des del respecte i la tolerància.

(Es fa la inscripció a l'activitat amb el nom i les dades del nadó)

Horari: Dimecres de 10.15 a 11:45 h **A càrrec de:** Magda Fontanet (Educadora infantil)

Del 3 d'octubre al 19 de desembre de 2018

Preu: 54 €

Del 9 de gener al 27 de març de 2019

Preu: 54 €

Del 3 d'abril al 13 de juny de 2019

Preu: 54 €

Cal portar: una manteta o una tovallola i un coixí.

TALLERS DE CUINA i NUTRICIÓ INFANTIL

Quan ens preocupa què menja el nostre nadó o infant, és important sentir-nos recolzats i conèixer que no hi ha una única i estricta manera de menjar, sinó que els consells que es donen pretenen ser una ajuda i cadascú escull la manera que millor s'adapta al seu fill/a. Al igual que cada nen és diferent, de maneres d'alimentar-se sanes, també n'hi ha de diferents i val la pena conèixer-les i saber quin són els límits del menjar sa.

- 9 d'octubre** L'alimentació complementaria i el "Baby Lead Wearing".
- 6 de novembre** Llet i derivats làctics ó Begudes vegetals?
- 4 de desembre** Postres saludables. Fem galetes nadalenques.
- 8 de gener** La importància de la ingesta de la proteïna (animal o vegetal).
- 5 de febrer** Els esmorzars i berenars saludables.
- 5 de març** Dinars i sopars saludables 1.
- 9 d'abril** Dinars i sopars saludables 2.
- 7 de maig** Recomanacions pel nen que no menja i el que menja massa. Com fer que els nens mengin més fruita i verdura.
- 4 de juny** Mites i errors de l'alimentació. Aprendre a llegir etiquetes nutricionals.

Horari: Dimarts de 17 a 19 h.

Preu sessió: 5 €

Preu cicle: 45€

A càrrec de: Mireia Guzmán (Dietista-Nutricionista) i Magda Fontanet (Educadora infantil)

POTS INSCRIURE'T PER TOT EL CICLE DE CUINA PER A NADONS

Xarxa de Centres Cívics de Girona

Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | C. Cort Reial, 7, 17004 Girona

Tel. 972 010 005 | ccbarrivell@ajgirona.cat | www.girona.cat/ccivics

DL Gi 1343-2016

