



CONVERSES PER A NADONS BV19054

Cal inscripció. 40 € cicle / 5 € sessió

Horari: Dijous de 17 a 18:30 h

Professora: Magda Fontanet i altres professionals

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

Actuacions bàsiques i prevenció davant: ennuegament, cremades, febre, etc.

14 de novembre. Beneficis de l'osteopatia en els infants.

Què aporta i en què en afavoreix els infants. Alliberament tensional i reequilibri corporal.

12 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)

16 de gener. Petits clics: Acostant la tecnologia als infants.

Recomanacions i utilitzacions segons l'edat. Aplicacions i blocs educatius.

13 de febrer. Jo ho se fer sol !

Afavorir l'autonomia en els infants, una eina d'aprenentatge. Presència, participació, guiatge, sobreprotecció, ... segons l'edat.

19 de març. La Psiconeuroimmunologia com a eina per cuidar del nadó

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

16 d'abril. Orientacions farmacèutiques per a infants.

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

14 de maig . El son.

Respecte i procés evolutiu del cicles del son. Pautes d'ajuda: indicadors de son, contenció i seguretat, ... Teories diverses i adaptacions familiars.

11 de juny. Taller de música i carícies.

El poder de la música i les carícies tot jugant amb rimes, contes i cançons.

espai nadons 19-20

MASSATGE INFANTIL i CRIANÇA DE 0 A 1 ANY

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. 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

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

BV19050 - 2 d'octubre - 18 de desembre

Preu: 54 €

BV19051 - 8 de gener - 25 de març

Preu: 54 €

BV19052 - 1 d'abril -10 de juny

Preu: 45 €

Cal portar una manteta o una tovallola i un coixí

TALLERS DE CUINA I NUTRICIÓ INFANTIL BV19053

Cal inscripció. 85 € cicle / 10 € sessió

Horari: Dimarts de 17 a 19 h.

A càrrec de: Isolda Vila Torrelles i Magda Fontanet

En aquest taller hi poden assistir les mares, pares, i cuidadors amb el seu infant, i embarassades o futurs pares

- 8 d'octubre** L'alimentació complementària i el "Baby Lead Wearing".
- 5 de novembre** Llet i derivats làctics ó Begudes vegetals?
- 3 de desembre** Postres saludables. Fem galetes nadalenques.
- 7 de gener** La importància de la ingesta de la proteïna (animal o vegetal).
- 4 de febrer** Els esmorzars i berenars saludables i diferents.
- 3 de març** Els greixos saludables. Com i quan consumir-los i cuinar-los.
- 14 d'abril** Els dinars i sopars saludables (1).
- 5 de Maig** Els dinars i sopars saludables (2).
- 2 de juny** Mites i errors de l'alimentació. Aprendre a llegir les etiquetes nutricionals.

IOGA EMBARASSADES BV19062

Horari: Dimecres de 11.15 a 12.30 h

A càrrec de: Sandra (Associació Nuïtat)

Del 2 d'octubre al 27 de maig

Preu: 25 € /mes

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

