Ajuntament d'Argentona

Posa't Guap@... per dins!

Aquest darrer trimestre de 2008, la **Comissió d'Alimentació de la xarxa Xairadó** està duent a terme la campanya ***Posa't Guap@... per dins!*** per fomentar els hàbits saludables en matèria alimentària.

La Comissió ha treballat en el disseny d'una programació conjunta, que impliqués diferents àrees (Educació, Serveis Socials, Joventut, Igualtat, etc.), i que s'adrecés a diversos col·lectius, amb la finalitat de treballar conjuntament i de manera coordinada (escoles de pares i mares, nens i nenes d'Educació Primària, joves de l'IES, Casal de Joves, Espai Jove, Centre Obert del Cros, gent gran i població en general).

En l'àmbit escolar i educatiu més directe, durant els mesos de novembre i desembre, es realitzaran **activitats** relacionades amb l'**alimentació saludable** als diferents CEIP de la Vila; **tallers de cuina saludable**, a la tarda, al Centre Infantil l'Esquirol; **tardes saludables** al Casal de Joves i a l'Espai Jove del Cros; i **tallers sobre alimentació saludable** a l'IES Argentona.

També s'han programat activitats concretes, com ara l'**espectacle infantil *Pentagana***, que van veure prop de 270 alumnes de 3r i 4t de Primària del tots els CEIP d'Argentona. En acabar les funcions es va repartir una peça de fruita a cada alumne.

El dijous, dia 20 de novembre, a les 18 h, a la sala d'Actes de l'Ajuntament, es va dur a terme la xerrada ***Menjar bé quan ets gran***, a càrrec de la Sra. Lourdes Torres, del COFB, Col·legi Oficial de Farmacèutics de Barcelona. L'objectiu d'aquesta xerrada, subvencionada per la Diputació de Barcelona, era **fomentar l'alimentació saludable entre la gent gran** i s'hi van exposar les necessitats nutricionals específiques de la gent gran, la relació necessària entre alimentació saludable i activitat física a la tercera edat, la cuina sana, creativa i econòmica, i les dietes específiques per a malalts de diabetis, d'hipertensió, etc.

El proper **dissabte, dia 29 de novembre, a les 10 h, al CEIP Bernat de Riudemeia**, es durà a terme el **taller vivencial *Mou l'emoció des de l'educació emocional***, adreçat a pares i mares. El taller anirà a càrrec de Mireia Cabero Jounou, psicòloga i entrenadora emocional i s'hi tractaran aspectes com les dificultats dels pares per posar límits als fills, les dificultats dels pares per parlar i entendre els fills, els dubtes dels pares sobre si estan educant bé els fills o no, etc. Si voleu més informació d'aquest taller, podeu consultar l'adreça http://www.argentona.cat/index.php?mod=Agenda&id=698.

Tots els actes són gratuïts i oberts a tothom.

La xarxa Xairadó
La **xarxa Xairadó** és la Xarxa d'Atenció a la Infància i l'Adolescència en risc d'Argentona i Òrrius. Engloba un equip multidisciplinar d'especialistes de cada municipi que treballen per a la infància i l'adolescència en risc de les localitats que formen part d'aquesta xarxa.

Argentona, 21 de novembre de 2008.