



INSPIRATS EN TU

Benvolgudes famílies,

Donada la nova realitat que estem vivint, hem de poder aprofitar les oportunitats que la situació ens ofereix adaptant-la a la realitat de cadascuna de les famílies. És per això que des del **Departament de Psicopedagogia de l'Escola Cervetó** us volem proposar les actuacions següents:

- Intentar mantenir els hàbits diaris, però també podem aprofitar per fer tots junts aquestes rutines, com per exemple esmorzar, dinar, berenar i sopar tots junts i sense presses. És important seguir aquesta orientació perquè proporciona seguretat, tranquil·litat i augmenta l'autonomia i la confiança dels vostres fills i filles.
- Abans de començar, podem organitzar-nos el dia per veure quin temps dedicarem a cada activitat de les encomanades pels mestres i professors així com les estones lliures. Fins i tot, podem pensar el temps que ens agradaria compartir tots junts i quins moments volem gaudir de forma individual, deixant espais per a l'espontaneïtat.
- A continuació us volem donar un guiatge per tal que ajudeu als vostres fills i filles a organitzar-se i, d'aquesta forma, podran guanyar en confiança, en responsabilitat i en autonomia.
 - o És important que ells i elles participin en la planificació del dia i que facin les seves propostes. D'aquesta manera serà més motivador, satisfactori i es responsabilitzaran de les mateixes.
 - o És recomanable combinar les diferents activitats proposades des de l'escola. Teniu una guia d'orientacions i propostes que, de forma continuada, els mestres i professors fan arribar als vostres fills i filles. En aquest sentit, no només s'està fent una feina de preparació i entrega de treballs, sinó que l'equip docent i jo mateixa fem un seguiment de les tasques i continuem amb la nostra coordinació interna perquè el nostre model pedagògic per mantenir la màxima qualitat.
- Recordeu que en aquest horari també ha d'haver-hi espai pel descans i el moviment. Aquest moment el podeu gaudir tots junts. Els mestres i professors de psicomotricitat i educació física també us faran arribar les seves propostes i orientacions en aquest sentit.
- Aproveu per potenciar la creativitat dels vostres fills i filles tenint en compte l'edat i els seus interessos i, sempre que sigui possible, fer activitats conjuntes: produccions plàstiques o artístiques, receptes de cuina creativa, jocs de taula, organitzar un escape room familiar, un diari de cada dia que contingui el més destacat del dia amb una reflexió, ús d'aplicacions que connecten amb el món (visites virtuals de museus,

concerts en directe, apps que permeten parlar amb més d'una persona, etc.). En aquest sentit us ajudaré concretant propostes a través de l'espai web de l'escola.

Parlem del tema

També és important que expliquem als vostres fills i filles el que està passant, pels més petits, la millora manera és un conte, us facilitem l'enllaç del conte que ha editat el Col.legi de Psicòlegs de Catalunya.

https://www.copc.cat/adjuntos/adjunto_15216/v/La%20Rosa%20contra%20el%20virus%20-%20CATAL%C3%80.pdf?tm=1584371645

Amb els nens i nenes d'educació primària podem veure el programa InfoK, on cada dia ens expliquen les notícies diàries amb un llenguatge entenedor per a la seva edat. És important que el puguem veure amb els nostres fills i filles per poder comentar, per si tenen dubtes... A la seva pàgina web podreu trobar tots els especials que han fet fins ara.

<https://www.ccma.cat/tv3/super3/infok/>

I amb els adolescents i joves, és important dedicar una estona a llegir o visionar conjuntament notícies i poder-les comentar, que puguin donar la seva opinió, expressar dubtes...

Durant aquests dies us aniré penjant al web de l'escola i dins del nostre Departament de Psicopedagogia propostes, recomanacions... Per tant, és important que el visiteu de forma habitual.

Per acabar, només recordar-vos que sóc aquí i que estic a la vostra disposició i podeu comptar amb mi a través del correu gemmaamador@cerveto.com per fer-me arribar tot allò que creieu necessari.

Estaré encantada d'ajudar-vos a resoldre qualsevol tema que us preocupi.

Gemma Amador

Psicopedagoga Escola Cervetó