

XIII JORNADES 0-3

ENS MENGEM EL MÓN!

L'alimentació en la primera infància

Casal Pere Quart de Sabadell
26 i 27 d'abril 2019

● PROGRAMA:

Divendres 26 d'abril

17:30 - Inscripcions.

18:00 - Conversa inaugural "FAQS Alimentació en primera infància (0-3)".

Participen:

Laia Asso, pediatra i dietista-nutricionista de l'Agència Catalana de Salut Pública de Catalunya.

Montse Artés, metgessa de l'Àrea de promoció de la Salut de l'Ajuntament de Sabadell.

Montse Casajoana, directora de l'escola bressol El Vapor Buxeda Nou.

Dissabte 27 d'abril

9:30 - Inscripcions.

9:45 - Tallers simultanis (un a escollir).

11:00 - Descans.

11:30 - Tallers simultanis (un a escollir).

12:45 - Cloenda.

Organitza:

crp
sbd

Participa:



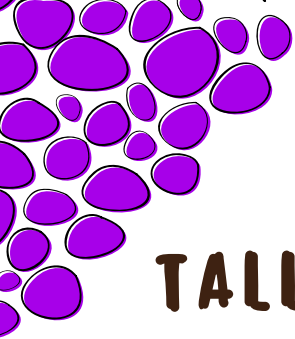
Generalitat de Catalunya
Agència de Salut Pública de Catalunya



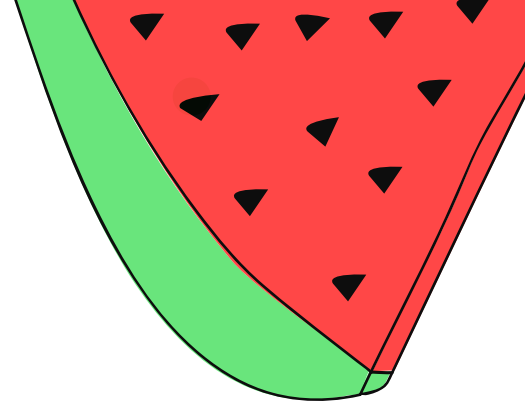
Ajuntament de Sabadell

ita.

institut de trastorns alimentaris



TALLERS SIMULTANIS



TALLER 1. Etiquetatge d'aliments i publicitat enganyosa.

Dinamitzen: Montse Artés, metgessa i Ramona Gelabert, infermera al Servei de Promoció de la Salut de l'Ajuntament de Sabadell.

- Amb una dinàmica lúdica, compartirem informacions i reflexions sobre l'etiquetatge dels aliments i dels productes alimentaris.

TALLER 2. L'aventura d'aprendre a menjar saludable!

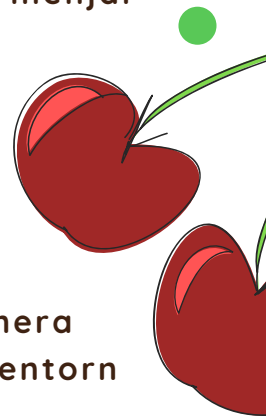
Dinamitzen: Mónica Cortés, psicòloga i Albajai Garcia, psicòloga al Servei de Promoció de la Salut de l'Ajuntament de Sabadell.

Parlarem de la relació de l'alimentació i la gestió de les emocions a partir d'una experiència de mindful Eating: reflexionar sobre el menjar conscient i una regulació saludable de les emocions.

TALLER 3. A taula hi posem els 5 sentits!

Dinamitza: Montse Rojas, educadora de llars d'infants.

Com se sent l'infant quan li oferim a provar un aliment per primera vegada? Partirem d'una dinàmica participativa per reflexionar entorn la manera més respectuosa del tast, la introducció d'aliments i acompanyament en el moment del menjar.



TALLER 4. Desenvolupament afectiu: clau de la bona autoestima.

Dinamitza: Raquel Linares, psicòloga clínica a Ita, especialistes en Salut mental.

Identificarem els senyals per prevenir posar les etiquetes que de vegades queden per a tota la vida i ajudar a les famílies quan detectem dificultats.

S'obsequiarà als/les assistents amb el llibret i fulletó "Recomanacions per a l'alimentació en la primera infància (de 0 a 3 anys).

