



XERRIOLET

Butlletí informatiu mensual
GENER 2019

MALETES VIATGERES

Un any més les maletes viatgeres visitaran totes les cases on s'estaran durant uns dies perquè gaudiu junt amb els vostres fills d'uns dies de lectura conjunta. Us demanem que, com sempre feu, destineu una part del vostre temps a fer les activitats que trobareu dins la maleta.

Recordeu als vostres fills/es que aquestes maletes s'han de tornar a l'escola, sempre en bon estat i amb tot el material que contenen, per tal que els altres alumnes en puguin gaudir tant com ho han fet ells.

Festa de la Llum

Els dies 21 i 22 de febrer l'escola estarà tancada. Recordeu que un dels dies és festa local i l'altra és un dia de lliure disposició que tenim totes les escoles de Manresa.

Padrins

Sabeu que ja hem començat l'activitat dels padrins? Els nens de sisè ja tenien moltes ganes de poder conèixer als seus fillols de P3 i portar-los a l'aula d'informàtica per ensenyar-los com funcionen els ordinadors. Mentre es van coneixent els ensenyaran a fer anar el ratolí. Després faran moltes activitats conjuntament.

Projecte Lotus

Per segon any participem el Projecte Lotus que ens proposa l'Ajuntament de Manresa. L'Ajuntament fa uns anys que està impulsant el projecte estratègic Manresa 2022, amb l'objectiu de preparar la ciutat per celebrar els 500 anys de l'arribada del pelegrí Ignasi de Loiola a la ciutat de Manresa el 1522. Per tal de potenciar els valors de pau, respecte, convivència i acollida associats al projecte, s'impulsa el projecte lotus, un projecte que integra cos, cap (ment) i cor (emocions), que treballa amb eines de psicologia, mindfulness i ioga, i que va dirigit als nens i nenes, als mestres (a través de la formació) i a les famílies (informant i formant en algunes de les eines del projecte, per aplicar el treball no només a l'aula i a l'escola, sinó també a casa).

Durant aquest curs estem treballant el LOTUS BLANC. Consta de 4 sessions per alumne en la que treballen els següents continguts, adaptats a cada nivell:

COS: la primera sessió és dedica al cos. L'objectiu és que els alumnes aprenguin a baixar el grau d'activació fisiològica i el nivell d'ansietat amb exercicis de desbloqueig corporal i tècniques de respiració i relaxació, i que millorin la capacitat d'autoobservació i autoconeixement.

MENT: a la segona sessió es treballa per millorar la capacitat d'atenció de l'alumne/a, entrenar i disciplinar la ment i potenciar l'estat de presència. S'aprenen respiracions per afavorir la concentració i tècniques de visualització i autoinstruccions per incrementar el nivell d'aprenentatge.

EMOCIONS: L'objectiu de la tercera sessió és reconèixer i escoltar algunes de les emocions bàsiques (alegria, tristesa, por, ràbia, calma i amor) i saber quan cal i com transformar-les. També es treballa l'empatia i la compassió, per millorar la convivència per a la pau.

IOGA: A la quarta sessió es fa una sessió de ioga, que integra tots els conceptes treballats en les tres primeres sessions (cos, ment i emocions).

Els alumnes de 1r, 3r i 6è comencen amb la primera fase del Lotus Blanc d'una manera pràctica i vivencial, amb mig grup classe.

Els alumnes de 2n, 4t i 6è i que l'any anterior ja van participar en el lotus blanc, fan una segona fase que consta de 3 sessions recordatori dels continguts apresos en el lotus blanc i la seva aplicabilitat a l'aula i també participen al lotus blau.

El LOTUS BLAU, és una proposta en un entorn natural que inclou diverses activitats relacionades amb el mindfulness, el reconeixement i gestió de les emocions. En els alumnes de 2n i 4t es tracta d'una matinal en un entorn natural proper a l'escola i en els alumnes de 6è, es tracta d'un dia sencer en el que es recorre a peu l'últim tram del camí Ignasià que va fer sant Ignasi per arribar a Manresa.

Recollida de taps

La Raquel, la veïna de Pineda per la qual recollíem els taps, ens comunica que ja no en necessita més. Per aquest motiu l'escola deixa de donar suport a aquesta campanya fins que no en sorgeixi una altra. Per tant, no

cal que ens feu arribar més taps a l'escola.

Informacions diverses

FESTA DE PRIMAVERA

Us volem informar que enguany la Festa de Primavera es farà el dissabte **8 de juny**. Reserveu aquest dia per dedicar-lo a l'escola com cada any. Esperem la vostra assistència.

SETMANA CULTURAL

Aquest any farem la sisena Setmana Cultural de l'Escola. Serà la setmana del **8 al 12 d'abril**. És una setmana on farem activitats relacionades amb el monogràfic. Culminarà amb la sortida col·lectiva que fem tota l'escola junta. Us arribarà un díptic informatiu amb totes les activitats programades.

ACTIVITATS QUE FAREM DURANT EL MES DE FEBRER

- El dia **1** els alumnes de **1rA/B** aniran a la biblioteca del Casino a veure una exposició de les dents i de com tenir-ne cura.
- El dia **5** i el dia **12** els alumnes de **4tA/B** faran una activitat d'esgrima a l'escola.
- El dia **6** els alumnes de **3rA/B** visitaran el Palau de la Música de Barcelona, on veuran l'obra *Kantikipugui*.
- El dia **6** els alumnes de **d'Educació Infantil** aniran al Teatre Conservatori a veure l'obra *El petit elefant*.
- El dia **12** els alumnes de **5èA/B** visitaran les Coves del Toll de Moià per continuar treballant la prehistòria.
- El dia **13** els alumnes de **1rA/B** aniran al Teatre Conservatori a veure l'obra *Cançons de Mar*.
- El dia **19** els alumnes de **3rA/B** visitaran l'Ajuntament de Manresa, dins l'estudi de les institucions que té la ciutat.
- El dia **18** els alumnes de **2nA/B** visitaran el barri vell de Manresa, per fer un estudi de la Manresa medieval.
- El dia **20** els alumnes de **6èA/B** visitaran el Born de Barcelona.