

COMUNICAT ESCOLA

Benvolgudes famílies,

Desitgem que tant vosaltres com els vostres familiars i amics us trobeu bé de salut. Per a tots aquells que hagueu donat positiu per COVID-19 o estigueu en confinament amb símptomes de la malaltia, us desitgem una prompta recuperació.

En aquestes setmanes de confinament segur que compartireu moltes activitats per poder estar junts en família a casa, un temps més enllà de la televisió, l'ordinador o la tablet. Aproveiteu, sempre que sigui possible, per fer una mica d'exercici i que us toqui el sol, des de la finestra, balcó, jardí,...

El passat dijous 12 de març els alumnes de l'escola ja van marxar amb unes quantes propostes per fer casa, però veient la situació tan complicada i llarga que estem vivint, des de l'escola us en volem fer arribar de noves.

Des de l'escola us fem arribar noves propostes recomanades per a cada cicle.

L'objectiu és suggerir activitats que contribueixin al desenvolupament de l'autonomia personal i que siguin significatives per a l'alumnat. **Per accedir a aquestes propostes haureu d'entrar a la pàgina web de l'escola (<https://agora.xtec.cat/esc-mdmuntanya/>).** A la portada hi trobareu un enllaç que us portarà a l'espai de cada classe. Els alumnes de sisè també les podran consultar mitjançant Google Classroom. Tal i com indica el Departament d'Educació, **aquestes activitats són recomanacions i no seran tasques avaluable amb qualificació**, atès actualment encara hi ha famílies que no disposen de connectivitat.

Podeu triar aquelles activitats o recursos que us semblen més interessants i adients per als vostres infants. Les que tinguin un * (asterisc) són les que us proposem que

ens les envieu al **correu corporatiu de l'escola**, el qual tindrem en actiu durant aquest període de confinament.

Estem a la vostra disposició per a qualsevol dubte o suggeriment que ens vulgueu fer.

A continuació us informem del correu electrònic de cada mestre/a:

NOM	CORREU ELECTRÒNIC
Elena Arcas	elena@mdmuntanya.cat
Marta Baltasar	marta@mdmuntanya.cat
Anna Maria Castellet	annamaria@mdmuntanya.cat
Laia Cobos	laiacobos@mdmuntanya.cat
Assutzena Fort	assutzena@mdmuntanya.cat
Ester Fort	ester@mdmuntanya.cat
Sergi García	sergigarcia@mdmuntanya.cat
Olímpia Gastón	olimpia@mdmuntanya.cat
Mayte Gómez	mayte@mdmuntanya.cat
Judith Lanuza	judith@mdmuntanya.cat
Sergi Luna	sergiluna@mdmuntanya.cat
Esther Marín	esther@mdmuntanya.cat
Carles Mas	carles@mdmuntanya.cat
Montse Pedrosa	montse@mdmuntanya.cat
Pili Pérez	pili@mdmuntanya.cat
Ana Tarancón	ana@mdmuntanya.cat
Dolors Torner	dolors@mdmuntanya.cat
Maria Jesús Zamora	mariajesus@mdmuntanya.cat

A part d'aquests recursos, Televisió de Catalunya i Catalunya Ràdio fan difusió a través de la seva programació de les orientacions i consells que el Departament ha fet arribar als centres educatius per contribuir a l'aprenentatge de tot l'alumnat. En el cas de Televisió de Catalunya, es farà a través de diferents programes del canal Super3 i del nou format digital "Avui aprenem", un recull de peces o càpsules divulgatives sobre diferents àmbits. I, en el de Catalunya Ràdio, es farà en la

programació excepcional d'aquests dies a les emissores de Catalunya Ràdio i d'iCat.

També s'ha iniciat el projecte "Aprendemos en Casa", del Ministerio de Educación y Formación Profesional y Radio Televisión Española. Aquest programa s'emet de 9h a 14h a Clan TV i La 2 de RTVE. Dilluns: matemàtiques, dimarts: ciències Socials, dimecres: educació Artística, dijous: llengua i idiomes, i divendres: ciències Naturals.

Aprofitem l'ocasió per fer-vos arribar un seguit d'**informacions i recomanacions** que us poden ser útils.

Recomanacions generals

- Informeu-vos sobre com evoluciona la situació a través de canals oficials.
- Eviteu la sobre informació. Aquesta pot fer augmentar la vostra angoixa.
- Manteniu ben informats els vostres fills/es, estigueu atents a les seves preocupacions i responeu les seves preguntes a mesura que les vagin formulant, amb un llenguatge senzill, entenedor i sense mentides ni alarmismes.
- Accepteu que hi ha una part de la situació que no es pot controlar.
- Intenteu fer exercici, activitats de relaxació i d'oci.
- Intenteu veure la part positiva de la situació: és un temps per parar i reflexionar sobre les prioritats, per compartir tasques domèstiques, per fer volar la imaginació i crear jocs per les nenes i els nens, treure la vostra part més empàtica i solidària...

Com gestionar les pors dels infants

- Explicar als infants que sabem com cuidar-los i protegir-los, tant la família com les metgesses i els metges i les autoritats.
- Mantingueu una actitud calmada, els infants saben llegir molt bé el llenguatge no verbal.

- Podem aprofitar el dibuix amb els més petits i la conversa amb els més grans per donar l'espai per a que expressin les seves pors fent preguntes sobre el dibuix
- En els més petits explicar la situació a través de contes i vídeos pot ajudar a comprendre millor la situació.

El dia a dia a casa

- És important establir una rutina, mantenir en la mesura del possible les rutines habituals. Establir un horari i escriure'l en un paper pot ajudar a anticipar què passarà aquell dia.
- Acordeu amb les persones que viuen a casa la logística domèstica.
- Respecteu espais per cada membre de la família, no cal estar tota l'estona junts.
- Busqueu activitats per compartir en família i amb els més petits.
- Pacteu un període de treball si heu de treballar des de casa i establiu un espai i un horari el més estable possible.
- No perdeu el contacte amb la xarxa social. Parleu amb aquells familiars i amics que no podeu veure físicament: podeu estar en contacte a través de videotrucades, missatges, trucades de veu...

Recordeu que només es tracta d'una situació temporal, passada la qual tots haurem après moltes coses, tant dels altres com de nosaltres mateixos.

Tot l'equip de Mestres restem a la vostra disposició pel que pugueu necessitar. Us fem arribar una gran abraçada i esperem retrobar-nos amb els infants i famílies ben aviat!

L'escola
#joemquedoacasa