

24 d'abril de 2026



## Infantil

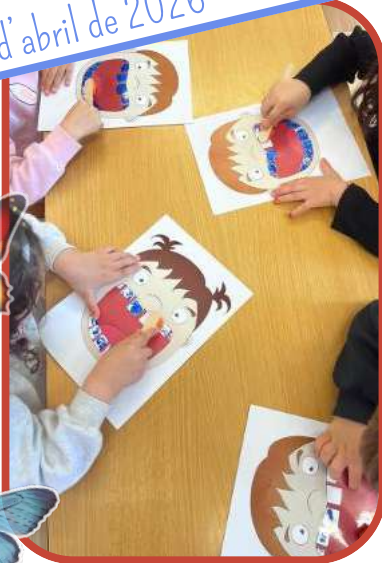
13 · 14 · 15

Un any més, vam fer la tradicional setmana de la salut plena d'activitats. Dilluns vam anar a fer Cardio Gym al Pavelló de la Joviat, a càrrec de l'alumnat del cicle d'esports.

Dimarts al matí vam fer un taller de macedònia, que ens va quedar boníssima, i a la tarda vam explicar contes relacionats amb la coeducació que ens van portar a converses ben interessants.



24 d'abril de 2026



Dijous vam gaudir d'un taller de mones de Pasqua i ens en vam llepar els dits... plens de xocolata!



Dimecres van venir alumnes del cicle d'higiene bucodental de la Joviat a explicar-nos com ens hem de rentar les dents i quins aliments són els més saludables.



Vam tancar la setmana amb la tradicional cantada de Caramelles pel Barri Antic, i a la tarda vam convidar les famílies a l'escola perquè també en poguessin gaudir.

24 d'abril de 2026



## Primària

### Primer

Durant la Setmana de la Salut vam poder gaudir molt de totes les activitats que vam realitzar.

Vam participar en dues matinals d'activitats esportives, una a l'escola i una altra, al Congost, organitzada per nois i noies de 3r d'ESO.



24 d'abril de 2026



També ens va visitar l'alumnat de farmàcia de l'escola Joviat i vam fer uns tallers d'allò més interessants.

Dijous al matí vam gaudir de diferents balls de zumba.

I, per acabar la setmana, vam tenir l'oportunitat de dedicar un dia sencer a cantar i ballar caramelles amb els infants d'educació infantil.

24 d'abril de 2026

**Segon**



Vam realitzar diverses activitats per promoure hàbits saludables entre l'alumnat. Vam gaudir d'una caminada, una matinal esportiva, una sessió de zumba i un taller d'higiene bucodental. A més, vam treballar el coneixement de l'esquelet d'una manera pràctica i divertida. Va ser una setmana diferent i molt enriquidora!



24 d'abril de 2026

**Tercer**

## TALLER D'EMPATIA I ASSERTIVITAT

Conte: LA BERTA I LES ULLERES DE VISIÓ EMPÀTICA, de Júlia Prunés Massaguer.

“Un bon matí, la Berta es troba unes ulleres de visió empàtica i comença a veure-hi diferent”.

Vam gaudir d'aquest conte sobre empatia, comunicació assertiva i gestió de conflictes, que ens va servir per practicar com defensar els nostres drets i necessitats, sense agressivitat.



24 d'abril de 2026

## TALLER DE DIETÈTICA

També vam realitzar tres tallers dinamitzats per l'alumnat del Cicle Formatiu de Dietètica de l'Escola Joviat. Durant el taller, els infants van poder aprendre la importància de seguir una alimentació equilibrada, saludable i amb aliments de proximitat. També, la importància de saber interpretar les etiquetes dels productes. Va ser una experiència enriquidora i molt participativa!



24 d'abril de 2026

## UNA XOCOLATA BONA EN TOTS ELS SENTITS

“La història de la xocolata comença fa milers d'anys a l'Amèrica Central i del Sud, on cultures com els maies i asteques consumien el cacau en una beguda amarga i sagrada....”



Això i moltes coses més vam poder aprendre aquell dia. I vam acabar fent una meditació amb un bocí de xocolata, per aprendre a menjar amb consciència.

24 d'abril de 2026

## Quart

Quan la setmana de la salut va arribar ho vam celebrar com cal. Cada dia, una activitat especial!

## TALLER D'ALIMENTACIÓ SALUDABLE

Des de l'Ajuntament de Manresa ens van oferir la possibilitat de fer un taller per conèixer la piràmide de l'alimentació saludable, per aprendre la freqüència en què es recomana consumir els diferents grups d'aliments per a una vida més sana.



24 d'abril de 2026

## MATINAL ESPORTIVA AL CONGOST



L'equip d'ESPO (Educació Secundària Post Obligatòria) de la Joviat ens van preparar una matinal esportiva, amb un munt de jocs per fer en equip, al camp de futbol del Congost.



## GIMCANA DE LA SALUT

I a l'escola, vam fer una gimcana amb 8 proves relacionades amb la salut.

24 d'abril de 2026



## PROVES DEL CÀRDIO QR

A partir d'uns codis QR, havíem de fer una activitat relacionada amb la higiene, l'alimentació i l'esport. Vam fer sopes de lletres, ordenar paraules, veure vídeos, completar frases... Ben divertit!



24 d'abril de 2026

I una caminada fins el Parc de l'Agulla no hi podia faltar! Vam passar tot el dia jugant en plena natura.

## SORTIDA AL PARC DE L' AGULLA



24 d'abril de 2026

Cinquè

## TALLER SEXOAFECTIU

Des de l'Ajuntament de Manresa ens van oferir fer aquest taller per entendre millor els canvis físics i psicològics que comença a experimentar el nostre cos.



24 d'abril de 2026

## TALLER LA ROBA QUE PORTES



Des de la institució Flors Sirera ens van fer adonar de la importància i responsabilitat que tenim davant del consum de roba. Vam veure quins països són els que fabriquen majoritàriament la roba que portem i el desequilibri que hi ha en aquesta cadena de producció.



24 d'abril de 2026

## TALLER D'ESGRIMA

Les escoles d'esgrima Víctus de Sallent i CEMAR de Mataró ens van ensenyar tècniques bàsiques per iniciar-nos en aquest esport i com hem d'anar equipats per practicar-lo amb seguretat. Va ser una experiència molt enriquidora perquè és un esport poc conegut per nosaltres.



24 d'abril de 2026



## JOCS AL PARC DE CAN FONT

Finalment, una caminada fins al parc de Can Font va servir per passar un matí de convivència entre els tres grups classe, fent diversos jocs a la natura.



24 d'abril de 2026



## VISITA DE JUGADORS DEL BAXI MANRESA

Sisè

El més especial de la Setmana de la Salut per a l'alumnat de sisè va ser rebre la visita d'alguns jugadors del Baxi Manresa, que van compartir una estona amb nosaltres.

Al llarg de la tarda, ens van fer participar en diferents jocs i

activitats relacionades amb el bàsquet. Vam poder practicar habilitats com el bot, les passades i els tirs a cistella, tot aprenent d'una manera divertida. A més, els jugadors ens van animar a fer esport i ens van donar molts bons consells per millorar.



24 d'abril de 2026



Per acabar l'experiència, ens van signar camisetes i vam poder fer-nos fotos amb ells. Sens dubte, va ser una de les activitats més divertides!



24 d'abril de 2026

## ESO

Aquest any, l'alumnat d'ESO ha pogut tornar a gaudir de les Jornades de Salut. Al llarg d'aquests dies, l'alumnat ha participat en xerrades, tallers i activitats esportives. L'objectiu principal d'aquestes jornades és fomentar hàbits de vida saludables i sensibilitzar sobre la importància del benestar físic, emocional i social.

### ESO1



### TALLER D'EQUITAT MENSTRUAL

L'alumnat de 1r d'ESO va participar en una xerrada sobre equitat menstrual, adaptada a la seva edat i necessitats. S'hi van treballar conceptes bàsics del cicle menstrual, així com la importància de trencar tabús i fomentar el respecte. També es va posar èmfasi en l'accés als productes menstruals i a la igualtat d'oportunitats. Aquesta activitat contribueix a promoure una educació en salut integral i valors d'equitat.

24 d'abril de 2026

## APRENEM A TENIR UN ESTIL DE VIDA SALUDABLE



L'alumnat de 1r d'ESO va participar en l'activitat "Aprenem a tenir un estil de vida saludable".

S'hi van treballar hàbits com l'alimentació equilibrada, l'activitat física i el descans.

L'alumnat va poder reflexionar sobre la importància del benestar físic i emocional en el dia a dia.

24 d'abril de 2026

ES02

## TALLER DE TABAQUISME



Els nois i noies de 2n d'ESO van participar en un taller de prevenció del tabaquisme. En aquest taller s'hi van tractar els riscos del consum de tabac i altres dispositius com els vapejadors.

Aquesta activitat va servir per promoure hàbits de vida sans amb el nostre alumnat.

## TALLER DE SEXUALITAT I AFECTIVITAT AMB PERSPECTIVA DE GÈNERE

L'alumnat de 2n d'ESO va participar en un taller de sexualitat i afectivitat amb perspectiva de gènere.

24 d'abril de 2026

S'hi van abordar temes com el respecte i la diversitat afectivosexual. També es va reflexionar sobre els estereotips de gènere i les relacions saludables.



Un taller per contribuir a desenvolupar una mirada crítica i respectuosa en les relacions.

24 d'abril de 2026

ES03

## EMMIRALLA'T: "EL MÉS IMPORTANT ÉS COM ET MIRES"

A 3r d'ESO vam realitzar el taller Emmiralla't. En aquest taller, l'alumnat va participar en una activitat per reflexionar sobre la pressió estètica i els cànons de bellesa actuals. i es van analitzar els factors socials que la sostenen, com el racisme, el classisme o la grassofòbia.

També es va treballar el paper dels mitjans i les xarxes socials en la construcció de la imatge corporal. Tot plegat, amb l'objectiu de promoure una visió positiva i respectuosa del propi cos.



24 d'abril de 2026

ESO4

## CINEFÒRUM "NO ESTÀS SOLA!"



La investigadora i humanista Diana Pinzón, especialitzada en educació sexual, afectiva i menstrual va realitzar amb l'alumnat d'ESO4 un cinefòrum sobre el documental "No estás sola!"

L'activitat va afavorir el pensament crític, l'empatia i la identificació de situacions d'abús o maltractament i va oferir eines per prevenir aquestes situacions i saber demanar ajuda quan sigui necessari.

24 d'abril de 2026

## CAMINADA A MONTSERRAT



Com a cloenda de les Jornades de Salut, tant l'alumnat com el professorat d'ESO van participar en la tradicional caminada fins a Montserrat, des de l'escola.

Aquesta activitat, que es duu a terme cada any, és una sortida molt especial i esperada per tota la comunitat educativa.



24 d'abril de 2026

Durant el recorregut vam poder gaudir de la natura en un dia esplèndid.

Un cop més, va ser una experiència molt enriquidora i compartida.

