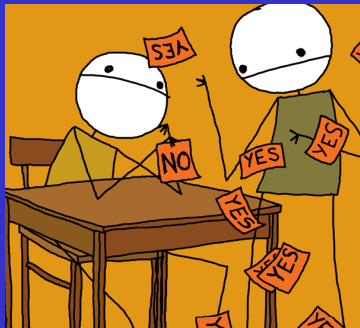




SALUT I ESCOLA: ELS TALLERS

Autores: Coma Roura, Anna; Sayós Freixer, Gemma; infermeres ABS Centelles (2)



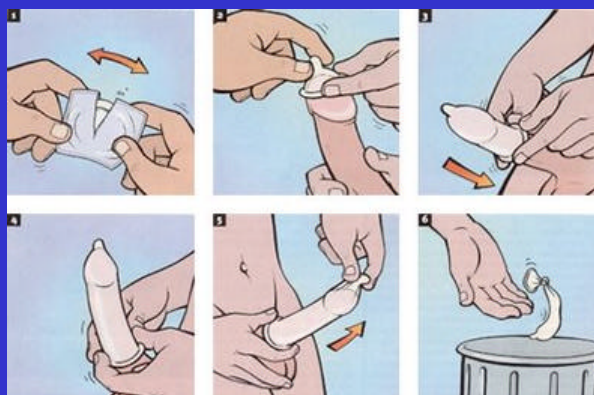
OBJECTIUS

-Objectiu Principal:

•Fer arribar la informació necessària sobre temes com: primers auxilis, alimentació, exercici físic, sexualitat, com prendre decisions, organitzar una farmaciola; als adolescents de les nostres escoles mitjançant tallers, xerrades i activitats de diferents tipus.

-Objectiu Secundaris:

- Primers auxilis:** que els adolescents tinguin un mínim de coneixements davant de ferides obertes, cops, pèrdues de coneixements, cremades, butllofes, vòmits, diarrees, picades, mossegades i febre.
- Alimentació:** donar a conèixer els diferents grups d'aliments i l'alimentació equilibrada en els adolescents.
- Exercici físic:** donar a conèixer els beneficis i els riscos de l'exercici físic.
- Sexualitat:** donar a conèixer els diferents mètodes anticonceptius, com posar un preservatiu, malalties de transmissió sexual, respecte en la parella, tipus de sexualitat, embaràs no desitjat.
- Prendre decisions:** parlar entre tots de les conseqüències de prendre decisions en diferents situacions en què es poden trobar.



MATERIAL

- videos, projeccions, activitat amb material sanitari, preservatius i altres mètodes anticonceptius, fitxes i cartolines per a realitzar tallers i activitats.



RESULTATS



Elaboració d'un esmorzar i un dinar complet i equilibrat en grups de 2 o 3 persones mitjançant fitxes on hi ha diferents aliments incloent-hi la beguda. Activitat realitzada a 1r ESO i 3r ESO.



Després de l'explicació teòrica, cures, embenats i resolució de diferents casos en grups de 2 o 3. Taller realitzat a 3r i 4r ESO i 1r Batxillerat.



Explicació teòrica i després pràctiques de com posar un preservatiu. Taller realitzat a 3r ESO.



Prenem decisions en diferents situacions i creem un debat. Activitat realitzada a 6è de primària.



Taller teòric + video amb explicació dels avantatges i inconvenients de fer exercici físic en l'adolescència. Explicació de com fer l'activitat física més divertida i agradable en aquesta edat. Taller realitzat a 3r ESO.

