
Les Escoles Bressol Municipals d'Olot impulsen dues propostes per a famílies amb infants de 0 a 3 anys

Un dels projectes són els Grups de Famílies, un espai de suport i aprenentatge per a famílies amb infants de fins a 1 any. Amb una sessió quinzenal, les famílies reben suport i guies sobre la criança i comparteixen experiències amb la resta de participants.

L'altre és una xerrada que abordarà els punts claus d'una alimentació saludable en la primera infància.

Saber acompanyar els infants durant els seus primers anys de vida és important per a una bona criança, tant en la conducta i els hàbits com en l'alimentació. Conscients d'aquestes inquietuds entre les famílies, les Escoles Bressol Municipal d'Olot ofereixen aquesta tardor, dues propostes pensades per ajudar a les famílies amb infants de 0 a 3 anys: els Grups de Famílies a les Escoles Bressol Municipals i la conferència sobre l'alimentació saludable en la primera infància.

Grups de Famílies a les Escoles Bressol Municipals

Cuidar i acompanyar les nostres criatures no sempre és fàcil. Entendre què els passa, saber com i què hem de fer, saber què necessiten i viure el dia a dia a vegades es converteix en una tasca difícil i solitària. Per això, l'Àrea de Cultura i Educació de l'Ajuntament d'Olot han impulsat els Grups de Famílies, un espai de suport i aprenentatge per a famílies amb infants de fins a 1 any.

Des del grup de famílies es pretén donar suport i guiar a les famílies en el procés de criar els seus fills. Compartir experiències, coneixements i emocions amb altres persones en situacions similars pot ser de gran ajuda i enriquiment. Per això, amb aquesta iniciativa es busca crear un espai segur, acollidor i de confiança on les famílies puguin connectar i aprendre juntes. El grup està conduït per Laia Panyella, de Ranura, especialista formada en Intervenció Sistèmica en famílies i infants, que ofereix assessorament i suport emocional, així com informació actualitzada i basada en l'evidència sobre temes relacionats amb la criança, l'educació i el desenvolupament infantil.

Les trobades es fan quinzenalment i es divideixen en dos grups diferents, segons les edats dels infants. Cada grup acull entre 6 i 8 famílies. En total, es faran 6 sessions d'octubre a desembre. Totes les sessions compten amb 30 minuts extres per poder atendre aspectes més personals de cada família.

Formar part del projecte és gratuït per a les famílies, ja que compta amb el finançament de l'Ajuntament d'Olot i el Departament de Drets Socials de la Generalitat de Catalunya.

Cada sessió del grup de famílies està dissenyada per abordar els temes que més preocupi al grup de famílies en relació a les seves criatures, així com el moviment lliure, els límits, el joc, la comunicació i la gestió de les emocions. A més, les sessions també promouen un espai on les famílies puguin compartir les seves pròpies experiències, generant un ambient d'empatia i solidaritat.

Un dels principals objectius del projecte és fomentar la creació de vincles i relacions duradores entre les famílies participants. Al compartir les seves vivències i coneixements, poden aprendre els uns dels altres i trobar solucions als reptes que es van trobant. Aquest enfocament col·laboratiu i de suport mutu ajuda a construir una xarxa d'amistat i companyonia que s'estén més enllà de les sessions, de tal manera que s'espera que tingui un efecte després en la relació de les famílies.

L'Ajuntament d'Olot ho impulsa juntament amb Ranura, un centre dedicat a l'atenció emocional, terapèutica i educativa a infants, adolescents, famílies i professionals des del 2015. La seva metodologia es mou per un acompanyament humanista, sortint de la visió cognitiva i conductual, i apostant per una atenció integral.

L'alimentació saludable en la primera infància

Per altra banda, s'ha organitzat una xerrada per tractar l'alimentació durant els primers anys de vida. Titulada "L'alimentació saludable en la primera infància", anirà a càrrec de la dietista i nutricionista del Centre d'Atenció Primària d'Olot, **Alba Serra**, i està basada en la Guia d'alimentació saludable en la primera infància creada pel Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya el 2022.

Tal com indica la guia, "l'educació alimentària en aquesta franja d'edat té l'objectiu d'aconseguir, a més d'un bon estat nutricional, l'aprenentatge d'hàbits alimentaris saludables i sostenibles". Per això, des de l'Àrea de Cultura i Educació de l'Ajuntament d'Olot i l'Institut Català de la Salut s'organitza aquesta xerrada, la qual es centrarà bàsicament en l'alimentació a partir de l'any, quan molts infants ja hauran provat la majoria d'aliments característics de la dieta familiar. Entre d'altres, es donaran consells alimentaris, es parlarà de la introducció de nous aliments i de com acompanyar els àpats dels infants per desenvolupar al màxim la seva autonomia gaudint d'aquesta estona.

Serà el dijous 28 de novembre, a les 18 h, a la Sala d'actes de l'Hospici. L'entrada és gratuïta.