



- Des de la FaPaC ens agradaria saber quina és la vostra opinió sobre l'E-Butlletí. Si ens la voleu donar, escriviu-nos a [comunicació@fapac.net](mailto:comunicacio@fapac.net)

- Si a la vostra AMPA dureu a terme una festa o alguna activitat puntual que estigui oberta al públic, feu-nos arribar la vostra proposta. Nosaltres us la publicarem en aquest butlletí. Podeu comunicar-ho [aquí](#).

- Si sou una AMPA federada i a la vostra escola esteu duent a terme un projecte relacionat amb el lleure i l'educació podeu donar a conèixer la vostra experiència. Escriviu-nos a [comunicacio@fapac.net](mailto:comunicacio@fapac.net) i en farem difusió als propers e-butlletins.

## SUMARI

*del 26 d'octubre al 9 de novembre de 2007*



**Actualitat FaPaC: Les xarxes educatives als pobles**



**Actualitat FaPaC: Educació per a la ciutadania**



**Actualitat CEAPA: La CEAPA reclama límits al pes de les motxilles**



**Opinió FaPaC: Mossegar-se les ungles**



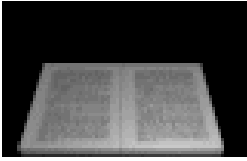
## NOTÍCIES

### Les xarxes educatives als pobles

Amb aquest títol es van celebrar els passats dies 19 i 20 d'octubre les **14s Jornades d'Escola Rural de Catalunya**. La cita va ser a les Borges Blanques, a l'IES Josep Vallverdú.

L'activitat més destacada de la Jornada va ser la

### Web destacada:



- Com ja sabeu, la FaPaC és una entitat que treballa per motivar la lectura entre els infants de casa nostra. En aquesta línia avui us volem recomanar una web de contes. Es tracta de **Una mar de contes**, una pàgina on podreu trobar-hi una gran varietat d'històries de casa nostra i de fora. Animeu-vos a explicar-les als vostres fills i filles!

### Campanya destacada:



- La Generalitat de Catalunya està posant en marxa una campanya per fomentar la lectura a casa nostra. Es tracta del **Pla Nacional de Lectura** que s'inspira en una campanya iniciada a Anglaterra l'any 2000: **National Reading Campaign: Building a literate nation**. Aquesta iniciativa va



creació de l'**Observatori de l'Educació en el món rural de Catalunya**, de la qual FaPaC n'és membre constituent. L'Observatori vol esdevenir un centre de documentació i producció de materials d'investigació i de trobada entre les diferents entitats i administracions vinculades a l'educació als pobles. Entre els principals objectius de treball hi ha la millora dels àmbits educatius propis del món rural. Aquest objectiu és molt important ja que a Catalunya les Zones Escolars Rurals (ZER) disminueixen.

La **FaPaC**, doncs, com a membre constituent de l'Observatori, intentarà col·laborar amb l'excel·lent feina que fan les comunitats educatives de les escoles rurals i per mantenir una educació de qualitat en tots els indrets del nostre país.

---

# MUCE

## Educació per a la ciutadania

En torn a l'assignatura d'Educació per a la Ciutadania i els Drets Humans (EpC), s'ha revifat el debat sobre el paper de l'escola i la societat en general en l'educació en valors. La FaPaC sempre ha mantingut una línia a favor de l'educació en valors i per tant, considera aquesta assignatura com una oportunitat per treballar temes que són transversals a tot el currículum educatiu.

Per debatre les expectatives creades en torn a l'EpC, la FaPaC col·labora activament amb el Marc Unitari de la Comunitat Educativa (MUCE) en una jornada que ha

augmentar el nombre de lectors del 87% al 92% en només un any.

## AGENDA

**Aquesta quinzena:**



- El proper 27 d'octubre es duu a terme la jornada **Vine al Teatre amb la FaPaC**. A través d'una sessió de teatre fòrum, la Delegació de Barcelona Ciutat ens empeny a reflexionar sobre la participació dels pares i mares a les escoles. A càrrec del grup Forn de Teatre Pa'Tothom, us esperem a partir de les 10:30h a l'IES Sant Josep de Calassanç de Barcelona.

Per als pares i mares de la província de Tarragona, podeu assistir a aquesta activitat el proper 10 de novembre a la delegació que la FaPaC té a Tarragona. Per a més informació només cal que cliqueu [aquí](#).

- El proper 8 de novembre tindrà lloc una Trobada d'AMPA de Secundària de Barcelona Ciutat. La trobada servirà per debatre "El paper de les AMPA an la millora del rendiment escolar". La cita

de servir perquè, entre els diferents membres de la comunitat educativa, poguem reflexionar sobre els continguts i les competències que s'han de treballar. El proper 7 de novembre, doncs, es durà a terme una jornada on diferents ponents exposaran les seves propostes pedagògiques o reflexions al voltant de l'assignatura.

Des de la FaPaC us emplacem a assistir a la Jornada. Podeu trobar el programa i el formulari d'inscripció a la web del [MUCE](#).



## La CEAPA reclama límits al pes de les motxilles

Des de la Confederació Espanyola d'Associacions de Mares i Pares d'Alumnes (CEAPA) es demana que el govern espanyol segueixi l'exemple de l'italià i limiti el pes màxim de les motxilles dels escolars.

La secretària general de l'entitat, Encarna Salvador, explica que "després de tots els estudis realitzats i de conèixer la incidència que té el pes de les motxilles en futurs problemes d'esquena, ha arribat el moment de prendre mesures". Salvador també compara la problemàtica de l'obesitat infantil amb el pes de les motxilles i conclou que la seva prevenció hauria de ser "tan prioritària com evitar l'obesitat entre els menors".

serà a la seu de Barcelona a les 19h.



Escola de Pares

- Comencen els cursos de l'Escola de Pares de la FaPaC. La primera xerrada serà sobre l'educació per al consum i anirà a càrrec de la psicòloga Mireia Roig. El dia 29 d'octubre a partir de les 19:30h a l'IES Serrat i Bonastre de Barcelona. Per a més informació contacteu amb [escoladepares@fapac.net](mailto:escoladepares@fapac.net).

- "Eduquem els fills per viure en la societat de consum" és el títol de la conferència que ha organitzat l'EdP per al proper 31 d'octubre. A càrrec de Núria Ribera s'analitzaran els hàbits i valors consumistes de la nostra societat i com afecten als nostres infants. La cita serà a partir de les 18:30h al Centre Cívic Can Folguera de Santa Perpètua de Mogoda. Per a més informació contacteu amb [escoladepares@fapac.net](mailto:escoladepares@fapac.net).



## Mossegar-se les ungles

S'estima que hi ha 600 milions de persones que es mosseguen les ungles en el món. Aquest hàbit també anomenat onicofàgia afecta al 50% dels joves entre els 10 i 18 anys. L'adolescència, especialment nens, és l'època de la vida en la qual esdevé amb major intensitat. Després va disminuint fins al 23% entre els 18 i 22 anys d'edat. La majoria abandonen aquest hàbit cap als 30 anys d'edat. Però un 10% dels adults segueix mossegant-se la ungles.

Mossegar-se les ungles és un hàbit clarament relacionat amb situacions de tensió, excitació, avorriment, inactivitat o estrès. En ocasions l'origen està en la imitació d'altres membres de la família, sobretot els nens petits. Aquests poden mossegar-se les ungles més sovint si tenen problemes a l'escola o amb els companys.

Mossegar-se les ungles és l'hàbit més freqüent dels "produïts per nervis". Encara que n'hi ha molts més: succionar els dits, furgar el nas, enrotllar-se i llençar-se del pèl, mossegar-se la galta per dintre, fer petar les dents durant el somni, gratar-se o voltejar vertiginosament un llapis entre els dits. Aquesta activitat cessa quan s'està realitzant un treball actiu.

Recentment i, per motius de clarificació mèdica, s'inclou a l'onicofàgia dintre dels trastorns obsessius-compulsius (TOC) -recorden a Jack Nicholson en "Millor Impossible"- . No obstant això, no vol dir que si un es mossega les ungles tingui un TOC. Els adults intenten ocultar aquesta activitat compulsiva en públic ficant-se les mans en les butxaques, entrellaçant els



- D'altra banda, l'Escola de Pares de la FaPaC ha començat a col·laborar amb l'Associació Catalana per la Infància Maltractada (ACIM). Aquesta col·laboració fa el primer pas i l'EdP i ACIM impartiran, conjuntament, un taller-xerrada sobre l'ús d'internet per part dels infants de casa nostra. La proposta vol acostar les noves tecnologies a totes les llars catalanes. L'objectiu es comprendre què és Internet, disposar de les eines necessàries per assegurar un ús segur d'aquest entorn per els teus fills, sense riscos i amb seguretat i gaudir de les activitats més adequades per tothom. Podeu sol·licitar aquestes xerrades a través de l'AMPA de la vostra escola. L'activitat es durà a terme en sessions pràctiques d'un mínim de una hora i mitjà a la sala d'ordinadors de l'escola. Per a més informació podeu enviar un e-mail a [escoladepares@fapac.net](mailto:escoladepares@fapac.net).

bits o agafant-se les mans darrere l'esquena. Pot provocar-los vergonya, no voler fotografiar-se i evitar el contacte social. Les conseqüències de la onicofàgia inclouen enrojolament dels dits, ungles d'aspecte desagradable, infeccions i deformacions tant dels dits com malposicions de les dents. El tractament de l'onicofàgia va dirigit a descobrir els factors estressants, canviar els hàbits de comportament i d'higiene i associar mètodes de barrera. Si el nen/jove sembla estar sotmès a situacions de tensió és convenient observar el comportament a casa i consultar la seva situació en l'entorn escolar (amics, jocs, rendiment escolar). Reduir la tensió provocada per jocs electrònics, pel·lícules de terror o replantejar la dinàmica familiar. Mai se l'ha d'avergonyir o castigar ja que és un comportament que no ajuda i crea més tensió.

És convenient juntament amb el nen/a fer un pla de treball per controlar l'hàbit. Ensenyar-li a veure com els pares cuiden les seves ungles és útil com exemple. Al mateix temps se li pot fer la manicura perquè tingui les ungles bé retallades i netes. Utilitzar laca d'ungles transparent per a nens li proporciona un aspecte més saludable. A les nenes, pintar les ungles amb colors clars pot ser estimulants per a no "espatllar la seva figura" i que les seves ungles siguin atractives. Un reforç positiu com posar adhesius o donar-li privilegis, estimula a perseverar en el canvi. Si això no funciona, és recomanable utilitzar un reforç negatiu tipus tint amarg que es ven a les farmàcies per a recordar que no ha de mossegar-se les ungles. A casa se li pot promoure altres activitats per a distreure'l en moments avorrits com jugar, dibuixar, cantar o fer els deures. Si ho accepta, a l'arribar a casa li podem col·locar uns guants fins de fil, una polsera o tiretes de colors. Si manifesta massa ansietat en les seves activitats convé consultar amb un expert en comportament per a esbrinar l'origen i ensenyar-li tècniques de relaxació.

---

## **deleGacions**

**Barcelona Ciutat**

**Barcelona Comarques**

**Girona**

**Lleida**

**Tarragona**

---

## **INFORMACIÓ PRÀCTICA**

- La Federació d'Associacions de Pares i Mares de Catalunya, FaPaC, t'enviarà dues vegades al mes aquest butlletí electrònic amb totes les novetats d'interès per a les AMPA i el moviment de pares i mares.

- Si vols posar-te en contacte amb nosaltres o fer-nos algun suggeriment, envia un email a **[comunicacio@fapac.net](mailto:comunicacio@fapac.net)**

No és possible aplicar totes aquestes estratègies ja que dependrà, entre altres coses, de l'edat del nen i de la bona predisposició dels seus pares. Es tracta d'oferir sistemes per a eliminar l'hàbit però el nen/a ha d'estar interessat en eliminar-lo. En el cas d'adolescents que rebutgin el consell dels seus pares el plantejament ha de ser més senzill. Se li confirmarà que "com propietari/a de les seves ungles" ha d'escollir el tractament que cregui més convenient: al cap i a la fi són el seu propis companys i amics/as els qualsjutjaran la bellesa de les seves mans.

Recentment, a Holanda, s'ha engegat una clínica per als qui es mosseguen les ungles. Han dissenyat una pròtesi dental que impedeix mossegar-se la ungles.

### **Dr. Santiago García-Tornel**

Professor Associat de Pediatria de la U.B  
Servei de Pediatria, Hospital Sant Joan de Déu

- Si no rebeu correctament el butlletí de la FaPaC, us el podeu descarregar en format PDF [aquí](#).

- Ets una AMPA federada i vols fer una consulta? Ens les pots fer arribar via web [aquí](#).

---

Com a conseqüència de l'accés als nostres serveis, vostè consent que les dades personals que ens facilita siguin incorporades en un fitxer de titularitat de FaPaC, amb la finalitat de mantenir-lo informat Si no desitja ser informat a través de mitjans electrònics, ens ho pot indicar enviant un e-mail a [\*\*comunicacio@fapac.net\*\*](mailto:comunicacio@fapac.net)

Les opinions expressades en aquest butlletí pels col·laboradors de la FaPaC són pròpies d'aquests i no han de ser compartides forçosament per aquesta entitat.

**fapac.net© 2007**