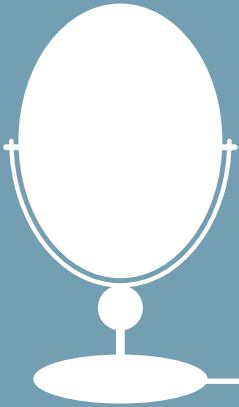


QUAN NO T'AGRADES, EMMALALTEIXES



PROGRAMA DE PREVENCIÓ DE TRASTORNS
DEL COMPORTAMENT ALIMENTARI
I PROMOCIÓ DE LA SALUT

Activitats per a escoles,
famílies i personal docent



QUI SOM

- Una entitat sense ànim de lucre nascuda el 1992 a mans de pares i mares que tenien una filla diagnosticada d'anorèxia nerviosa a l'Hospital Clínic de Barcelona, amb la col·laboració dels professionals de la unitat de tractament
- La nostra missió és ajudar a persones afectades per un trastorn de la conducta alimentària i a les seves famílies proporcionant-los un servei de suport psicosocial i acompanyament, així com fer sensibilització social sobre aquests trastorns
- El 2007 vam crear la Fundació Imatge i Autoestima amb la finalitat concreta de prevenir els trastorns de la conducta alimentària i promoure la salut, especialment entre la població infanto-juvenil.

EL PERQUÈ DE LA PREVENCIÓ

- 1 de cada 20 adolescents pateix un trastorn de la conducta alimentària
- Un 5% de les persones que pateixen anorèxia moren a causa d'aquesta
- Requereixen una mitjana de 4-5 anys per recuperar-se
- Provoquen un elevat patiment i dolor tant a la persona afectada com a la seva família

Més val prevenir que curar

TALLERS DIRIGITS A INFANTS I ADOLESCENTS

L'objectiu dels nostres tallers és doble:

- **Prevenir els trastorns de la conducta alimentària** com l'anorèxia i la bulímia nervioses
- **Detectar possibles casos a l'aula** i proporcionar **assessorament** sobre **com actuar davant d'aquests**.

Apostem per la promoció dels factors de protecció com a “**vacuna psicològica**”:

- **Autoestima saludable**
- **Imatge corporal positiva**
- **Sentit crític vers la pressió social** per tenir un determinat cos
- **Respecte per la diversitat corporal**
- **Estil de vida saludable.**

Totes les activitats són dutes a terme per **psicòlogues especialistes en TCA** i estan **adaptades a l'edat i característiques de cada grup**.

La nostra **metodologia** és **pràctica** i **convida a participar els nois i noies de forma activa** durant el desenvolupament de l'activitat.

PRIMÀRIA	3r i 4rt de primària	<u>El Mirall Fantàstic</u> : 1 hora (80 €)
	5è i 6è primària	<u>Amb el cos no s'hi juga</u> : 1,5 hores (120 €)
SECUNDÀRIA	1r i 2n d'ESO	<u>M'agrado tal com sóc I</u> : 2 hores (160 €)
	3r i 4rt d'ESO	<u>M'agrado tal com sóc II</u> : 2 hores (160 €)
BATXILLERAT	Batxillerat	<u>Mites i hàbits alimentaris</u> : 2 hores (160 €)
GRUPS AMB NEE	Grups amb NEE	<u>Jo sé cuidar-me</u> : 1 hora (80 €)

Un cop finalitzada l'activitat de prevenció, **què fem els professionals de Fundació IMA si detectem un cas de risc a l'aula?**

- **Donem pautes al professorat de l'escola**
- **Escoltem la consulta de l'alumne i l'orientem sobre què cal fer**
- **Atenem a la família i derivem al servei d'informació immediata i orientació de l'Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia.**

FORMACIÓ PRESENCIAL I ON-LINE PER A PROFESSIONALS

EQUIPS DOCENTS I PSICOPEDAGÒGICS

Els **objectius** són:

- **Saber què són els trastorns de la conducta alimentària**
- **Conèixer les senyals d'alerta dels TCA**
- **Saber actuar davant d'un possible cas de TCA**
- **Aprendre com prevenir els TCA des del centre escolar.**

Curs de 16 hrs reconegut com a activitat de formació d'acord amb l'Ordre ENS/248/2012 del DOGC 6205 incloses en el Pla de Formació Permanent del professorat del Departament d'Ensenyament.

Aquells centres educatius que participen del nostre programa de tallers educatius per a joves, **disposen de dues places totalment becaades** per al professorat i equip psicopedagògic.

MONITORS/ES DE MENJADOR

Els **objectius** són:

- **Saber què són els trastorns de la conducta alimentària**
- **Aprendre a identificar les senyals d'alerta en el menjador escolar**
- **Saber com actuar davant d'un possible cas de TCA al menjador escolar**
- **Conèixer com fomentar un hàbit alimentari saludable des del menjador escolar.**

Curs de 8 hores.

PROFESSIONALS DE LA SALUT

Els **objectius** són:

- **Saber què són els trastorns de la conducta alimentària**
- **Aprendre a identificar les senyals d'alerta en la consulta**
- **Saber com actuar davant d'un possible cas de TCA**
- **Conèixer com és el tractament del TCA**

Curs de 8 hores.

En el cas de les **infermeres del Programa Salut i Escola, la Fundació IMA** porta a terme aquest curs **en col·laboració amb l'Agència de Salut Pública de Catalunya**, per a més informació contacteu amb nosaltres.

XERRADES I CONFERÈNCIES PER A PERSONES ADULTES I FAMÍLIES

El meu fill/a s'agrada? Prevenim l'anorèxia i la bulímia des de casa:

- **L'objectiu** és que **les famílies coneguin què són els TCA, com es desenvolupen i què poden fer per prevenir-los i detectar-los a temps.**
- **Dirigida a famílies amb fills i filles de 0 a 18 anys**
- **Durada: 1,5 hores**
- **Modalitat:** Es pot escollir **presencial o on-line.**

Alimenta l'autoestima del teu fill/a:

- **L'objectiu** és que **les famílies coneguin pautes de criança que afavoreixin una autoestima saludable en els més menuts i menudes de casa.**
- **Dirigida a famílies amb fills i filles de 0 a 12 anys**
- **Durada: 1,5 hores**
- **Modalitat:** Es pot escollir **presencial o on-line.**

Gestió de les emocions i sentiments a l'adolescència:

- **L'objectiu** és que **les famílies coneguin en què consisteix l'adolescència i què poden fer des de casa per acompanyar els seus fills i filles durant aquesta etapa vital de forma exitosa.**
- **Dirigida a famílies amb fills i filles de 10 a 18 anys**
- **Durada: 1,5 hores**
- **Modalitat:** Es pot escollir **presencial o on-line.**

T'agrada el que veus al mirall?

- **L'objectiu** d'aquesta xerrada és **reflexionar sobre alimentació i l'actual culte al cos. Com ens afecta? Com podem protegir-nos de la pressió social que ens envolta en relació a la imatge corporal?**
- **Dirigida al públic en general**
- **Durada: 1,5 hores**
- **Modalitat:** Es pot escollir **presencial o on-line.**

ASSESSORAMENT A PROFESSORAT, EQUIPS PSICOPEDAGÒGICS, FAMÍLIES I PERSONES AFECTADES PER UN TCA

La Fundació Imatge i Autoestima treballa conjuntament amb l'Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia. Des d'aquesta es fa atenció directa a persones afectades per un trastorn de la conducta alimentària i també a les seves famílies, a través dels següents serveis:

- **Servei d'informació immediata i orientació telefònica (93 454 91 09 / acab@acab.org)**
- **Acompanyament i assessorament individualitzat**
- **Grups de suport a familiars de persones afectades**
- **Formació a familiars de persones afectades**
- **Grups de suport a persones afectades**

INSCRIPCIONS

- El període d'inscripció està obert al llarg de tot el curs escolar.
- Cal fer la reserva de places trucant al **93 454 91 09** o enviant un correu electrònic a **malegret@acab.org**
- L'activitat preventiva es realitza a les instal·lacions del centre sol·licitant amb totes les mesures de seguretat.

Amb el suport i col·laboració:



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut



Generalitat de Catalunya
**Departament de Treball,
Afers Socials i Famílies**



**Ajuntament
de Barcelona**



Diputació de Girona



**Diputació
Barcelona**

**Fundació
Josep Botet**



**Fundación
Antoni
Serra Santamans**