

EDUCACIÓ SECUNDÀRIA OBLIGATÒRIA

3r d'ESO

INFORMACIÓ GENERAL
curs 2022-23



COL·LEGI SANT JOSEP
FUNDACIÓ DE CULTURA I PROMOCIÓ SOCIAL

www.stjosep.com / fcps@stjosep.com

Apresiasi Famílies,

És inqüestionable que la instrucció i la formació dels alumnes és una tasca complexa, llarga i difícil. Aquesta tasca ha de ser feta amb la confiança i la col·laboració dels pares, que sou els autèntics responsables de l'educació dels vostres fills.

La clau de l'èxit del nostre Projecte Educatiu està, sobretot, en l'estreta col·laboració dels tres estaments bàsics que conformen el Col·legi: pares, professors i alumnes. Si algun d'aquests se'n desentén, serà una causa important per a no poder aconseguir plenament l'objectiu final que tots desitgem.

Tant als alumnes que arriben per primer cop al Col·legi, com als que ja el coneixen, desitgem que s'hi trobin bé i que el temps que hi romanguin els serveixi per treure'n el màxim profit en la seva formació acadèmica i personal.

DIRECCIÓ I CLAUSTRE DE PROFESSORS

El nostre Col·legi ha tingut sempre molt present la importància de mantenir la voluntat de millorar constantment. Hem vist que tal com estan les coses avui en dia necessitem un sistema de gestió que ens permetés afrontar els nous reptes amb òptimes garanties. És per això que estem treballant en l'àmbit del que anomenem Projecte qualitat.

El curs 2010-2011 al Col·legi Sant Josep es va iniciar el "Projecte Qualitat" sota el guiatge i l'assessorament de la Fundació Escola Cristiana de Catalunya, per tal d'obtenir la certificació d'un Sistema de Gestió de la Qualitat segons la norma ISO 9001:2015, i a partir d'aquí continuar el camí cap a l'excel·lència.

La MISSIÓ del Col·legi Sant Josep

El Col·legi Sant Josep de Sant Sadurní d'Anoia és un centre concertat i confessional cristià obert a tothom que faci l'opció pel nostre estil educatiu. És un centre amarat de la tradició i la cultura del nostre país, que vetlla per la defensa i la promoció de la seva identitat. Té per objectiu oferir un servei educatiu adaptat a les necessitats i a la realitat de cada alumne, tot promovent les activitats formatives i culturals que complementin la seva formació integral.

L' estil educatiu del centre propugna una visió cristiana de l'home, de la vida i el món, tot cercant fer síntesi entre Fe i Cultura, fonamentat en la llibertat i la responsabilitat, així com en l'actitud de servei i en la promoció de la justícia, la pau i la solidaritat. Un estil que creu en una educació transformadora de la societat i que fa dels alumnes agents compromesos en un món més just i fratern.

FUNCIONS DELS DELEGATS PARES

Poden ser delegats els pares, mares o tutors legals d'un alumne del Centre, que s'ofereix de forma voluntària a exercir aquest paper.

La figura dels pares i les mares delegats de classe no està regulada normativament, però la necessitat de comunicar-se d'una manera fluïda i ràpida amb tots els membres que formen la comunitat educativa de la nostra escola, fa que impulsem aquesta figura.

La principal funció dels delegats és servir d'enllaç entre tutors, pares i col·laborar amb ells.

El delegat ha de:

Afavorir el contacte amb els pares del grup-classe facilitant el seu e-mail que restarà a disposició de les famílies en la web del Centre.

Servir d'enllaç i comunicació entre els tutors i els pares dels alumnes d'un grup-classe:

- Copsar les inquietuds dels pares, comunicar i proposar solucions als problemes que puguin sorgir en relació al grup-classe.
- Sempre que es requereixi, col·laborar amb els tutors en el desenvolupament de les activitats del curs.

Assistir a les reunions del Centre en què se'ls convoqui.

Exposar les inquietuds del grup i contrastar-les en les reunions establertes amb Junta de Pares i representants de l'Equip Pedagògic.

Es faran com a mínim dues reunions al llarg del curs:

- Primer trimestre: presentació de delegats i anàlisi del treball pedagògic que s'està duent a terme.
- Tercer trimestre: per a fer una avaluació i presentació de propostes per al curs vinent.

Analitzar la detecció de problemes que calgui traslladar a l'Equip Directiu.

Potenciar cada dos anys la renovació del seu càrrec a principi de curs.



CARTA DE COMPROMÍS EDUCATIU

COMPROMISOS PER PART DEL CENTRE:

- A que els membres del Claustre de Professors i PAS respectin el projecte educatiu del centre i molt especialment el seu caràcter propi i les normes d'organització i funcionament.
- Compartir informació amb la família sobre l'organització, les concrecions del currículum, les opcions metodològiques, els criteris d'atenció a la diversitat i d'avaluació i de pas de curs que es formulen en el projecte educatiu, i el caràcter propi del centre, les normes de funcionament i els serveis que s'hi ofereixen.
- A que els alumnes rebin una educació integral, orientada al ple desenvolupament de la personalitat, amb respecte als principis democràtics de convivència i als drets i les llibertats fonamentals.
- A respectar les conviccions religioses, morals i ideològiques de la família i de l'alumne o alumna.
- A fomentar els valors recollits en el caràcter propi del centre i especialment els de l'honestetat, la responsabilitat, el respecte i l'esforç.
- A donar informació sobre el projecte educatiu i les normes d'organització i funcionament del centre.
- A informar la família sobre el progrés de l'aprenentatge e integració socioeducativa del seu fill així com dels criteris d'avaluació.
- A escoltar la família en aquelles decisions que afectin l'orientació acadèmica i professional dels seus fills i procurar una adequada orientació personal, acadèmica i professional al llarg de tota l'escolaritat, a través de la figura del tutor, les activitats específiques programades en les hores de tutoria i el gabinet d'orientació.
- Adoptar les mesures educatives adients per atendre les necessitats específiques de l'alumne o alumna i mantenir-ne informada la família.
- Informar la família de les tasques d'estudi que cal fer fora de l'horari lectiu, del seu grau d'acompliment i de la valoració que se'n fa en el procés d'avaluació.

- Comunicar a la família les inassistències no justificades de l'alumne o alumna al centre, i qualsevol altra circumstància que sigui rellevant per al seu desenvolupament acadèmic i personal.
- Oferir uns serveis de menjador i transport i unes activitats extraescolars que contribueixin al desenvolupament de diverses dimensions dels alumnes: activitats esportives, artístiques-musicals, d'idiomes...
- Facilitar informació sobre allò que interessa a la família en relació a l'escola a través de reunions de pares, la pàgina web, taulers d'anuncis, circulars informatives.
- Establir canals de comunicació per tal de facilitar un seguiment de l'evolució acadèmica i personal de l'alumne/a: els butlletins de qualificacions de cada trimestre, les reunions del tutor/a amb els grups d'alumnes i les entrevistes personalitzades de tutoria..., entenent que cada alumne rebrà les diferents informacions dirigides als pares.
- Mantenir comunicació regular amb la família per informar-la de l'evolució acadèmica i personal de l'alumne o alumna.
- Atendre en un termini raonable les peticions de reunió o entrevista de la família.
- Oferir assessorament a la família en l'adopció de criteris i mesures que afavoreixin l'evolució de l'alumne o alumna i del rendiment escolar, en particular per mitjà de la tutoria.
- Informar les famílies de les activitats que es desenvolupin en horari escolar i extraescolar.

COMPROMISOS PER PART DE LA FAMÍLIA:

- Respectar el projecte educatiu del centre i molt especialment el seu caràcter propi i les normes d'organització i funcionament del centre, donant suport als procediments de sanció educativa si es produeixen transgressions greus de les normes i instar al fill/a a fer el mateix.
- Vetllar i estimular el fill o filla per tal que compleixi amb el seu deure bàsic d'estudiar i perquè realitzi puntualment les tasques encomanades pel professorat del centre.
- A que el fill o filla s'esforci per aconseguir el màxim desenvolupament segons les seves capacitats.
- A que el fill o filla cursi els ensenyaments obligatoris i assisteixi a totes les classes amb puntualitat, comunicant al centre amb promptitud qualsevol incidència al respecte.

- Adoptar les mesures que puguin afavorir el rendiment i progrés escolar del fill o filla, d'acord amb el centre.
- Interessar-se per l'evolució personal i els aprenentatges dels fills i filles.
- Fomentar el respecte per a tots els components de la comunitat educativa.
- Reconèixer l'autoritat del professorat i, mes específicament, la de l'equip directiu i inculcar al fill o filla una relació basada en el respecte i consideració.
- Facilitar al centre, amb puntualitat, les informacions del fill o filla que siguin rellevants per al procés d'aprenentatge.
- A garantir els hàbits d'higiene i d'ordre.
- Fomentar el respecte i el bon ús dels materials i de les instal·lacions.
- A pagar les quotes per les activitats complementàries, extraescolars i pels serveis escolars que realitzi i en faci ús el fill/a.
- Sol·licitar entrevista amb el tutor o tutora del fill o filla o amb alguna persona de l'equip directiu, quan sigui necessari per conèixer, participar i recolzar l'evolució acadèmica del fill o filla o sobre algun altre aspecte relacionat amb el nostre fill.
- Atendre les peticions d'entrevista i les comunicacions formals que efectuï el centre, dintre d'uns terminis raonables.
- Participar en les activitats que estableixi el centre per millorar el rendiment del fill o filla.
- Informar el fill o filla del contingut d'aquests compromisos.
- Instar el fill/filla a respectar les normes específiques de funcionament del centre en particular aquelles que afecten la convivència escolar i el normal desenvolupament de les classes i activitats: puntualitat, atenció, esforç, col·laboració, moderació, correcció en el vestir i en la imatge personal, respecte a les persones i als mitjans disponibles, prohibició de l'ús de suports digitals (telèfons mòbils, smartwatches, aparells electrònics, així com altres objectes no adients a la tasca escolar) dins l'àmbit escolar, sense permís del professorat o de la direcció del Col·legi.
- Educar els fills i les filles en el deure de l'estudi, acompanyar-los en l'organització del temps d'estudi a casa, proporcionar les millors condicions possibles per fer les tasques escolars a casa i supervisar la preparació dels materials necessaris per a l'activitat escolar.
- Fomentar el respecte, la solidaritat i la resolució dialogada de conflictes.

CARACTERÍSTIQUES

DELS ALUMNES DE 3r ESO

Els alumnes de 3r d'ESO es troben en l'etapa adolescent. Les característiques personals que podríem destacar en aquesta etapa són:

A NIVELL PSICOMOTOR

- Es van fixant els canvis físics i determinant les formes i característiques que després tindran com a adults. En alguns casos, poden arribar a originar conflictes relacionats amb l'acceptació del propi cos.
- Donen molta importància a l'aparença externa i a la pròpia imatge, que relacionen amb l'acceptació social i el desig d'integració en el grup.
- Pot ser el moment de l'aparició i, més endavant el desenvolupament del desig sexual.
- Els esports que requereixen habilitat i destresa tenen un valor destacat per a molts adolescents. De vegades però, comencen a aparèixer hàbits de comoditat i passivitat que provoquen el distanciament de l'activitat física.

A NIVELL COGNITIU

- Acostumen a fer-se més paleses les diferències entre les capacitats intel·lectuals dels estudiants i s'accentua la diversitat d'estils d'aprenentatge. El grup-classe acostuma a ser molt més heterogeni que en altres nivells educatius.
- Alguns adolescents comencen a fer servir processos deductius per estudiar, mentre d'altres encara necessiten partir de fets i situacions estretament connectades amb la realitat. Els factors que determinen aquestes diferències estan relacionats amb l'entorn familiar i social, el grau de motivació i estimulació proposats, el nivell del llenguatge adquirit, l'hàbit lector..., entre d'altres.
- Són capaços de reflexionar; fan servir el dubte fictici i poden alternar els punts de vista segons diferents perspectives. Adopten algun mètode per sistematitzar les idees i, la seva manera de pensar es va

ajustant cada vegada més a les lleis lògiques. És una etapa clau per al desenvolupament de la capacitat de reflexió.

- S'assoleix la superació del pensament concret i apareix el pensament abstracte, que els permetrà operar amb conceptes i saber raonar.
- Comencen a mostrar-se responsables davant el futur perquè es veuen forçats a decidir: cal escollir itineraris, opcions, modalitats, pensar en la futura professió...

DESENVOLUPAMENT AFECTIU

- Manifesten una especial necessitat de sentir-se atractius davant dels altres, de ser acceptats pel seu aspecte físic i exterioritzar les qualitats que més valoren d'ells mateixos.
- Es va consolidant la identitat personal, alhora que progressa la individualitat i la diferenciació respecte als altres. El desajust entre com són en realitat i el model que s'han proposat pot ocasionar algun problema psicològic.
- Poden començar a formar-se les primeres parelles i la idealització de persones de l'altre sexe.
- Arriben al descobriment de "l'altre" com a complement vital: assagen les primeres experiències afectives.

A NIVELL SOCIAL

- Quan els adolescents aconseguen un determinat espai de llibertat, disminueixen les tensions dins l'entorn familiar.
- Van aclarint quin és el model de relació que volen amb els diferents grups socials. Comencen a valorar més l'afinitat afectiva i no tant la complicitat en actuar d'una mateixa manera. També aprenen maneres de comportar-se en societat.
- Consideren molt important la seva intimitat i la defensen.
- Acostumen a posar de manifest el conflicte generacional i poden sentir-se d'un món diferent al dels adults. Els costa acceptar les

normes i els valors dels grans. Es qüestionen el motiu d'algunes prohibicions i exposen preguntes abans d'acceptar les normes. Amb tot però, estan més oberts a l'acceptació de les regles socials i l'autoritat raonada.

- Tenen un sentiment profund d'autonomia (diners, horaris...).
- La transmissió de valors passa de ser vertical o familiar a ser horitzontal (supervaloració dels amics i de les normes del grup).

A NIVELL ÈTIC

- ❖ Van avançant cap a una autonomia personal, comencen a prendre decisions i a reflexionar sobre determinades actituds i principis ètics. La capacitat reflexiva els permet conciliar punts de vista diferents a l'hora de pensar , i d'eliminar aspors en el tracte amb els altres.

DISTRIBUCIÓ HORÀRIA 3r ESO 2022-23

MATÈRIES	CLASSE A									CLASSE B									CLASSE C									DESDOBLAMENTS																	
	1T			2T			3T			1T			2T			3T			1T			2T			3T			A1	A2	A3	A4														
	1T	2T	3T	1T	2T	3T	1T	2T	3T	1T	2T	3T	1T	2T	3T	1T	2T	3T	1T	2T	3T	1T	2T	3T	CLASSE A	CLASSE B	CLASSE C	AULA desdobl.																	
CATALÀ	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	A. Varias	A. Córdoba	M. Contreras	A. Córdoba																	
CASTELLÀ	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	S. Hormigos	H. Niubò	S. Hormigos	H. Niubò																	
ANGLÈS	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	A. Vicini	F. Sáez	F. Sáez	A. Vicini																	
FRANCÈS / ALEMANY	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	M. Gulu	S. Martínez	M. Guasch	S. Martínez																	
MATEMÀTIQUES	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	I. Navarret	L. Ràfols	I. Navarret	L. Ràfols																	
FIQ I BIO	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	A. Llopert	J. Verge	A. Llopert	J. Verge																	
	CLASSE A																											CLASSE B									CLASSE C								
COM. SERV. / EVP	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	S. Martínez	I. Navarret	A. Esteve / A. Solé																	
SOCIALS	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	P. Valdeperas	P. Valdeperas	M. Cuscó																	
EDUC. FÍSICA	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	A. Solé	A. Esteve	A. Esteve																	
TECNO	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	J. Jansana / J. Grases	J. Jansana / J. Grases	J. Jansana / J. Grases																	
RELIGIÓ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	J. Eroles	J. Eroles	J. Eroles																	
TUTORIA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	A. CORDOBA	L. RAFOLS	I. NAVARRET																	

3r ESO 22/23	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	<p><u>C</u>AST SHM A1 Classe B <u>C</u>AST HNB A2 Classe A <u>C</u>AT MCC A3 Classe C <u>C</u>AT ACG A4 Aula C</p>	<p><u>A</u>NG AVO A1 Classe A <u>A</u>NG FSM A2 Classe B <u>F</u>RA MGS A3 Classe C <u>A</u>LE SMT A4 Aula C</p>	<p><u>M</u>AT IND A1 Classe A <u>M</u>AT LRP A2 Classe B <u>F</u>IB ALV A3 Classe C <u>F</u>IB JVG A4 Aula C</p>	<p><u>M</u>AT IND A1 Classe A <u>M</u>AT LRP A2 Classe B <u>F</u>IB ALV A3 Classe C <u>F</u>IB JVG A4 Aula C</p>	<p><u>F</u>IB ALV A1 Classe A <u>F</u>IB JVG A2 Classe B <u>M</u>AT IND A3 Classe C <u>M</u>AT LRP A4 Aula C</p>
2	<p><u>F</u>RA MGC A1 Classe A <u>A</u>LE SMT A2 Classe B <u>A</u>NG FSM A3 Classe C <u>A</u>NG AVO A4 Aula C</p>	<p><u>F</u>IB ALV A1 Classe A <u>F</u>IB JVG A2 Classe B <u>M</u>AT IND A3 Classe C <u>M</u>AT LRP A4 Aula C</p>	<p>3r ESO A SOCI PVP 3r ESO B <u>R</u>ELI JEO 3r ESO C <u>E</u>FI AEE</p>	<p><u>A</u>NG AVO A1 Classe A <u>A</u>NG FSM A2 Classe B <u>F</u>RA MGS A3 Classe C <u>A</u>LE SMT A4 Aula C</p>	<p>3r ESO A <u>T</u>ECNO: JJP Classe A JGS info2 3r ESO B <u>E</u>FI AEE 3r ESO C <u>S</u>OCI MCV</p>
3	<p><u>F</u>IB ALV A1 Classe A <u>F</u>IB JVG A2 Classe B <u>M</u>AT IND A3 Classe C <u>M</u>AT LRP A4 Aula C</p>	<p><u>C</u>AT AVR A1 Classe B <u>C</u>AT ACG A2 Classe A <u>C</u>AST SHM A3 Classe C <u>C</u>AST HNB A4 Aula C</p>	<p>3r ESO A <u>T</u>ECNO: JJP Classe A JGS info2 3r ESO B <u>S</u>OCI PVP 3r ESO C <u>S</u>OCI MCV</p>	<p>3r ESO A <u>S</u>OCI PVP 3r ESO B <u>T</u>TORIA 3r ESO C <u>T</u>ECNO: JJP Classe C JGS info2</p>	<p><u>M</u>AT IND A1 Classe A <u>M</u>AT LRP A2 Classe B <u>F</u>IB ALV A3 Classe C <u>F</u>IB JVG A4 Aula C</p>
4	<p>3r ESO A <u>E</u>FI ASC 3r ESO B <u>S</u>OCI PVP 3r ESO C <u>R</u>ELI JEO</p>	<p>3r ESO A <u>E</u>FI ASC 3r ESO B <u>E</u>FI AEE 3r ESO C <u>T</u>ECNO: JJP Classe C JGS info2</p>	<p>3r ESO A <u>T</u>TORIA 3r ESO B <u>T</u>ECNO: JJP Classe B JGS info2 3r ESO C <u>T</u>TORIA</p>	<p><u>C</u>AT AVR A1 Classe B <u>C</u>AT ACG A2 Classe A <u>C</u>AST SHM A3 Classe C <u>C</u>AST HNB A4 Aula C</p>	<p><u>C</u>AST SHM A1 Classe B <u>C</u>AST HNB A2 Classe A <u>C</u>AT MCC A3 Classe C <u>C</u>AT ACG A4 Aula C</p>
5	<p>3r ESO A SMT <u>P</u>ROJECT 3r ESO B IND <u>E</u>D.VISUAL I PLAST 3r ESO C ASC/AEE <u>P</u>ROL HORIT 3r ESO A IND <u>E</u>D.VISUAL I PLAST 3r ESO B ASC/AEE <u>P</u>ROL HORIT 3r ESO C SMT <u>P</u>ROJECT</p>	<p><u>C</u>AST SHM A1 Classe B <u>C</u>AST HNB A2 Classe A <u>C</u>AT MCC A3 Classe C <u>C</u>AT ACG A4 Aula C</p>	<p><u>F</u>RA MGC A1 Classe A <u>A</u>LE SMT A2 Classe B <u>A</u>NG FSM A3 Classe C <u>A</u>NG AVO A4 Aula C</p>	<p>3r ESO A <u>R</u>EL JEO 3r ESO B <u>T</u>ECNO: JJP Classe B JGS info2 3r ESO C <u>E</u>FI AEE</p>	<p><u>A</u>NG AVO A1 Classe A <u>A</u>NG FSM A2 Classe B <u>F</u>RA MGS A3 Classe C <u>A</u>LE SMT A4 Aula C</p>
6	<p>3r ESO A ASC/AE <u>P</u>ROL HORIT 3r ESO B SMT <u>P</u>ROJECT 3r ESO C IND <u>E</u>D.VISUAL I PLAST</p>	<p><u>M</u>AT IND A1 Classe A <u>M</u>AT LRP A2 Classe B <u>F</u>IB ALV A3 Classe C <u>F</u>IB JVG A4 Aula C</p>	<p><u>F</u>IB ALV A1 Classe A <u>F</u>IB JVG A2 Classe B <u>M</u>AT IND A3 Classe C <u>M</u>AT LRP A4 Aula C</p>	<p><u>F</u>RA MGC A1 Classe A <u>A</u>LE SMT A2 Classe B <u>A</u>NG FSM A3 Classe C <u>A</u>NG AVO A4 Aula C</p>	<p><u>C</u>AT AVR A1 Classe B <u>C</u>AT ACG A2 Classe A <u>C</u>AST SHM A3 Classe C <u>C</u>AST HNB A4 Aula C</p>



CALENDARI ALUMNES 3r i 4t ESO -CURS 2022-

SETEMBRE 2022						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
			1	2	3	4
5	6	7 INICI 1a AVAL	8 FESTIU	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

OCTUBRE 2022						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12 FESTIU	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31 LLIURE ELECCIÓ						

NOVEMBRE 2022						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
	1 FESTIU	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11 setmana ciència	12	13
14 setmana ciència	15 setmana ciència	16 setmana ciència	17 setmana ciència	18 setmana ciència	19	20
21	22 SANTA CECILIA	23	24	25	26	27
28	29 FESTA LOCAL	30				

DESEMBRE 2022						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
			1	2	3	4
5 INICI 2a AVAL	6 FESTIU	7	8 FESTIU	9 LLIURE ELECCIÓ	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21 FESTA NADAL	22	23	24	25
26	27	28 NOTES	29	30	31	

GENER 2023						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
						1
2	3	4	5	6 FESTIU	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

FEBRER 2023						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
		1 RECUP. CURSOS ANT.	2 RECUP. CURSOS ANT.	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20 LLIURE ELECCIÓ	21	22	23	24	25	26
27	28					

MARÇ 2023						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
		1	2	3	4	5
6	7	8 INICI 3a AVAL	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24 SANT JOSEP	25	26 P.O.
27 Viaatge Cantàbria	28 Viaatge Cantàbria	29 Viaatge Cantàbria	30 Viaatge Cantàbria	31 Viaatge Cantàbria	NOTES 1r a 3r	

ABRIL 2023						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10 FESTIU	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21 SANT JORDI	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAIG 2023						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
1 FESTIU	2 LLIURE ELECCIÓ	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

JUNY 2023						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
			1	2	3	4
5	6	7	8	9 NOTES	10	11
12	13	14	15 PROVES ORDIN. TRES	16 PROVES ORDIN. TRES	17 Cura lit 4t	18
19 TRESALL SINTESI	20 TRESALLS TRES	21	22	23	24	25
26	27 11 DE GLASSES	28 NOTES	29	30		

JULIOL 2023						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

AGOST 2023						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

DATES A RECORDAR

- **AVALUACIONS I LLIURAMENT DE QUALIFICACIONS:**
 - **1a AVALUACIÓ:** Del 7 de setembre al 2 de desembre
 - **2a AVALUACIÓ:** Del 5 de desembre al 7 de març
 - **3a AVALUACIÓ:** Del 8 de març al 20 de juny
- **LLIURAMENT DE QUALIFICACIONS:**
 - **1a AVALUACIÓ:** 21 de desembre
 - **2a AVALUACIÓ:** 31 de març
 - **3a AVALUACIÓ:** 9 de juny
 - **FINALS:** 28 de juny
- **FESTES DE LLIURE ELECCIÓ:**
 - 31 d'octubre
 - 9 de desembre
 - 20 de febrer
 - 2 de maig
- **FESTES LOCALS:**
 - 29 de novembre
 - 8 de juny (tarda) Rengle
- **FESTES ESCOLARS DE CAIRE INTERN:**
 - 22 de novembre: SANTA CECÍLIA
 - 17 de desembre (tarda): FIRA DE NADAL
 - 21 de desembre: FESTA DE NADAL
 - 19 de març (matí): PORTES OBERTES
 - 17 de març (tarda): SANT JOSEP
 - 21 d'abril: SANT JORDI
- **CONVOCATÒRIES D'EXÀMENS:**

- **CONVOCATÒRIA EXTRAORDINÀRIA FEBRER (recuperació curs anterior – alumnes 2n, 3r i 4t ESO):**

1 i 2 de febrer

- **CONVOCATÒRIA ORDINÀRIA DE JUNY (recuperació i/o millora):**

15 i 16 de juny

CALENDARI D'EXÀMENS

3r ESO curs 2022-2023		
1r TRIMESTRE	2n TRIMESTRE	3r TRIMESTRE
<p><u>OCTUBRE</u></p> <p>12: FESTIU 13 i 14: LISTENING 14: BIOLOGIA 18: CASTELLÀ 19: MAPES CATALUNYA 21: MATEMÀTIQUES 27 i 28: READING 31: LLIURE ELECCIÓ</p>	<p><u>GENER</u></p> <p>20: FÍSICA I QUÍMICA 24: CASTELLÀ 27: MATEMÀTIQUES</p>	<p><u>ABRIL</u></p> <p>11: CASTELLÀ 14: FÍSICA I QUÍMICA 19: MAPES EUROPA 21: SANT JORDI 26: EXCURSIÓ 27 i 28: READING 28: MATEMÀTIQUES</p>
<p><u>NOVEMBRE</u></p> <p>1: FESTIU 7: RELIGIÓ GRUP C 9: RELIGIÓ GRUP B 10: RELIGIÓ GRUP A 14: ALEMANY (grup 1) 15: ALEMANY (grup 2) 15: CATALÀ (llibre lectura) 22: SANTA CECÍLIA 22: CATALÀ (CONTINGUT) 23: SOCIALS 24: ANGLÈS 25: MATEMÀTIQUES 28: FRANCÈS 29: FESTIU 30: TECNOLOGIA</p>	<p><u>FEBRER</u></p> <p>1 i 2: RECUPERACIÓ DE CURSOS ANTERIORS 9 i 10: READING 13: RELIGIÓ GRUP C 15: MAPES ESPANYA 16: RELIGIÓ GRUP A 20: LLIURE ELECCIÓ 22: RELIGIÓ GRUP B 23: ANGLÈS (A3 i A4) 24: ANGLÈS (A1 i A2) 27: ALEMANY (grup 1) 28: ALEMANY (grup 2) 28: CATALÀ (llibre lectura)</p>	<p><u>MAIG</u></p> <p>1: FESTIU 2: LLIURE ELECCIÓ 15: ALEMANY (grup 1) 15: RELIGIÓ GRUP C 16: ALEMANY (grup 2) 17: RELIGIÓ GRUP B 18: RELIGIÓ GRUP A 22: CATALÀ (llibre lectura) 23: CATALÀ (llibre lectura) A1 24: SOCIALS 25: ANGLÈS 26: FÍSICA I QUÍMICA 29: CATALÀ (CONTINGUT) 30: CASTELLÀ 31: ENTREGAR PROJECTE TECNO (A i B)</p>
<p><u>DESEMBRE</u></p> <p>2: FiQ o BIOLOGIA 5: CASTELLÀ 6: FESTIU 7: EXCURSIÓ 8: FESTIU 9: LLIURE ELECCIÓ 15 i 16: LISTENING</p>	<p><u>MARÇ</u></p> <p>1: SOCIALS 2: CASTELLÀ 3: FiQ O BIOLOGIA 6: FRANCÈS 7: CATALÀ (CONTINGUT) 8: TECNOLOGIA 10: MATEMÀTIQUES 17: SANT JOSEP (TARDA) 23 i 24: LISTENING</p>	<p><u>JUNY</u></p> <p>1: PROJECTE TECNO (C) 2: MATEMÀTIQUES 5: FRANCÈS 9: RENGLLE (tarda) 14: EXCURSIÓ 15 i 16: CONVOCATÒRIA ORDINÀRIA 15 a 20: TREBALL SÍNTESI 20: ÚLTIM DIA CLASSES 28: NOTES FINALS</p>

OBJECTIUS DE L'ACCIÓ TUTORIAL

La nostra acció tutorial a 3r d'ESO pretén motivar i guiar als alumnes per a què assolixin amb èxit els objectius establerts per aquest curs. Les coordenades de la nostra acció tutorial es basen en els següents punts:

- ✓ El treball de tutoria es fonamenta en els valors formatius dels nostres alumnes i pretén facilitar els aprenentatges i orientar vers un itinerari curricular que, en el futur, els dirigeixi a una adequada elecció professional.
- ✓ Pretenem que l'alumne gaudeixi dels progressos formatius i cognitius que li permetran sentir-se realitzat i estimulat en el seu procés d'aprenentatge.
- ✓ Treballem per a què l'alumne visqui integrat en la dinàmica del col·legi i s'identifiqui amb els valors que se li transmeten.
- ✓ Pretenem fomentar l'autonomia en l'acció i impulsar la capacitat d'independència, de decisió crítica i l'exercici de la responsabilitat.
- ✓ Continuem facilitant estratègies i tècniques d'estudi i d'aprenentatge que ajudin a treballar millor els continguts propis del currículum.
- ✓ També incidim en el respecte als altres (persones, grup-classe, grups socials), tenint en compte les diferències personals i educant amb un esperit de solidaritat, democràcia i respecte.
- ✓

TUTORIES 3r ESO

3r ESO A: Alba Córdoba / Xavier Diéguez.....fcps.alba.cordoba.@stjosep.com
fcps.xavi.dieguez@stjosep.com

3r ESO B: Laia Ràfols.....fcps.laia.rafols@stjosep.com

3r ESO C: Imma Navarretfcps.imma.navarret@stjosep.com

ASPECTES ESPECÍFICS DEL CURRÍCULUM

A partir del 2n trimestre, els alumnes de 3r d'ESO seran informats de les assignatures optatives que podran escollir per a 4t d'ESO. N'hauran d'escollir 3 (les altres 7 són obligatòries), tenint en compte els seus estudis futurs. Per a poder-ho fer se'ls assessorarà des de les tutories.

Posteriorment les famílies rebran un full amb tots els itineraris i entre tots es decidirà quina és la millor opció per als vostres fills i filles.

❖ TREBALL DE SÍNTESEI (TRES)

Aquest treball de Síntesi es concentra en els últims dies lectius del curs. Aquest any a més de les exposicions orals dels treballs, els alumnes podran practicar amb els "scape rooms" virtuals que es crearan.

❖ DEPARTAMENT D'ORIENTACIÓ PSICOPEDAGÒGICA

El departament d'orientació psicopedagògica és un servei del col·legi que té com a objectiu atendre les necessitats psicoeducatives dels nostres alumnes. Realitza una tasca de suport a l'acció tutorial i atén les necessitats individuals i/o del grup-classe.

Cap del departament: Rosa Ma. Esteve

Psicòlogues ESO: Rosa Ma. Esteve, Anna Borja i Montse Urgell

ACTIVITATS FORMATIVES I D'ORIENTACIÓ

Les activitats relacionades a continuació estan acuradament seleccionades per aconseguir alguns dels objectius de l'acció tutorial i per complementar aspectes curriculars. Els temes relacionats amb aquestes activitats tenen una vinculació directa amb les necessitats educatives, els interessos personals i les influències de l'entorn dels adolescents. Informen sobre situacions que poden ser pròpies de la realitat dels joves d'avui dia; consciencien i ajuden a treballar valors humans; complementen el treball d'orientació professional fet des de la tutoria; fomenten la reflexió i actuen d'escenari d'accions col·lectives, reforçant la unió i la identitat del grup.

ACTIVITATS DEL CURS

- **CAMPANYA DE RECOLLIDA D'ALIMENTS**

Aquest curs el col·legi continuarà amb la campanya de col·laboració solidària juntament amb *Càritas Parroquial de Sant Sadurní*. Els alumnes de 3r d'ESO hi participaran aportant aliments destinats a ser distribuïts als usuaris del Banc d'Aliments de Càritas de Sant Sadurní d'Anoia.



- ❖ **EL GRAN RECAPTE**

Com cada any, la FUNDACIÓ BANC D'ALIMENTS demana voluntaris per a col·laborar en el recapte. Aquest any es poden apuntar per a participar un cap de setmana del mes de desembre i el cap de setmana següent o l'altre també es podrà ajudar per obrir paquets, classificar i emmagatzemar els productes. Des de la tutoria se n'informarà.



- **SETMANA DE LA CIÈNCIA**



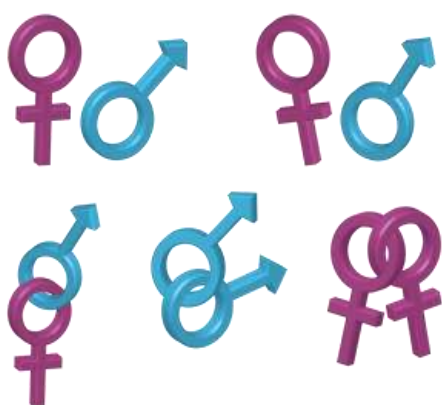
Aquest any se celebra la 27a setmana de la ciència que dedicada a **la innovació i el coneixement local** com a motor de creixement, posant en valor els actius en innovació i ciència que hi ha arreu del país. És per això que de l'11 al 18 de novembre se celebrarà a tot Catalunya i al nostre col·legi es convida els alumnes a participar en uns concursos que hi tenen relació.

- **MARATÓ DE TV3**

Cada curs acadèmic el col·legi organitza, en col·laboració amb TV3, una xerrada de sensibilització envers el tema de LA MARATÓ de TV3, que enguany tractarà sobre la "Salut cardiovascular". Aquest curs segurament serà online.



- **TALLER DE SEXUALITAT: "PREVENIR PER GAUDIR"**



Aquesta exposició la porten des de l'Ajuntament de Sant Sadurní d'Anoia. Es pretén donar una visió positiva però saludable de la sexualitat. Es parla de mites i tabús, transmissió del VIH, prevencions, etc.

És un taller de tres sessions en tres dies diferents que té molt bona rebuda entre l'alumnat.

- **CELEBRACIÓ DE SANTA CECÍLIA. DIA DE LA MÚSICA**



En motiu de la diada de Sta. Cecília, el departament de música del col·legi està preparant pel dia 22 de novembre una sèrie d'activitats per a celebrar la festa de la música.

- **CAMPUS D'ESTIU DE L'IQS: IMAGINA EL TEU FUTUR**

A finals de juny, els alumnes que s'hi inscriuin podran participar en aquest campus que pretén familiaritzar els nois i noies de 3r d'ESO amb les disciplines universitàries que s'imparteixen a l'Institut Químic de Sarrià i ajudar-los a escollir les matèries que volen cursar a 4t d'ESO. Les inscripcions s'obren passat Setmana Santa.

L'IQS és un prestigiós centre universitari especialitzat en enginyeries industrial, química, bioenginyeria, administració i direcció d'empreses i programes de doctorat. El nostre col·legi és un centre vinculat a aquesta universitat.



- **ACTIVITATS PROVIATGE FI DE CURS**

Durant el 2n i 3r trimestre, els alumnes de 3r ESO faran una sèrie d'activitats pensades per ajudar a pagar-se el viatge de fi d'etapa que faran a 4t ESO. Es tracta d'accions col·lectives, on cal la col·laboració de tot el grup i que, a la vegada, serveixen per fomentar el treball en equip i la voluntat de cooperació. Les activitats es concreten en l'organització d'un bar el dia de *Portes Obertes* (13 de març) i la venda d'un article que els alumnes escolliran durant el primer trimestre.



NORMATIVA DE CONVIVÈNCIA

DRETS I DEURES DEL ALUMNES

Cal que entre tots, pares i professorat, vetllem en tot moment per una educació integral dels alumnes. Només treballant conjuntament amb seriositat i constància aconseguirem fer realitat els objectius que ens hem proposat.

DRETS DELS ALUMNES:

- Que sigui respectada la seva consciència cívica, moral i religiosa.
- Que el centre faciliti les oportunitats i serveis educatius per tal que puguin desenvolupar-se físicament i mentalment en condicions de llibertat i dignitat.
- A ésser educats en un esperit de comprensió, tolerància i convivència democràtica.
- A participar activament en la vida escolar i en l'organització del Centre.
- A una educació integral i personalitzada.
- A ésser respectats en la seva dignitat personal, no imposant-los sancions humiliants.
- A rebre les ajudes pertinents que puguin compensar les possibles deficiències de tipus familiar, econòmic i sociocultural, principalment als nivells d'escolaritat obligatòria.
- A que les activitats escolars vagin d'acord amb el seu nivell de maduresa i que la seva promoció en el sistema educatiu es correspongui amb el seu rendiment.
- A realitzar activitats culturals, esportives i de foment del treball en equip.
- A formular davant dels Professors i de la Direcció del Centre totes aquelles iniciatives, suggeriments i reclamacions que creguin oportunes.
- A la realització dels reconeixements mèdics necessaris, al control sanitari i a l'atenció mèdico-preventiva.

DEURES DELS ALUMNES:

Educar la convivència i el civisme dels nois(es) implica estimular les aptituds bàsiques de convivència ciutadana i afavorir l'adquisició d'un comportament democràtic lligat a la vida, l'ambient familiar, escolar i social per aconseguir una maduració harmònica de la personalitat.

- Sigues sempre puntual a les hores d'entrada; en cas de retard portaràs un justificant al tutor. Cal utilitzar l'imprès que el centre facilita.
- Sigues sempre respectuós amb tothom: professors, companys i altres persones, evitant en tot moment arribar a qualsevol actitud violenta.
- Tingues cura de la teva higiene i del teu aspecte personal: vestimenta, calçat, pentinat, ornaments, etc.
- Col·labora en el manteniment i neteja de les instal·lacions del centre.
- Sigues respectuós amb les coses que no siguin teves. Si trobes alguna cosa que no ho sigui, porta-la a Recepció o la coordinadora.
- Sigues sincer i digne en parlar. No diguis res que pugui ofendre els sentiments dels altres.
- No has de considerar com a temps d'esbarjo l'intermedi entre dues classes consecutives, per tant, no pots sortir de l'aula.
- Durant l'esbarjo, les classes restaran tancades. Sigues puntual quan vagis al pati i quan en tornis.
- Durant l'horari escolar no pots sortir del Col·legi si no és amb el permís dels pares i la supervisió de la coordinadora o del tutor.
- Durant les classes tots tenim dret al degut silenci i respecte; per tant, no corris ni cridis per les escales i passadissos.
- Recorda que la pissarra és d'ús exclusiu per a les activitats docents.
- Demuestra la teva convivència i el respecte als altres no alterant les anotacions i comentaris exposats a qualsevol mural, cartell, pissarra....

No pots utilitzar i/o exhibir sense permís en les classes, passadissos, menjador... telèfons mòbils, aparells electrònics diversos i objectes no adients a la tasca escolar. El Col·legi no es farà responsable de possibles pèrdues o desperfectes.

El mòbil podrà ser utilitzat a partir de les 13:30h fins a les 15h. exclusivament a l'exterior de l'edifici escolar, en els patis. Des de les 9h. fins a les 13:30h i de les 15h fins a les 17h els mòbils hauran d'estar guardats en els armariets amb clau de que disposen les classes.

FALTES I SANCIONS

FALTES LLEUS:

- Es consideren lleus les que correntment es fan per lleugeresa o negligència, aquestes seran motiu d'amonestació.

FALTES GREUS:

- Arribar tard a classe amb freqüència. ESO: els tres primers retards motivaran una amonestació verbal, al sisè s'adreçarà un avís escrit als pares, i al novè serà motiu d'una expulsió temporal del centre. BATXILLERAT: els tres primers retards motivaran una amonestació verbal. Al quart retard, es retirarà el carnet d'alumne dos dies. A partir dels següents retards, s'aplicarà la normativa vigent.
- Sortir del Col·legi sense autorització dins de l'horari escolar.
- No fer cas dels avisos rebuts.
- Acumulació de tres amonestacions en els diferents àmbits escolars (aula, menjador, autocar, pati, i a altres...)
- Ús de suports (telèfons mòbils, smartwatches, aparells electrònics, així com altres objectes no adients a la tasca escolar) sense permís del professorat o de la direcció del Col·legi.

FALTES MOLT GREUS:

- Manifestar actituds violentes o irrespectuoses.
- Faltar reiteradament a classe sense la justificació dels pares.
- Falsificar, alterar o amagar qualsevol anotació o comunicació dels pares o del professorat.
- Malmetre material. Els desperfectes ocasionats pels alumnes fora o dins de l'àmbit escolar aniran a càrrec de les famílies corresponents.
- Mantenir una oposició sistemàtica a la tasca educativa del centre, així com també a les normes de convivència.
- Mantenir una actitud sistemàticament negativa en els deures i treballs escolars.
- Amonestacions reiterades.
- Enregistrament i/o difusió d'imatges i àudio realitzats en l'àmbit escolar, sense permís del professorat o de la direcció del Col·legi.

FALTES I SANCIONS

SANCIONS per a les FALTES LLEUS:

El professor o tutor farà reflexionar l'alumne per tal de redreçar la seva actitud i evitar que esdevingui una falta greu.

SANCIONS per a les FALTES GREUS:

Les sancions seran valorades per l'equip de tutors, la coordinadora de la secció, i també per la Direcció i el Consell Escolar. Es podrà arribar a l'expulsió TEMPORAL del Col·legi. Donat el cas, l'alumne podrà quedar exclòs de qualsevol activitat programada en el centre.

L'ús de suports (veure apartat de faltes) sense el permís del professor o de la direcció del Col·legi, provocarà la retirada del suport utilitzat, el qual serà retingut fins que la família el vingui a recollir. En cas de reincidència s'aplicarien les sancions per a les faltes molt greus.

SANCIONS per a les FALTES MOLT GREUS:

Les sancions seran valorades per la Direcció del Col·legi conjuntament amb el Claustre de professors, i pel Consell Escolar. Es podrà arribar a l'expulsió DEFINITIVA del Col·legi.

ABSÈNCIES ESPECIALS:

- Els alumnes que faltin a classe o a algunes de les classes del dia anterior i/o del mateix dia de l'examen i no ho justifiquin degudament, podran fer l'examen però de la puntuació obtinguda es restaran DOS PUNTS.
- També es recorda que un 20% de faltes d'assistència d'una assignatura pot comportar la NO avaluació d'aquesta matèria, i al final de curs tindrà una qualificació de NO superada.
- En el cas que l'expulsió temporal d'un alumne del centre coincideixi amb la convocatòria d'un examen, aquest, se li farà sense previ avís en els dies posteriors.

NORMATIVA PER AL MENJADOR (ESO i BATXILLERAT)

El Menjador és un dels espais importants del Col·legi. Cal que ens hi trobem bé i la nostra estada ens sigui d'allò més agradable. Per a una bona convivència necessitem la predisposició i la col·laboració de tots plegats. És per això que hauríem de saber assumir i posar a la pràctica les següents observacions:

1.- La teva PUNTUALITAT ajudarà el bon funcionament del menjador. L'hora d'entrada serà a $\frac{3}{4}$ menys cinc minuts de dues. Mentrestant, t'esperaràs al pati de Batxillerat fins que sentis l'avís pertinent. L'assistència al menjador és obligatòria en tots els dies lectius i per a tots els alumnes. En els casos d'absència o retard inevitable caldrà justificar-ho al Responsable del Menjador i prèviament al tutor corresponent.

2.- El TRACTE i el RESPECTE als altres ha de ser un dels nostres objectius prioritaris. El personal de cuina, auxiliars de menjador, companys i professors mereixen una especial atenció.

3.- Per facilitar la TASCA DE NETEJA que fan els teus companys, procura deixar la taula ordenada i els estris en el seu lloc. Si es fes malbé algun utensili cal que ho comuniquis al professor encarregat de la taula.

4.- Els teus companys "Ajudants de Menjador", et PORTARAN TOT EL QUE NECESSITIS, per tant no caldrà que t'aixequis de la taula. A mesura que vagis acabant de menjar i seguint les indicacions dels Professors, podràs anar sortint sense pressa.

5.- El teu creixement i bon desenvolupament físic requereixen una alimentació equilibrada. Els cuiners s'esforcen en elaborar els menjars més adients. Pensa que NECESSITES MENJAR DE TOT.

6.- En SORTIR DEL MENJADOR, procura anar el més aviat possible cap al recinte escolar.

7.- Si creus que has de fer algun SUGGERIMENT o tens alguna QUEIXA en tot el referent al menjador, pots dirigir-te al seu responsable, en Joan Grases.

Absències especials:

No estan permeses les absències al menjador sense causa justificada. En tal cas, l'alumne haurà de notificar-ho per escrit al tutor/a i serà INDISPENSABLE que un familiar el vingui a recollir personalment al col·legi.

L'observança d'aquestes puntualitzacions ajudaran a crear un ambient molt més distès i tranquil en el nostre Menjador.

Si malgrat la bona predisposició general, algú es desentengués i no assumís els diferents apartats, esmentats anteriorment, es farà necessària l'aplicació de la NORMATIVA DE CONVIVÈNCIA del Col·legi. En alguns casos excepcionals es podran aplicar altres mesures, com haver de deixar d'utilitzar el nostre servei de menjador.

NORMATIVA PER AL TRANSPORT ESCOLAR

L'activitat escolar s'inicia en el moment en que l'alumne puja a l'autocar; és per això, que una actitud correcta ens permetrà fer un bon ús d'aquest servei. L'acompliment de la següent normativa ens ajudarà a assolir aquests objectius:

1. Al matí cal ser puntual a la parada segons l'hora establerta en el full d'itineraris i a la tarda, l'hora de sortida de darrere del Col·legi serà a les 17.05h.
2. Cal pujar i baixar de l'autocar de forma ordenada, sense donar empentes ni cridar, seguint les indicacions del monitor(a).
3. Durant el trajecte, cada alumne(a) ha de seure al seu seient. Queda prohibit aixecar-se amb l'autobús en marxa.
4. Durant el trajecte és obligatori que tots els alumnes vagin amb el cinturó de seguretat cordat.
5. En cas que anticipadament se sàpiga una absència, s'ha de comunicar al monitor(a) el dia anterior.
6. En cas que un(a) alumne(a), de forma sistemàtica, no tingui la intenció d'utilitzar el servei de transport en dies concrets, ho ha de comunicar al monitor(a).
7. Els alumnes han de respectar el vehicle: seients, vidres, cendrers ... En cas de desperfectes, se'n farà càrrec la família.
8. No es permet ni menjar, ni beure, ni fumar dins l'autocar.
9. Els alumnes han de respectar les persones encarregades del servei de transport: (monitor(a) i conductor(a)) i han de seguir les seves indicacions.
10. Queda prohibit parlar amb el/la conductor(a) durant el trajecte.
11. Abans de baixar de l'autobús, s'ha de procurar no deixar-se objectes, material escolar o deixalles.
12. Els usuaris del transport escolar han d'utilitzar la ruta que se'ls assigna; així com pujar i baixar a la seva parada. Si es vol sol·licitar un canvi de parada o de ruta, els pares ho han de demanar per escrit al col·legi, i un cop autoritzat, la responsable de transport informará el monitor(a) d'aquest canvi.
13. En cas de que es necessiti utilitzar per diferents motius una altra línia a l'assignada s'haurà de sol·licitar via correu electrònic adreçat a fcps.secretaria@stjosep.com. S'autoritzarà aquesta petició en funció de la disponibilitat de places.
14. Cal respectar, no cridar, no insultar, no donar cops ni realitzar accions que puguin molestar els companys(es).
15. **Els infants, adolescents i monitors han d'accedir al transport amb la mascareta col·locada. Caldrà fer ús de la mascareta durant tot el trajecte.**

Una correcta utilització d'aquest servei ha de ser la dinàmica habitual. En cas de produir-se alguna incidència, el monitor informará la Direcció del Col·legi de l'incompliment d'alguna d'aquestes normes i s'aplicaran les sancions oportunes, seguint la Normativa General del Centre.

ARTICLES PER A LA REFLEXIÓ...

- **ARTICLE PUBLICAT AL DIARI ARA - CRIATURES EL 27/04/2022**

Els reptes virals creixen entre els preadolescents

Aure Ferran

Per a molts preadolescents, l'obsessió per aconseguir més "M'agrada" està per sobre de les conseqüències de qualsevol acte, fins i tot si són autolesives



La idea de superar un repte, l'expectativa de ser acceptat pels altres o la possibilitat d'emular la *valentia* d'algú famós, sumat al fet que tot això passi en un entorn públic, constitueixen el caldo de cultiu ideal perquè els més joves es llancin "amb els ulls tancats" als reptes virals que circulen per les xarxes socials, especialment a TikTok i a Instagram.

El fenomen dels reptes cotitza a l'alça. Cada vegada més, els usuaris preadolescents (d'entre 10 i 14 anys) es mouen arrossegats per la "dictadura dels «M'agrada»", que consisteix en fer tot allò que els sembli necessari per guanyar popularitat. Aconseguir un dels 4.200 milions de "M'agrada" que s'estima que es fan diàriament és una tasca a la qual aquesta mena de desafiaments poden ajudar.

"Els reptes són situacions difícils o arriscades que no se sap amb certesa si es podran assolir. En l'àmbit d'internet són especialment canviants i variats, i molta gent els segueix i els fa en molt poc temps, cosa que atreu sobretot els joves, que normalment s'ho prenen com si fos un joc", apunta Irene Montiel, professora dels estudis de dret i ciència política de la UOC i investigadora del grup VICRIM - Sistema de Justícia Penal, que assenyala que "pot ser una manera molt ràpida d'aconseguir «M'agrada» i seguidors".

Segons l'Acadèmia Americana de Pediatria, les xarxes socials premien el comportament escandalós. Com més extravagant sigui, més es pot presumir. L'entorn digital, sens dubte, facilita que el cervell dels adolescents, que encara no és madur, no s'aturi a pensar en les conseqüències de les seves accions. Els adolescents no es prenen el temps necessari per considerar si el detergent per rentar la roba és un verí que els podria cremar la gola en cas d'ingerir-lo ni tampoc si l'ús inapropiat de medicaments com ara la difenhidramina (Benadryl) pot ocasionar problemes greus al cor, convulsions o un coma. Ells se centren en el fet que algú de la seva classe ho va fer i va aconseguir centenars de "M'agrada" i comentaris en una plataforma digital determinada.

La vulnerabilitat dels més joves juntament amb un entorn que premia la conducta extrema constitueixen el caldo de cultiu perfecte per al creixement d'aquest fenomen

Segons un estudi finançat per la xarxa social TikTok, un 21% dels joves d'entre 13 i 19 anys han participat en reptes en línia (el 14% dels enquestats tenien entre 13 i 15 anys i el 9% corresponien a joves d'entre 18 i 19 anys) i un 2% afirmen haver fet reptes que ells mateixos consideren perillosos (Praesidio Safeguarding, 2021).

En el cas d'Espanya, segons un estudi recent de la Universitat Internacional de la Rioja (*Viral internet challenges scale in preadolescents: An exploratory study*) que busca saber el tipus de reptes, el grau de satisfacció i les motivacions socials que tenen els adolescents per fer reptes virals a internet, un 80% han dut a terme reptes virals de tipus social (que no comporten cap perill per als participants i tenen un component social o familiar), un 20% han fet reptes solidaris (per una causa social o d'ajuda) i un 8% han completat reptes perillosos (que posen en risc la vida o la integritat física o psicològica de les persones). A més, el 15,3% dels adolescents fan reptes socials inofensius i alhora reptes virals perillosos.

No tots els adolescents se sumen als reptes

Segons l'Acadèmia Americana de Pediatria, la part del cervell encarregada del pensament racional, l'escorça prefrontal, no es desenvolupa totalment fins als 25 anys, més o menys. Per aquest motiu, els adolescents són naturalment més impulsius i tendeixen a actuar abans de pensar en les conseqüències.

En aquesta mateixa línia s'expressa Montiel, que considera que els preadolescents i els adolescents "presenten, naturalment, dificultats per controlar els seus impulsos i busquen constantment la satisfacció immediata, el plaer, l'aprovació social dels seus iguals i sentir-se part del grup". "A més a més, contínuament posen a prova els límits, els seus i els dels que els envolten, com a part del procés de construir la seva identitat i descobrir el seu potencial. A això s'hi suma el fet que són els usuaris per excel·lència de xarxes socials com ara TikTok o Instagram, on els vídeos de reptes es difonen molt de pressa entre milers de persones, algunes de les quals famoses".

8% dels adolescents a Espanya afirmen haver fet un repte viral perillós

Ara bé, no tots els adolescents se senten atrets per aquests desafiaments digitals. Segons l'experta, "els joves més predisposats a participar en els reptes virals són els que tenen més necessitat de ser acceptats, valorats o reconeguts per part dels seus iguals, però cada repte té el seu *target* particular". I continua: "Per exemple, en el repte de la balena blava els joves tenien de mitjana entre 11 i 15 anys i el contingut del repte era clarament autolesiu, per la qual cosa estava orientat a nens i nenes en situació de vulnerabilitat emocional. A més, en general, els infants que presenten vulnerabilitat social o que estan en risc d'exclusió social solen buscar més l'aprovació i l'acceptació dels altres, i això pot fer que s'impliquin en reptes més arriscats. També sabem que, en general, els reptes produeixen més satisfacció als més joves i que els nois fan més reptes perillosos que les noies, és a dir, que hi són més propensos".

Les xarxes socials són un lloc segur per als joves?

No s'ha de perdre de vista que parlem de menors i, per tant, la supervisió de com fan servir les xarxes socials els preadolescents, incloent-hi els reptes, és responsabilitat dels progenitors. El problema principal és, segons Montiel, "la manca de coneixement per part dels pares i les mares de l'existència d'aquests reptes, de les conseqüències reals o potencials que tenen i, en general, dels riscos que poden implicar les xarxes socials per als joves. Tampoc no hi ajuda el fet que el suïcidi o el comportament autolesiu que promouen alguns reptes continuïn sent tabú i que les famílies prefereixin no parlar-ne per evitar l'efecte crida, quan el diàleg i la confiança són sempre millors aliats que el silenci".

Malgrat les dades preocupants que aporten els nombrosos estudis que s'han dut a terme sobre aquest tema, "moltes famílies continuen sense adonar-se que els menors de 16 o fins i tot de 18 anys no haurien de tenir perfils a les xarxes socials, i els progenitors permeten que els tinguin, en el pitjor dels casos, a més, sense cap supervisió", es lamenta l'experta, que assenyala que un gran nombre de recerques conclouen que l'ús de les xarxes socials pot produir una deterioració i un perjudici seriosos per a la salut mental (ansietat, depressió, falta de son, ciberassetjament, hipersexualització, etc.) en una etapa clau del desenvolupament humà. "L'adolescència és un moment de reorganització total del cervell i cal tenir un entorn protector i saludable perquè els joves puguin desenvolupar tot el seu potencial. Amb les xarxes socials com a vehicle fonamental de la seva socialització, aquest potencial està en risc", conclou la professora.

En el cas concret d'Espanya, i en relació amb els models de criança, un estudi elaborat per Qustodio, en col·laboració amb Ipsos, *Famílies hiperconectades: el nuevo panorama de aprendices y nativos digitales*, indica que els pares i les mares espanyols són menys estrictes que els britànics i els nord-americans. El 36% de les famílies a Espanya es consideren estrictes, en comparació amb el 47% dels Estats Units i del Regne Unit. D'altra banda, el 64% dels progenitors espanyols pensen que són flexibles i destaquen la importància que els fills siguin autònoms.

"M'agrada" a canvi de frustració i ansietat

Participar en aquests desafiaments no surt gratis. De fet, la factura que han de pagar aquests joves no és fútil. Des de les conseqüències derivades pel repte mateix, com ara les autolesions que s'infringeixen amb el repte de la balena blava, que podien arribar fins al suïcidi, fins a la mort pel repte del Benadryl. D'altra banda, tal com assenyala la docent, inevitablement es produeixen conseqüències derivades de la difusió de les imatges amb la intenció d'humiliar o burlar-se del protagonista o la víctima, atès que "aquestes imatges perduren al llarg del temps i és difícil eliminar-les, així que, si produeixen malestar o vergonya, poden provocar problemes d'autoestima, ansietat o depressió". No hem d'oblidar que, si quan la víctima es fa gran aquestes imatges deixen d'encaixar amb el perfil digital que vol donar la persona (com ara en l'àmbit professional), "la pèrdua de control sobre les imatges pot ocasionar una gran frustració i ansietat, a més de la pèrdua d'oportunitats laborals, per exemple", adverteix.

Ima Sanchís

“No permetis mai que el teu fill o filla senti que no t’importa”

Alejandro Rodrigo, orientador familiar

Tinc 40 anys. Madrileny. Casat, dues filles. Atenc i oriento famílies amb problemes. He treballat durant 15 anys com a tècnic de llibertat vigilada amb adolescents. Políticament desencisat, fa temps que vaig deixar de seguir les notícies polítiques. Soc ateu, per solucionar les meves incerteses recorro a la filosofia



Avui l'adolescència sembla una malaltia...

Sòcrates ja deia fa més de dos mil anys que els adolescents eren uns tirans, però és veritat que avui més que mai la problemàtica que presenten és molt més accelerada.

Per què?

Per l'efecte pèndol. Venim d'una època en què hem estat molt autoritaris i ara tendim al pol oposat, i l'adolescent s'agafa el braç quan li dones la mà.

Hi ha adolescents que no suporten els seus pares; és comú?

Senten aquest rebuig perquè l'adolescència és una etapa d'autoafirmació en la qual necessiten separar-se dels seus pares per convertir-se en adults, però hi ha graus.

Quan comença a ser inquietant?

Els pares han de discernir si està passant una crisi evolutiva que l'està ajudant a créixer o una crisi involutiva que l'està perjudicant, llavors cal demanar ajuda.

I si es comuniquen poc?

És normal, ara el centre són els seus amics i no parlar-te és la seva manera de reafirmar-se, però si hem estat un referent per a ells serem capaços de rescatar la relació encara que sigui un minut; ara bé, si presentem batalla l'efecte rebot farà que s'allunyin encara més.

Si se salta les normes i és desafiador?

Invertir temps a desxifrar quin missatge ens està enviant –que potser ni ell coneix– abans que batallar cada norma és una estratègia guanyadora. Segons la meva experiència com a tècnic de llibertat vigilada de menors, com més coercitiva és la norma més rebuig produeix.

Què podem fer si diu “deixo els estudis”?

Desxifrar si està plantejant-nos un pols que el situa en un escenari de perill o de risc. El risc ha d'afrontar-lo ell, davant el perill cal que nosaltres, els pares, actuem. No és cert que amb amor tot se soluciona, la norma ha de ser la norma, però entenent on és l'adolescent.

Porros.

Tolerància zero. El consum de substàncies tòxiques sempre ha enderrocat tota la construcció de l'harmonia familiar i l'escalada una vegada que es comença és exponencial.

En tots els casos?

Un adolescent amb problemes que inicia un consum d'haixix té un futur bastant desesperançador. És molt difícil combatre-ho quan ja està establert. Cal demanar ajuda professional. No miri mai cap a una altra banda.

Què fas quan el teu fill t'insulta?

Analitzar la naturalesa de la seva ràbia, que pot ser reactiva, instrumental o patològica. En el 90% dels casos és reactiva, ells interpreten que el pare o la mare els està agredint i s'hi tornen. Necessita un treball educatiu important.

A què es refereix amb ràbia instrumental?

Quan utilitzen la violència amb un objectiu i manipulen, llavors el risc és alt.

Com cal reaccionar a l'insult?

Utilitzant les dues mans: amb la dreta assenyalar un “per aquí no”, i amb l'esquerra preguntar-se què li passa per haver arribat a aquest punt, segur que està patint.

Què fas quan no saps res de la vida del teu fill?

Assumir que has deixat de ser un referent i evitar els interrogatoris, res de preguntes que es responen amb un sí, un no, o un no sé. Has d'anar més al seu pla emocional.

Doni'm eines.

Portar un diari de la relació amb el teu fill o filla és una bona eina que et permet prendre perspectiva, saber des de quan t'insulta i quantes vegades o quan va deixar de comunicar-se, això és or per als professionals. I sobretot cal cuidar-se d'un mateix en el terreny psicològic i emocional.

Hi ha adolescents que es neguen a anar de vacances amb els seus pares.

Perdrem sempre si el pla és anar-se'n amb la família o quedar-se amb els amics, però un adolescent equilibrat hi anirà de mala gana i s'ho passarà bé. Si no va amb tu de vacances, és un indicador clar i evident que el rebuig i el nivell de risc és alt.

I si és un o una ni-ni?

A llarg termini un adolescent que no fa res es troba fatal, i només s'uneix amb d'altres que estan en la mateixa situació per reconfortar-se. Quan comença a estudiar i/o treballar la seva autoestima i autoconfiança s'eleva.

Què li sembla essencial?

Una tasca important és identificar quin estil educatiu tenim i quins són els punts forts i febles de la nostra manera d'educar. L'estil educatiu més nociu és l'absent, ni tan sols el negligent ni l'autoritari o punitiu el superen, i no va de ser o no ser a casa sinó que el teu fill o filla senti que no t'importa.

S'han triplicat els trastorns mentals i depressius en adolescents.

Tornem a l'efecte pèndol. No som un referent per a ells, abans estàvem a l'extrem de l'autoritat i ara en el col·leguisme, i les xarxes socials no ajuden perquè els han privat del silenci interior tan necessari per créixer.

Pràcticament d'un dia per l'altre el nostre fill o filla s'ha convertit en un desconegut que s'allunya de nosaltres i amb qui no hi ha manera de connectar. L'adolescència ha irromput en la seva vida i en la nostra. "Hem passat de l'afecte a la distància, de la distància a la tensió i, només en un pas més, a l'agressivitat". Alejandro Rodrigo, expert en anàlisi i investigació criminal, es dedica a la intervenció social i educativa amb menors en risc d'exclusió social, atenent menors i joves subjectes a mesures judicials, i des del seu Gabinet Concordia ajuda famílies i centres educatius. A **Cómo prevenir conflictos con adolescentes** (Plataforma) ens ajuda a comprendre quin és el nostre estil educatiu, com posar normes, entendre de quina naturalesa és la violència del nostre adolescentent, els nivells de gravetat i quan cal demanar ajuda.

- **ARTICLE PUBLICAT AL DIARI ARA - CRIATURES EL 08/10/2021**

Cinc raons per les quals Instagram és tòxic per als adolescents

La xarxa social afecta la salut mental dels joves perquè propicia la "comparació social negativa"

Aure Farran



Al voltant del 32% de les dones que fan servir Instagram se senten pitjor amb els seus cossos". Aquesta és una de les conclusions de l'informe intern que el mateix Facebook va fer sobre la seva aplicació estrella, Instagram, i que ara s'ha filtrat a la premsa. Aquesta recerca analitza l'impacte negatiu d'aquesta xarxa entre el públic i especialment entre les persones adolescents. "Cada vegada hi ha més estudis que alerten que Instagram pot afectar negativament la salut mental dels usuaris, particularment de les adolescents", afirma Ferran Lalueza, professor i investigador dels estudis de ciències de la informació i de la comunicació de la Universitat Oberta de Catalunya (UOC). "El fet que la mateixa empresa ho hagi constatat i documentat fa esvaïr qualsevol dubte que pogués haver-hi sobre aquest risc", afegeix.

Aquesta xarxa té més de 1.300 milions d'usuaris a tot el món i, encara que Instagram no és la xarxa social amb més usuaris, sí que és la que creix més: en cinc anys ha triplicat el seu nombre d'usuaris a Espanya, i és la preferida dels mil·lennials segons The Social Media Family. "Cal tenir en compte la incidència que pot tenir en una població jove", explica Lalueza. Segons l'informe intern –filtrat per Frances Haugen, una exempleada–, un dels principals efectes d'aquesta xarxa és la "comparació social negativa", que fa que els usuaris es valorin segons el seu atractiu, la seva riquesa i el seu èxit respecte als altres. "Al món irreal d'Instagram, un físic atractiu es presenta sovint com l'única porta d'entrada cap a l'èxit i l'acceptació social. Aquest missatge pot resultar dolorós, excloent i distorsionador per als qui no se senten a gust amb el seu cos", detalla el professor.

Tant Lalueza com el psicòleg de la UOC José Ramón Ubieto apunten altres raons que fan que Instagram sigui una xarxa social potencialment tòxica:

1. El físic com a presentació. "La imatge és el tret gairebé únic de presentació a la xarxa. Això fa que tot el valor recaigui sobre l'estat d'aquesta instantània i es redueixi la presentació formal", adverteix Ubieto, que afegeix que "l'efecte d'aquesta comparació pot augmentar les vacil·lacions de tot adolescent. Comparar-se amb milers de fotos fa més complicat habitar el seu cos".
2. Una realitat falsa però sempre perfecta. "El món que s'exhibeix a Instagram és un món irreal fruit d'una selecció esbiaixada (mostrem el millor i obviem el pitjor) i amb filtres embellidors. Si ens comparem amb aquest món sense ser conscients que és fictici, la nostra realitat acaba resultant bastant depriment", afirma Lalueza.
3. Un públic objectiu molt sensible. "En edats en què encara estem formant la nostra personalitat i aprenent a acceptar-nos tal com som, el contrast esmentat pot resultar particularment demolidor." Segons aquest estudi, les persones adolescents tenen una alta sensibilitat emocional, i el desenvolupament prolongat del procés reflexiu i el control cognitiu poden fer-les específicament reactives a aquest tipus de mitjans.
4. És molt difícil tancar la sessió. "Té una alta capacitat d'absorció d'interès, temps i dedicació que els priva d'altres activitats", afirma el psicòleg. En aquesta línia, Lalueza explica que "les xarxes socials estan acuradament dissenyades perquè ens hi enganxem i hi dediquem el nostre temps. Com més temps invertim a Instagram, més alt és el cost d'oportunitat en termes de coses positives que podríem estar fent i que no farem".
5. Eco tòxic. Per a Ubieto, aquesta xarxa funciona com una cambra d'eco: "Si tu comuniqués un disseny o una idea, per exemple sobre autolesions o suïcidi, aquesta xarxa et multiplica les opcions. Aquest eco és un reforç de la teva pròpia idea".

Amagar els "M'agrada", una possible solució?

"L'eliminació dels m'agrada pot pal·liar una mica aquest efecte de comparació social, però restarà valor a aquesta xarxa i farà que neixin noves xarxes a les quals sorgeixi això mateix però d'una altra manera", afirma Ubieto. "Darrere d'aquesta estratègia hi ha la intenció de les companyies de no "desanimar" els usuaris que no tenen milers de seguidors ni acumulen centenars de "M'agrada", que són la majoria", afirma Lalueza. Un consumidor desanimat que no aconsegueix tants "M'agrada" i comentaris com altres usuaris pot convertir-se fàcilment en un element passiu, i això podria ser un perill per al bon funcionament de la plataforma.

Els menors espanyols passen més de 600 hores a l'any només a Instagram

Aquesta setmana s'ha celebrat l'onzè aniversari d'Instagram i, coincidint amb l'efemèride, Qustodio, plataforma de seguretat en línia i benestar digital per a famílies, ha elaborat una anàlisi sobre el comportament digital dels menors a Instagram. S'hi recullen dades d'ús entre el setembre del 2020 i el 2021 a Espanya, el Regne Unit i els Estats Units. D'acord amb les dades de la mateixa plataforma, el 2020 les xarxes socials, en general, van experimentar un creixement d'ús en menors del 76% i TikTok va aconseguir prendre el primer lloc a Instagram a nivell mundial. Tot i passar a ocupar el segon lloc del rànquing d'apps més utilitzades, Instagram no para de créixer i en l'últim any s'observa un augment d'usuaris del 25%. Per

països, Espanya se situa al capdavant amb un augment en el nombre d'usuaris en l'últim any del 41%, enfront del Regne Unit (27%) i els Estats Units (11%).

A nivell global, el temps d'ús de l'aplicació per part dels menors ha augmentat un 16%: ha passat d'una mitjana de 50 min/dia a 58 min/dia. L'increment més gran el veiem a Espanya, on els menors passen un total de 36.500 minuts a l'any a Instagram o, cosa que és el mateix, més de 608 hores a l'any. Les dades de l'estudi mostren una mitjana de 100 minuts al dia a l'aplicació el setembre del 2021 davant dels 69 minuts que passaven el 2020, fet que suposa un augment del 45%. A causa de les llargues hores que passen els menors davant de les pantalles utilitzant aquesta xarxa social, el bloqueig d'Instagram ha augmentat un 25% respecte a les dades del 2020 i s'ha convertit en la tercera app més bloquejada per part de les famílies a nivell global, per darrere de Tik Tok (54%) i Facebook (27,5%).

"Instagram ha sigut una revolució que ha estat en constant evolució des del seu naixement. Ha passat de ser una xarxa per registrar on havies estat a un lloc on compartir, crear, fer negocis i fins i tot crear professions", apunta Eduardo Cruz, CEO i cofundador de Qustodio. "Actualment Instagram s'enfronta al repte de competir amb TikTok i complir amb les expectatives de les generacions zeta i alfa".

Bibliografia

- The mindful teen Dzung X. VO., Raincoast Books.
- Estima'm quan menys ho mereixi...Perquè és quan més ho necessito. Jaume Funes, ed. Columna
- Tormenta cerebral. Daniel J. Siegel, ed. Alba
- Inteligencia emocional. Daniel Goleman, ed. Kairos
- No ho diguis als meus pares, Pilar Guembe, Carlos Goñi, ed. Columna
- La edad del pavo. Alejandra Vallejo-Nágera, ed. Temas de hoy
- El cerebro del adolescente. David Bueno, ed. Grijalbo

- Com hem de parlar perquè els fills escoltin i com hem d'escoltar perquè els fills parlin. Adele Faber i Elaine Mazlish. Ed. Medici

- Viure amb un adolescent Entendre't amb el teu fill és possible. Sònia Cervantes. Angle Editorial

- Estima'm quan menys ho mereixi...Perquè és quan més ho necessito. Jaume Funes, ed. Columna
- Tormenta cerebral. Daniel J. Siegel, ed. Alba
- Inteligencia emocional. David Goleman, ed. Kairos
- No ho diguis als meus pares, Pilar Guembe, Carlos Goñi, ed. Columna

- La edad del pavo. Alejandra Vallejo-Nágera, ed. Temas de hoy

- Disciplina sin lágrimas. Daniel J. Siegel, Tina Payne Bryson, Ediciones B

Netgrafia

- Criatures.ara.cat
- <https://educa2.info/> (blog d'Eva Millet)
- www.solohijos.com
- www.universidaddepadres.es

faros.hsjdbcn.org (hospital sant Joan de Déu)

