

ACTA DE LA 3^a SESSIÓ DEL CONSELL D'INFANTS 2022-2023

Dilluns 16 de gener de 2023

Sessió presencial a la Sala d'Actes de la Federació Obrera, 17.30h – 19h

Assistents

- Consellers/es del Consell d'Infants: 18
 - Ajuntament: Joaquim Expósito (Cap del Negociat d'Infància i joventut) i Joel Muñoz (Tècnic d'Infància i Joventut i Dinamitzador del Consell d'Infants).
-

Activitat 1. Benvinguda, repàs de l'anterior sessió i lectura de l'ordre del dia.

La 3^a sessió del Consell d'Infants va començar a les 17.30h. En aquell moment el dinamitzador va donar la benvinguda als consellers/es, els va desitjar Bon Any Nou i un bon inici de trimestre i els va demanar que fessin les següents coses:

- Signar el full d'assistència.
- Posar-se l'enganxina amb el seu nom al pit.
- Asseure's en una de les cadires que hi havia a la sala i que estaven disposades en rotllana.

Minuts després, es va fer un recordatori de tot allò que es va treballar a la 2^a sessió i es va llegir l'ordre del dia.

Activitat 2. Joc d'inici: Les paraules encadenades.

Seguidament, es va procedir a fer el joc inicial, el qual va ser el de les paraules encadenades. En aquest cas, els consellers/es van començar a dir en veu alta una paraula que començava per la mateixa lletra amb la qual acabava l'anterior que s'havia dit. Quan un conseller/a no deia cap paraula, o la que deia era errònia, tenia una oportunitat més per intentar-ho un cop li arribava de nou el seu torn.

La primera ronda del joc la va guanyar el conseller Adrià. Ell va dir la paraula "llaç" i, ja que no hi ha cap paraula que comenci per "ç", la resta de consellers/es no van poder formar una nova paraula encadenada i van quedar eliminats.

En canvi, a la segona ronda, malgrat que era més difícil que l'anterior perquè només podien dir mots que fossin noms propis, el joc el va guanyar tots els infants degut que no van deixar d'encadenar paraules després de molts torns. Algunes de les paraules que van dir els consellers/es en aquesta ronda van ser aquestes: Aina, Anna, Oriol, Amèrica, Argentina, Austràlia, Amsterdam, *Amazon*, Laia, Ona, Oscar, Antònia, Armènia, Noruega, Atlàntic, Aràbia, Alemanya, Albert, Tarragona...

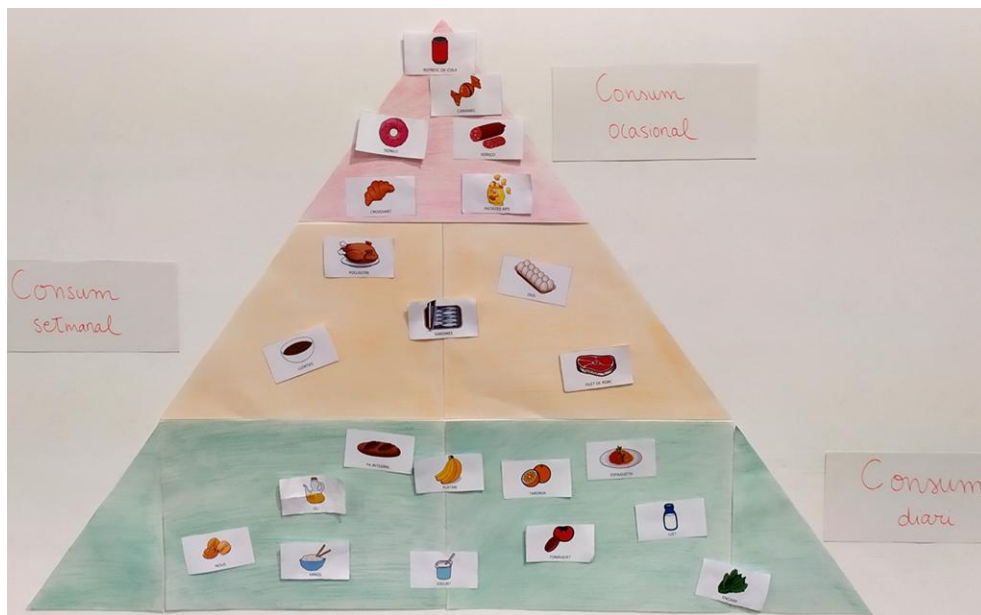
Activitat 3. La piràmide d'aliments.

Un cop finalitzat el joc, el dinamitzador va demanar als consellers/es que triessin un número entre l'1 i el 22 per tal fer-los donar una targeta en la qual apareixia un determinat aliment. Llavors, per ordre de numeració, el dinamitzador va demanar als infants que ensenyessin la targeta a tothom i diguessin l'aliment que els havia tocat per tal de classificar-lo a la piràmide dels aliments segons si és diària, setmanal o ocasional la recomanació del seu consum. Durant la dinàmica, els consellers/es van donar les seves opinions sobre alguns dels aliments a classificar i van valorar entre ells/es en quin lloc de la piràmide col·locar-los. Degut que quatre consellers/es van faltar a la sessió, van quedar quatre aliments sense classificar que, abans d'acabar el lloc, es van col·locar a la piràmide entre tots/es.



Els 22 aliments a classificar van ser aquests que apareixen a continuació:

- | | |
|---------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Taronja (consum diari) | 12. Plàtan (consum diari) |
| 2. Llet (consum diari) | 13. Donut (consum ocasional) |
| 3. Tomàquet (consum diari) | 14. Pa integral (consum diari) |
| 4. Croissant (consum ocasional) | 15. Pollastre (consum setmanal) |
| 5. Refresc de cola (consum ocasional) | 16. Sardines (consum setmanal) |
| 6. Lenties (consum setmanal) | 17. Oli (consum diari) |
| 7. Iogurt (consum diari) | 18. Patates xips (consum ocasional) |
| 8. Enciam (consum diari) | 19. Arròs (consum diari) |
| 9. Xoriço (consum ocasional) | 20. Espaguetis (consum diari) |
| 10. Ous (consum setmanal) | 21. Filet de porc (consum setmanal) |
| 11. Nous (consum diari) | 22. Caramels (consum ocasional) |



Activitat 4. Mites i veritats sobre els aliments.

Tot seguit, per tal que seguir treballant el tema de l'alimentació i incitar-los al debat de cara a la següent dinàmica, els consellers/es van participar en una breu activitat que va consistir en valorar si són certs o falsos 2 enunciats que es solen dir en relació a alguns aliments.

El primer enunciat va ser el següent: **Els aliments congelats són menys nutritius que els frescos.** En aquest cas, tots els consellers/es van dir que aquesta afirmació és certa, quan en realitat és falsa. Llavors, tot seguit, se'ls va explicar que el procés de congelació no implica una alteració

de les qualitats dels aliments, de tal manera que els aliments congelats mantenen les mateixes propietats que si els mengem frescos.

El segon enunciat va ser el següent: **Menjar xocolata provoca acne**. En aquesta ocasió va haver diversitat d'opinions, però un dels consellers va dir que aquesta afirmació és falsa i va comentar que els granets de la cara no els provoca la xocolata sinó que forma part dels canvis de l'adolescència. Efectivament, aquest conseller tenia raó i es va explicar a la resta d'infants que no hi ha evidències científiques sobre el fet que els aliments en general, i la xocolata en particular, siguin el causant de l'aparició d'acne.

Activitat 5. Debat i determinació del projecte final d'enguany.

Després, els membres del Consell van participar en un debat per plantejar i fer un recull de propostes en relació al projecte d'enguany que es podria fer, comptant amb la participació de cadascun d'ells/es, per fomentar la vida saludable a la vila de Molins de Rei.



Lavors, els consellers/es van dir les seves propostes i el dinamitzador les va anar apuntant a la pissarra per tal que quedin recollides de cara a la propera sessió, en la qual tindran l'oportunitat de prioritzar-les i seleccionar aquella o aquelles dues més votades.

Les propostes que van plantejar van ser les següents:

- Elaborar un *podcast* sobre els hàbits a adoptar per tenir un estil de vida saludable.
- Gravar petits vídeos amb missatges sobre els hàbits saludables.
- Dissenyar cartells que promoguin la vida saludable.
- Crear una cursa/carrera/duatló saludable.
- Posar *stands* sobre cuina saludable.
- Dur a terme un taller de cuina saludable.

- Realitzar una festa amb jocs tradicionals contra el sedentarisme.
- Realitzar un taller de risoteràpia que fomenti el benestar emocional.

Activitat 6. Avaluació de la sessió.

Uns minuts abans de les 19h, els consellers/es van valorar si els havia agradat la sessió, així com la durada d'aquesta. Com sempre, l'avaluació de la sessió la van fer posant un gomet a l'espai de la cartolina on figurava la opció que volien triar per avaluar els ítems mencionats anteriorment.

En aquesta ocasió es van recollir 18 valoracions. A sota, es presenta el resultat de l'avaluació:

T'ha agradat la sessió?		
Nombre total de valoracions: 18		
Sí	Neutre	No
18	0	0
100%	0%	0%

Has trobat la sessió curta o llarga?		
Nombre total de valoracions: 18		
Curta	Neutre	Llarga
1	11	6
5,6%	61,1%	33,3%

Activitat 7. Tancament de la sessió i acomiadament.

A les 19h, dues conselleres voluntàries, la Bea i la Jana, van gravar un petit vídeo explicant el que s'havia treballat en aquesta jornada del Consell d'Infants.



Tot seguit, es va procedir al tancament de la sessió junt amb l'acomiadament dels infants. Abans, però, se'ls va indicar la data de la propera sessió: el dilluns 13 de febrer.