

Estimades famílies,

Estem passant per una etapa i unes setmanes diferents per a tots i totes que ens obliga a reorganitzar-nos, treballar i estudiar de manera diferent, replantejar-nos el temps i les activitats.

Tot un repte que de ben segur aconseguirem!!!

Malgrat les dificultats, serà una oportunitat per a fer coses d'un altra manera i de gaudir del contacte amb la família.

Volem comunicar-vos que el Departament d'Orientació del centre està a la vostra disposició per a continuar atenent-vos.

cristina.sales@ieselpuig.org

dorotea.castellote@ieselpuig.org

Per a contactar amb nosaltres, podeu enviar un correu electrònic i ens posarem en contacte amb

I aprofitem per assenyalar algunes

claus importants:



RECOMANACIONS A LES FAMÍLIES

#QUEDAT A CASA

● Hem d'informar els nostres adolescents del que està succeint i del per què del confinament a casa però cal evitar que siga un tema recurrent, amb excés d'informació. Hem de respondre a les seues preguntes de manera clara i rigorosa, fugint de l'alarmisme.

● Els i les adolescents han d'estar ocupats, poden tindre temps per a jugar amb pantalles, escoltar música o veure la tele...Hem de pensar també en alguna activitat física per consumir l'excés d'energia (gimnàstica, ioga, ball ...).

● És necessari tindre un horari i unes rutines que es seguisquen tots els dies. Aquest horari ha de ser consensuat, i si és possible, estar escrit i per descomptat complir-se des del primer dia. Un temps per a fer deures, estudiar, per a menjar, descansar, per a relacionar-nos, per a dormir, per a jugar...

● És important transmetre'ls que a nosaltres, potser, també ens agradaria fer alguna altra activitat diferent però que fem el que cal fer i que tenim l'oportunitat d'estar amb ells a casa més temps del què estem habitualment. Els adolescents han de sentir-se acompanyats. Transmetrem més amb la nostra actitud i comportament que amb les nostres paraules.

● Hem d'aprofitar el temps i seguir les recomanacions del professorat dedicant a l'estudi i als deures un temps similar al que es dedicaria normalment. No només s'han de fer tasques sinó estudiar intentant assimilar els continguts marcats pels docents.

● És convenient que els nostres fills/es col.laboren i es responsabilitzen de tasques de casa.

Molts ànims i molta força per a aquestes setmanes.

