**Pack Joves Promotors de la Salut 2019-2020**

Dies 11, 13, 18, 20 i 25 de febrer de 2020  
Horari: de 9 a 14 h  
Lloc:   
**11 de febrer: aula M20-015** al mòdul M20 dels barracots del Campus de Montilivi (entrada pel costat del servei de préstec de bicis UdG)  
**13 de febrer: aula M22-001** (davant del servei de préstec de bicis UdG)  
**18, 20 i 25 de febrer: aula M20-015** al mòdul M20 dels barracots del Campus de Montilivi (entrada pel costat del servei de préstec de bicis UdG)  
  
Requisit: Només us hi podeu inscriure l’alumnat que estigueu cursant el segon curs de Grau o superior

**CALENDARI FORMACIÓ TEÒRICA (25h)**Docents de l’AECC-Catalunya contra el càncer:   
Pepi Soto: Gerent  
Cristina Orri: Coordinadora de Comunicació, Organització d’esdeveniments i Captació de fons  
Cristina Pacheco: Coordinadora Programa de voluntariat  
Mònica Rigat: Psicooncòloga, Benestar emocional  
Montse Salvachúa: Psicooncòloga, Programa de prevenció

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **BLOC 1: L’aecc i la prevenció** | **11.02.2020** | **Horari** | **Total 5h** |
| Presentació de l’estructura del crèdit | Montse Salvachúa | 9-9.30 h |  |
| Presentació de la Unitat de Compromís Social de la UdG | Salvador Agell, Unitat de Compromís Social UdG | 9.30-10 h |  |
| Què és, què som, què fem. | Pepi Soto | 10-11 h |  |
| Actes i comunicació | Cristina Orri | 11-11.30 h |  |
| Descans 30’ |  |  |  |
| Prevenció del càncer | Montse Salvachúa | 12-13 h |  |
| Dinàmica de grups | Montse Salvachúa | 13-14 h |  |
|  | | | |
| **BLOC 2: L’oncologia i la comunicació** | **13.02.2020** | **Horari** | **Total 5h** |
| Descripció del context oncològic | Montse Salvachúa | 9-9.30 h |  |
| El rol de l’oncòleg | Oncòleg ICO Girona | 9.30-11 h |  |
| Descans 30’ |  |  |  |
| Habilitats de comunicació | Pepi Soto | 11.30-13 h |  |
| Dinàmica de grups | Montse Salvachúa | 13-14 h |  |
|  | | | |
| **BLOC 3: El voluntariat** | **18.02.2020** | **Horari** | **Total 5h** |
| Definició, dinàmica i tipus de voluntariat | Cristina Pacheco | 9-11 h |  |
| Descans 30’ |  |  |  |
| Experiències dels voluntaris | Voluntaris aecc Girona | 11.30-13 h |  |
| Dinàmica de grups | Montse Salvachúa | 13-14 h |  |
|  | | | |
| **BLOC 4: La prevenció i els hàbits saludables** | **20.02.2020** | **Horari** | **Total 5h** |
| Càncer de mama i prevenció | Montse Salvachúa | 9-10 h |  |
| Prevenció solar | Montse Salvachúa | 10-11 h |  |
| Descans 30’ |  |  |  |
| Tabac | Montse Salvachúa | 11.30-12.30 h |  |
| Alimentació | Montse Salvachúa | 12.30-14 h |  |
|  | | | |
| **BLOC 5: Supervivents.**  **Pràctiques** | **25.02.2020** | **Horari** | **Total 5h** |
| Pràctiques | Montse Salvachúa | 9-10.30 h |  |
| Descans 30’ |  |  |  |
| Aspectes psicològics dels supervivents  Experiències dels supervivents  Clausura | Mònica Rigat  Cristina Pacheco  Montse Salvachúa | 11-12 h  12-13.30 h  13.30-14 h |  |

**PRÀCTIQUES ALUMNES DE GRAU (25h)**

Tutora de l’aecc-Catalunya contra el càncer:   
Montse Salvachúa, Psicooncòloga, Programa de prevenció

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ACTIVITATS DIVERSES QUE ES PODEN REALITZAR** | **DESCRIPCIÓ** | **HORES A COMPTAR** |
| **DIA CONTRA EL CÀNCER DE CÒLON**  **(març)** | **Taules informatives als mercats municipals sobre la prevenció d’aquest tipus de càncer:**   * Repartir davantals de la campanya a les parades del mercat (dos per parada) * Repartir díptic/octaveta dins del recinte municipal * Si la gent té temps i està receptiva, explicar com fer prevenció del CCR i la prevenció secundària * Si van ràpid i no s’aturen, només donar el díptic * Si la gent vol fer donatiu, informar que han d’anar a la taula informativa | 4 o 5h/dia    (segons si es va al centre de Girona o a una altra població) |
|  |  |  |
| **DIA MUNDIAL SENSE TABAC**  **(maig)** | **Taula informativa al Campus Montilivi. Davant la biblioteca.**   * Muntar i desmuntar taula informativa * Informar sobre tabaquisme * Informar sobre com deixar de fumar * Donar material sobre tabaquisme * Fer cooximetria i consell segons el resultat   **Activitat esportiva**   * Ajudar a preparar el material, les banderoles, la taula, les bosses per donar als participants, les aigües, les pomes... * Donar informació sobre tabaquisme als assistents * Una vegada tot està fet, si es vol, fer zumba * Recollir | 4h  4h |
| **CAMPANYA DE PROTECCIÓ SOLAR**  **(juny, juliol, agost)** | **Acció respecte la importància de la protecció solar. Depenent de l’acció que es decideixi fer, es faran tasques diferents:**   * Repartir informació * Informar sobre com evitar les cremades solars, com protegir-se del sol * Assistència a xerrades * Realització de taller... | 4h |
| **DIA CONTRA EL CÀNCER DE MAMA**  **(octubre)** | **Depenent de l’acció que es decideixi fer, es faran tasques diferents:**   * Ajudar a preparar taula informativa * Repartir informació * Donar llaç rosa * Assistència a xerrades * Realització de taller... | 4h |
| **VISITA A L’HOSPITAL JOSEP TRUETA**  **(abril-maig)** | **Acompanyar al coordinador de voluntariat de l’hospital per veure els diferents espais i les tasques del voluntari**   * L’horari: de 10 a 12 h * Apuntar-se a l’agenda el dia que va bé per fer la visita * Si algú preveu que no podrà anar el dia acordat, avisar per correu electrònic mínim un dia abans * Hi haurà la possibilitat d’entrar a alguna habitació i veure algun malalt (sempre que el malalt hi estigui d’acord) | 2h |
| **VISITA A L’HOSPITAL SANTA CATERINA**  **(abril-maig)** | **Acompanyar la coordinadora de voluntariat de l’hospital per veure els diferents espais i les tasques del voluntari**   * L’horari: de 10 a 12 h * Apuntar-se a l’agenda el dia que va bé per fer la visita * Si algú preveu que no podrà anar el dia acordat, avisar per correu electrònic mínim un dia abans * Hi haurà la possibilitat d’entrar a alguna habitació i veure algun malalt (sempre que el malalt hi estigui d’acord) | 2h |
| **XERRADES / PROGRAMES DE PREVENCIÓ**  **(a demanda dels centres ensenyament)** | **Acompanyar als centres d’ensenyament a la psicòloga de prevenció**   * Fer petita presentació de la temàtica que es tracti * Tancar la sessió amb els principals consells a seguir * Escoltar la xerrada * Ajudar en el taller que es desenvolupi | 2, 3, 4h... depenent nombre de xerrades |
| **ALTRES ACTES A BENEFICI DE LA LLUITA CONTRA EL CÀNCER**  **(depenent de quan es programin)** | **Actes que tindran com a objectiu recaptar diners per a la lluita contra el càncer**   * Muntatge * Desmuntatge * Preparació * Acompanyament a la realització * Participar de l’acte quan tot estigui fet | 2h / 3h / 4h |

**Heu d’assistir a un mínim del 80% de les hores del curs i al 100% de les hores de les activitats solidàries perquè us validem el pack.**

**Ens reservem el dret d’anular el curs en el cas que no hi hagi prou inscripcions.**