

## Nota de premsa

---

Terrassa, 12 de gener de 2018

# L'Ajuntament publica una nova edició de la Guia d'activitats per a mares i pares

**La guia recull un total de 59 activitats, moltes d'elles per gaudir en família**

L'Ajuntament de Terrassa, a través del Servei d'Educació, ha editat una nova Guia d'activitats per a mares i pares, recollint l'ampli ventall d'activitats que diferents serveis municipals i entitats de la ciutat organitzen per a donar suport a mares i pares en la tasca d'educar.

La guia, actualitzada per al curs 2017-18, compta amb un total de 59 propostes que es desenvoluparan durant el segon trimestre escolar. L'oferta d'activitats inclou xerrades, tallers pràctics en família, espais de reflexió i orientació amb dinàmiques de grup per fomentar l'autoconeixement; itineraris guiats per diferents llocs de la ciutat i l'entorn natural; i visites comentades sobre el patrimoni cultural. La majoria són gratuïtes i obertes a tota la ciutadania. Amb tot, n'hi ha que requereixen inscripció prèvia.

Una de les novetats d'enguany és la descentralització de les activitats. Tot i que la majoria es faran a la Biblioteca Central, cadascuna de les biblioteques dels districtes acollirà com a mínim dues activitats del total que proposa la Guia.

La primera activitat proposada és un taller sobre *mindfulness* en família. L'activitat està pensada per a pares i mares acompanyats dels seus fills i filles i els ensenyarà a aturar-se uns segons i gaudir plenament de cada moment del dia a dia en família. L'activitat és una proposta del servei d'Educació, que durà a terme l'empresa Tropos Consultors. Tindrà lloc a la Biblioteca Central de Terrassa, dimarts vinent, de 18 a 19.30 h.

Les persones interessades poden demanar la Guia al Servei d'Educació de l'Ajuntament de Terrassa (carrer de La Rasa, 24). També es pot descarregar i consultar al web municipal [www.terrassa.cat/guiesactivitats](http://www.terrassa.cat/guiesactivitats)



terrassa.cat



facebook.com/ajterrassa



twitter.com/ajterrassa

La publicació d'aquesta guia és una de les accions que l'Ajuntament de Terrassa porta a terme regularment per a fomentar la sensibilització, la informació i la implicació del màxim nombre de persones al voltant de l'educació.



[terrassa.cat](http://terrassa.cat)



[facebook.com/ajterrassa](https://facebook.com/ajterrassa)



[twitter.com/ajterrassa](https://twitter.com/ajterrassa)