

UN MAR D'IDEEES

FEP

Mare de Déu
de la Salut

13 DE FEBRER DE 2026

NO. 126 - ANY VI

EDITORIAL

GENERALITAT DE CATALUNYA

PORTAL CANAL SALUT

"Petits canvis per menjar millor" - Menys aliments ultraprocessats

El consum d'aliments ultraprocessats es relaciona amb una pitjor qualitat de la dieta, ja que aquests aliments comporten una aportació elevada de sucre, sal, greixos malsans i altres substàncies i components poc recomanables. Això fa que, com més productes ultraprocessats es consumeixen, més risc hi ha de patir malalties i trastorns com la hipertensió, la diabetis, l'obesitat i alguns tipus de càncer.

Pel fet que tenen uns gustos molt intensos, són fàcils i ràpids de consumir i estan promocionats per campanyes publicitàries molt potents, el consum de productes ultraprocessats ha augmentat molt en els darrers anys.



QUANT? QUAN? COM?

Com menys, millor.

PER A QUI?

Reduir o evitar els aliments ultraprocessats implica beneficis en la dieta i la salut de qualsevol persona, encara que és especialment convenient protegir els infants del consum d'aquests aliments: més enllà del poc valor nutricional i del fet de desplaçar el consum d'aliments saludables, és convenient que no s'acostumin a un model de consum com el que comporten els aliments ultraprocessats (gustos intensos, publicitat que n'indueix el consum, envasos dissenyats especialment, etc.).

- . No compreu, de forma habitual, aliments ultraprocessats: begudes ensucrades i energètiques, brioixeria, galetes i cereals de l'esmorzar ensucrats, xocolates, gelats, pans envasats, patates xips i similars, margarines i altres greixos untables, batuts de llet i fruita i de llet i cacau, iogurts de gustos i altres postres làcties ensucrades, suc, salses i extractes de carn, llets de creixement i altres productes especials per a nadons (potets), plats precuinats, delícies de pollastre (*nuggets*) i similars, hamburgueses i salsitxes, sopes instantànies, etc.
- Eviteu oferir aquest aliments als nadons i infants petits. Estan descobrint els gustos dels aliments, i és bo que coneguin els gustos naturals dels aliments bàsics perquè en un futur gaudeixin amb les preparacions d'aliments frescos i mínimament processats.
- Retorneu a la compra dels aliments bàsics, frescos o mínimament processats, amb llistes d'ingredients únics o ben curtes: fruita fresca, verdures i hortalisses, llegums, oli d'oliva verge, fruita seca, pa, patates, pasta, arròs i altres cereals integrals, peix, carn blanca, ous, etc.
- Gaudiu amb la preparació dels aliments, recupereu les possibilitats gastronòmiques del nostre entorn, innoveu amb les receptes i la cuina actuals. Cuinar és un acte gratificant i no ha de requerir necessàriament massa temps ni habilitats.

NOTÍCIES

PREINSCRIPCIÓ 26-27



Vine a conèixer la teva escola!

ESCOLA OBERTA
Visites personalitzades febrer i març

FEP Mare de Déu de la Salut

Contacta amb nosaltres
Tel: 93 3876243
www.escolamds.cat
Passeig de la Salut 36-38
@FEPMDS

Visites personalitzades per a les noves famílies d'infantil 3.

Si coneixeu alguna família que estigui buscant escola pel proper curs, us animem a convidar-la a fer una visita personalitzada a l'escola.

ASSAIG 4T

MUSICAL JESUCRISTO SUPERSTAR

El passat divendres vam realitzar el primer assaig compartit entre els alumnes de 4t de primària i els residents de Roca i Pi.



Musical Jesucristo Superstar

DIVENDRES 29 DE MAIG A LES 15h
TEATRE BLAS INFANTE
c/Andres Segovia 45



Realitzat pels residents de la
Residència Roca i Pi i els alumnes de 4t
del Col • legi FEP Mare de Déu de la Salut

FEP Mare de Déu
de la Salut

FP Fundació Privada
Llegat Roca i Pi

CONTACONTES INFANTIL APILO

Aquesta setmana a educació infantil ens ha visitat el Piló, i ens han realitzat una obra educativa sobre el projecte Apilo XII



CONCURS APILO

Benvolgudes famílies,

Us informem que ens hem inscrit al concurs "APILO", una iniciativa divertida per recollir el màxim de piles usades possible. El nostre objectiu principal no és guanyar (tot i que si ho fem, millor que millor!), sinó conscienciar els nostres alumnes de la importància de tirar les piles al lloc adequat per cuidar el medi ambient. Quan estan esgotades, aquestes substàncies químiques i materials poden fer malbé el medi ambient. Si les reciclem, el protegirem i també estalviarem molts recursos. El concurs l'iniciem dilluns 9 de febrer i finalitza el 16 de maig de 2026.



Detalls pràctics

- Contenedors disponibles: Un gran a la recepció de l'escola.
- Com participar: Porteu les piles usades de casa i diposita-les allà. Els nens i nenes poden col·laborar recollint-ne a casa!
- Què puc portar: Són objecte del concurs les piles i acumuladors portàtils: qualsevol pila, pila de botó o acumulador que estigui precintat, que es pugui portar amb la mà i que no sigui industrial ni d'automoció. Per exemple, piles de botó i estàndard (AA, AAA...), i acumuladors de telèfons mòbils, càmeres de vídeo o eines portàtils.

L'origen ha de ser sempre domèstic, del vostre entorn familiar —en cap cas de botigues, deixalleries o altres punts de residus. Entre tots podem fer una gran feina ecològica i, de pas, optar a un premi.

Gràcies per la vostra col·laboració!

SETMANA DE CARNESTOLTES A L'ESCOLA

Benvolgudes i benvolguts,

Degut al temps meteorològic cancel·larem la Rua d'aquesta tarda.

Dimarts 17 pel matí farem els balls que teníem previstos ahir, els alumnes han de venir disfressats lliure.

I Dimarts 17 per la tarda farem la RUA amb la DISFRESSA DE LA CLASSE.

Resto a la vostra disposició per a qualsevol dubte.

Moltes gràcies per la vostra disposició.

David García Gimeno

Director FEP Mare de Déu de la Salut



RESPECTEM LA FLORA DEL PATI

Respectem els dos arbres (tipuana tipu) del pati de l'escola i la parròquia. Us preguem que entre totes i tots respectem la flora del pati.



PROGRAMA ARCÀNGELS

Us animem famílies a participar en el programa Arcàngels,



PROGRAMA ARCÀNGELS

Amb el suport de:



Església Arxidiocesana
de Barcelona

APRÈN MÚSICA A LA SALUT





Sessions setmanals de
cant coral i llenguatge
musical



Projecte de creixement
amb visió catequètica



De l'octubre de 2025 fins
a juny de 2026



Infants, joves i adults



Parròquia Mare de Déu de la
Salut
pg. la Salut, 08914 Badalona

Apunta't al despatx parroquial!

Més informació:
luismeseguer.com/la-salut



Calendari i horari lectiu Curs 2025- 2026

Calendari escolar

Inici del curs dilluns 8 de setembre de 2025

Vacances de Nadal

Del dissabte 20 de desembre de 2025 al dimecres 7 de gener de 2026, ambdós inclosos

Vacances de Setmana Santa

Del dissabte 28 de març de 2026 fins el 6 d'abril de 2026, ambdós inclosos

Festes locals

Dilluns 11 de maig de 2026 (Festa Major)

Dilluns 25 de maig de 2026 (Pasqua Granada)

Festes de lliure disposició

Dilluns 3 de novembre de 2025

Divendres 5 de desembre de 2025 (pont de la Immaculada)

Dilluns 8 de desembre de 2025

Dilluns 16 de febrer de 2026

Final del curs Divendres 19 de juny 2026



ESPAI MIGDIA

Servei de Menjador

S'ha d'avisar el dia abans o com a màxim el mateix dia a les 9.30h.



FEP

Mare de Déu
de la Salut

**Espai Migdia
menjador**



AGENDA

Celebracions	Data
16 de febrer de 2026	Festa de lliure disposició
17 de febrer de 2026	Rua de carnestoltes
6 de març de 2026	Assaig musical 4t a Roca i Pi
13 de març de 2026	Sortida Cicle Superior
18 de març de 2026	Sortida Cicle Inicial
19 de març de 2026	Infantil 5 Roca i Pi
20 de març de 2026	Roca i Pi Cicle Superior

6 DE FEBRER DE 2026

NO. 126 - ANY VI

UN MAR D'IDEEES

FEP Mare de Déu
de la Salut



Passeig. de la Salut 36-38. 08914 Badalona, Barcelona



93 387 62 43



www.escolamds.cat



col-legimarededeudelasalut@xtec.cat



@FEPMDS



[escolamdsfep](https://www.facebook.com/escolamdsfep)

