

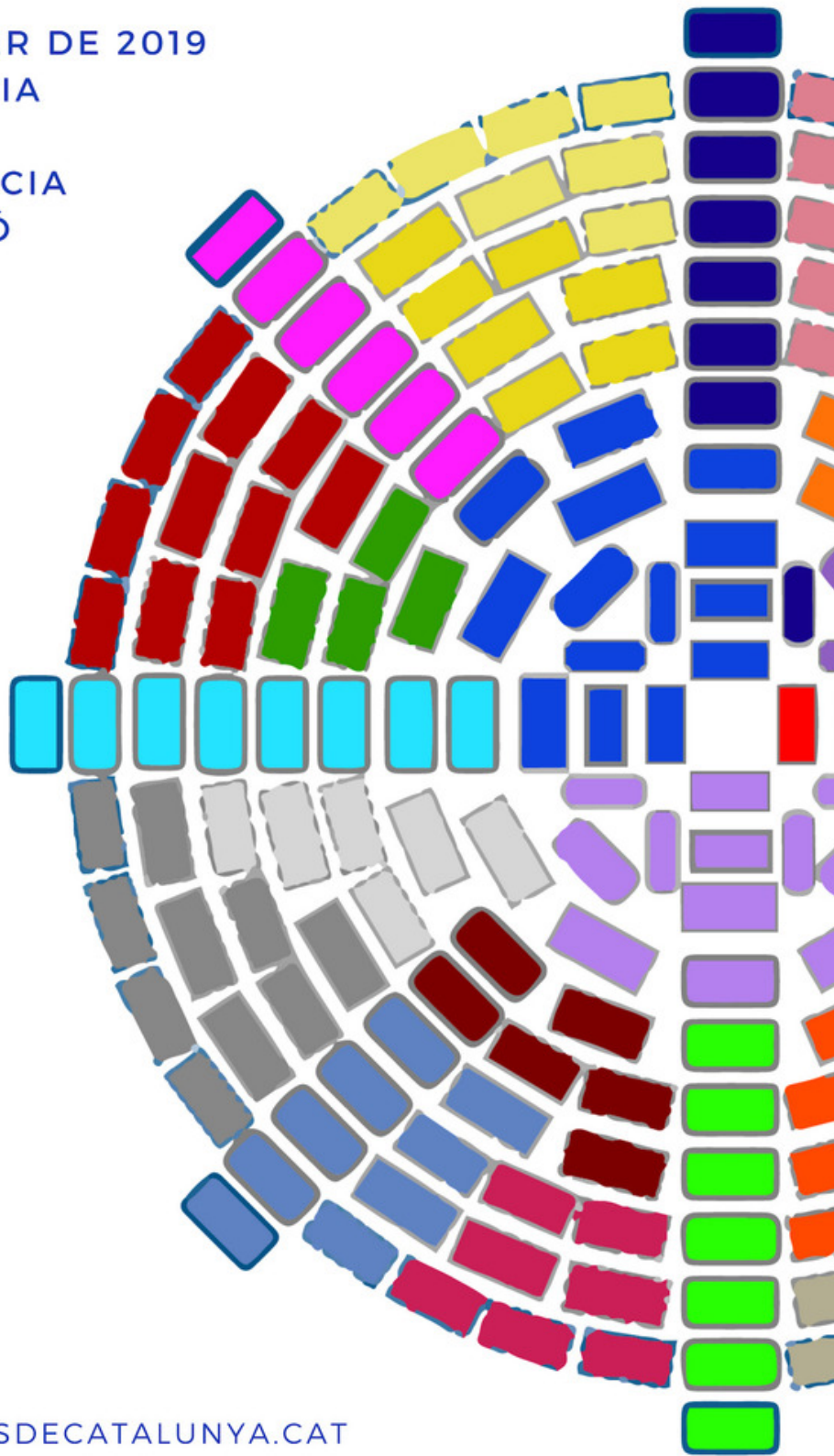
DISSABTE 9 DE FEBRER DE 2019
VILA DE GRÀCIA

#JORNADAGRÀCIA
#PREVENCIÓ

XXIII JORNADA DE PREVENCIÓ DE LESIONS EN EL MÓN CASTELLER

CAN MUSONS
C/ ALZINA, 7
VILA DE GRÀCIA
(BARCELONA)

INSCRIPCIONS A
WWW.COLLESCASTELLERESDECATALUNYA.CAT



PROGRAMA CIENTÍFIC

Organitza:



Amb la col·laboració de:



Amb el patrocini de:



Amb el suport de:



8:45 – 10:00

INSCRIPCIONS I ESMORZAR

10:00 – 10:15

**BENVINGUDA I PRESENTACIÓ DE
LA JORNADA**

10:15 – 10:30

**PRESENTACIÓ DE LA COMISSIÓ
DE SEGURETAT DE LA CCCC**

10:30 – 11:00

LA IMPORTÀNCIA DE LES DADES
Sílvia Simó. Castellers de Sants. Adjunta a
la Direcció Científica i Mèdica de la CCCC

11:15 – 12:15

TALLERS PRIMERA RONDA

12:30 – 13:30

TALLERS SEGONA RONDA

TALLERS TÈCNICS

1. **Taller de tronc: El tronc de la torre.** Equip tècnic dels Castellers de la Vila de Gràcia.

Parlarem de la col·locació dels peus i les cames, de l'obertura i de la gestió dels pesos en aquesta estructura.

2. **Gestió dels comunicats d'accident.** Maite Sánchez. Coordinadora de Colles Castelleres de Catalunya.

Taller de gestió administrativa on es repassa, de manera clara, la manera de fer els comunicats d'accident i la comunicació amb la companyia asseguradora, incloent les novetats que hi puguin aparèixer al respecte.

3. **Taller de pinyes: Per què s'obre una pinya/soca i com evitar-ho?** Equip de pinyes pendent de definir.

4. **L'escalfament i els castells: Com fer un escalfament dinàmic i adaptat a la nostra activitat?** Arnau Rafecas. INEFC. Membre de l'Àrea de Rendiment i Salut de Castellers de Vilafranca.

Taller per aprendre tècniques d'escalfament previ a una diada castellera o assaig, tant en situacions de normalitat com en altres situacions excepcionals que poden produir-se (temps limitat, escalfament entre castells en diades molt llargues, etc...).

TALLERS DE SALUT

1. **Taller de canalla: Roll-playing: Cóm afrontar situacions de crisi amb canalla i amb els pares de canalla?** Jordi Moreno. Cap de colla dels Moixigangers d'Igualda. Laura Just. Cap de l'equip de canalla dels Moixigangers d'Igualada. Resta de ponents pendents de confirmar.

2. **Immobilitzacions i mobilitzacions en lesions de columna vertebral i col·locació de collaret cervical.** Roberto Lucea Morales, Membre del Foment per la Ciència i la Salut en el Món Casteller. Metge. Formador de primers auxilis de Creu Roja Catalunya; Marta Esteve Segarra, Infermera. Formadora de primers auxilis de Creu Roja Catalunya i Castellera dels Xiquets de Tarragona; Miguel Escobar Solis, Formador primers auxilis i salvament aquàtic de Creu Roja Catalunya.

En aquest taller es practicarà còm immobilitzar i mobilitzar correctament un possible lesionat de columna casteller, així còm col·locar un collaret cervical. Està dirigit a castellers amb o sense formació sanitària.

3. **Taller de simulació d'accidents.** Daniel Castillo. Marrecs de Salt. Director Científic i Mèdic de la CCCC.

En aquest taller plantejarem situacions simulades d'accidents castellers i valorarem la resposta dels assistents a aquestes situacions

4. **Liderar per no fer llenya.** Sergi Grimau. Ex- jugador professional de bàsquet. Expert en comunicació i motivació. Creador de #dejandohuella.

Taller dinàmic i interactiu per a aprendre quin tipus de líder som, quin líder creiem que som, quin líder creuen els demés que som i, encara millor, quin tipus de líder hem de ser.

10:15 - 13:45

TALLER DE GRALLERS I TABALERS

Maialen Pascual Rey. Institut de l'Art.
Medicina i Fisiologia. Terrassa.

La música és una activitat exigent i complicada que requereix una preparació especial. Moltes vegades el músic de clàssica no és conscient d'aquesta exigència i això és molt més generalitzat en els músics de música tradicional. Tot i que la majoria estan preparats per tocar el que han de tocar, moltes vegades el treball físic que realitzen es limita només al contacte que tenen amb l'instrument. Per tant el taller vol donar informació sobre com ha d'actuar un músic.

11:15 - 13:45

**TALLER DE COL·LOCACIÓ
CORRECTA I MANTENIMENT DE
CASCOS D'ACOTXADOR,
ENXANETA I DOSOS.**

Irene Manyané. Equip de canalla dels
Castellers de Barcelona.

Està demostrat que els cascs eviten traumatismes craneoencefàlics. Per garantir això, a cada assaig i a cada actuació s'ha de revisar que els nens porten el casc ben posat i subjectat. Això només es pot aprendre fent-ho. Atesos els canvis que cada temporada hi ha als equips de canalla, totes les colles castelleres haurien d'acreditar anualment aquesta pràctica en aquest taller.

13:45 - 15:00

DINAR

15:15 - 16:45

REUNIONS DE TARDA

1- **REUNIÓ DE RESPONSABLES SANITARIS: Introducció de dades a la base de sinistres. Present i futur.** Sílvia Simó. Castellers de Sants. Adjunta de la Direcció Científica i Mèdica de la CCCC.

2- **REUNIÓ DE RESPONSABLES DE CANALLA: Parlem de riscos i pors amb la canalla.** Anna Jordana. Equip de canalla dels Castellers de Sabadell.
Com comuniquem els riscos a la canalla? Cal parlar de pors? Com ho hem de fer? Debatrem sobre la millor manera de comunicar-nos amb la canalla i de gestionar situacions complicades però habituals en tots els equips de canalla de les colles castelleres.

3- **REUNIÓ TÈCNICA: El salt al "vuit".** David Pujol. Castellers de Figueres.
Resta de ponents pendents de confirmar.
El nombre de colles de 8 així com les colles de 7 que sovintegen castells de 8 és cada cop més reduït. La fórmula per a consolidar els castells 8 és un misteri, però de ben segur que la suma d'experiències d'arreu del territori pot ajudar a impulsar els projectes d'aquestes colles. Debatrem sobre projectes socials, d'arrelament, de fidelització, eines digitals, estratègies comunicatives, implementació d'eines de seguretat en els assajos i a plaça, etc.

4- **TAULA RODONA: Comunicar lesions després d'una caiguda o no?** Sandra Oriol. Experta en Comunicació i Cap de comunicació dels Castellers de Sants. Pere Culell. Tirallongues de Manresa. Benet Íñigo. Castellers del Poble Sec. Periodista casteller. Resta de ponents pendents de confirmar.

16:45 – 17:15

**PRESENTACIÓ DELS TREBALLS
DE RECERCA PREMIATS**

17:15 – 17:30

**PRESENTACIÓ DE LA BECA “MIKE
LANE - CASTELLERS DE LA VILA
DE GRÀCIA”**

17:30 – 18:00

**CONFERÈNCIA DE TANCAMENT:
GUIA D'ACTUACIÓ DAVANT
D'UNA COMMOCIÓ CEREBRAL.**

Daniel Castillo. Marrecs de Salt. Director Científic i Mèdic de la CCCC. Resta de ponents pendents de confirmar.

18:00 – 18:15

CONCLUSIONS I COMIAT