El nostre acord de cures

Guia d'ús de les plantilles



Aquestes plantilles adapten el quadern de treball que Sara G. Pitarch i Christian G. Buenaventura van presentar en la sessió 3, «Compartim per transformar», del curs **Famílies corresponsables: cap a una conciliació real**.

Serveixen per a organitzar l'escola i les extraescolars en famílies que conviuen o viuen en llars diferents, de manera que la informació estiga a l'abast de totes les persones adultes i ningú haja de ser la memòria permanent de la família.

Què hi ha en el paquet

Document	Quantes còpies	Per a què serveix
1. Acord general de la família	Una per família	Regles, inventari de tasques, comunicació, imprevistos i descans
2. Fitxa de fill o filla	Una per cada fill o filla	Centre, recollides, material, canvis entre llars i extraescolars
3. Pacte d'activitat	Una per cada activitat	Qui detecta, planifica, fa i revisa cada activitat
4. Revisió	Una cada vegada que reviseu	Què ha funcionat i què redistribuïu
5. Desacords i protecció	Full de consulta	Com parlar d'un desacord sense traslladar el conflicte als fills i filles

Cada plantilla es pot descarregar en dos formats: **editable (.docx)**, per a omplir-la a l'ordinador o al mòbil, i **PDF**, per a imprimir-la i omplir-la a mà.

Pas a pas

1. **Trieu un lloc comú.** Ha de ser un lloc on totes les persones adultes implicades tingueu accés i on trobeu la informació sense dependre de l'altra persona.
2. **Descarregueu les plantilles** en el format que preferiu.
3. **Feu les còpies que necessiteu:** una fitxa per cada fill o filla i un pacte per cada activitat.
4. **Ompliu-les juntes.** Si una persona les comença a soles, és una proposta: l'altra persona haurà de participar en els acords que l'afecten.
5. **Reviseu-les.** Proveu l'acord una setmana i ompliu una revisió. Després, fixeu la pròxima data.

Un primer acord en 30 minuts

No cal omplir-ho tot de colp. Podeu començar per una sola responsabilitat:

Temps	Què fem	On ho anotem
5 min	Triar una responsabilitat escolar o extraescolar.	Pacte d'activitat
10 min	Concretar qui se'n fa càrrec i què implica.	Pacte d'activitat
8 min	Posar a prova l'acord amb un imprevist.	Acord general: targeta d'imprevist
5 min	Acordar un temps de descans protegit.	Acord general: descans
2 min	Fixar quan revisarem el resultat.	Revisió

> *L'objectiu no és repartir moltes tasques, sinó aconseguir un acord que puga aplicar-se i revisar-se.*

Un exemple

Tenim dos fills, A i B. Tots dos fan natació, A fa atletisme i B fa dibuix.

- **1** acord general de la família.
- **2** fitxes de fill o filla: una per a A i una per a B.
- **3 o 4** pactes d'activitat: natació, atletisme i dibuix. Si A i B fan natació el mateix dia, a la mateixa hora i al mateix lloc, n'hi ha prou amb un pacte de natació per als dos. Si no, en feu un per a cada fill.

Si les guardeu en format digital, poseu als fitxers noms fàcils de trobar, per exemple: «Pacte – Natació – A i B» o «Revisió – 23-11-2026».

On ho podeu guardar

No cal cap eina concreta. El que importa és que totes les persones adultes hi tingueu accés.

Si useu…	Com ho podeu fer
Google Drive, iCloud, OneDrive o Dropbox	Creeu una carpeta, per exemple «Acord de cures – Família ___», compartiu-la amb l'altra persona adulta i guardeu-hi totes les plantilles.
L'ordinador de casa	Creeu una carpeta i assegureu-vos que totes les persones adultes sabeu on és.
Paper	Imprimiu les plantilles i guardeu-les en un arxivador amb separadors: General, una pestanya per cada fill o filla i Revisions.
Dues llars	Millor en una carpeta digital compartida. Si treballeu en paper, feu fotos de les fitxes i compartiu-les, perquè cada llar tinga la informació.

Abans de començar

- Cuidar és treball, també quan no és remunerat.
- Recolliu només la informació necessària i eviteu guardar-hi dades sensibles.

- Els fills i filles participen segons l'edat, sense fer de missatgers, mediadors ni responsables de les cures adultes.
- Aquest és un acord educatiu revisable. En famílies separades, respecta les mesures i resolucions vigents. Els acords requereixen llibertat i seguretat.

> *Davant de violència, la prioritat és protegir, no forçar acords ni mediar en parella. Informació i assessorament: 016. Emergència o perill immediat: 112.*