

## DADES GENERALS

---

### A QUI VA DIRIGIT

- Públic general
    - » Persones interessades en conèixer els factors que dins els nostres espais de treball influeixen en el benestar, el confort i la salut.
- 

### DESCRIPCIÓ

La immensa majoria dels espais de treball presenten problemes ambientals relacionats tant amb els materials de construcció i decoració com amb els productes químics i les tecnologies que s'hi utilitzen de manera quotidiana. Aquests problemes afecten la salut de les persones que hi treballen. Aquest taller vol identificar els problemes ambientals que podem trobar als nostres espais de treball i proposar estratègies per minimitzar-los.

---

## CONTINGUTS

---

### OBJECTIUS

- Conèixer els factors físics, químics i microbiològics que poden alterar el medi ambient interior d'un espai de treball
  - Identificar les seves implicacions sobre el cos i la salut
  - Adoptar estratègies d'ús saludable de la tecnologia, els productes i els materials als espais de treball
  - Adoptar actituds crítiques
  - Conscienciar sobre la importància dels hàbits de les persones usuàries per aconseguir un ambient interior saludable
- 

### CONTINGUTS

- Identificació i anàlisi dels diferents agents (hàbits, tecnologies, materials) que poden provocar problemes de salut dins dels edificis
  - Valoració dels estudis i normatives introduint la controvèrsia sobre les accions a prendre a partir dels resultats obtinguts. Principi de precaució
  - Proposta i discussió d'eines per explicar als usuaris/pacients com detectar aquests contaminants dins dels edificis
  - Introducció dels 25 principis de la Baubiologie (biologia de la construcció)
- 

### SEQÜÈNCIA DIDÀCTICA

- ACTIVITAT INICIAL / AVALUACIÓ PRÈVIA

A través de preguntes s'avalua el coneixement que tenen els participants sobre els factors que s'exposaran. És contextualitzat el marc on ens trobem actualment, històricament i legalment. Es presenten estudis rellevants relacionats amb les afectacions biològiques dels diferents factors.

- ACTIVITAT DE DESENVOLUPAMENT

S'expliquen els diferents factors físics, químics i microbiològics que afecten la composició de l'aire i l'electroclima, com detectar-los i sobretot: com evitar-los. Simultàniament a l'explicació es desenvolupa la part pràctica, composta per:

- » Pràctica 1: concentració de CO<sub>2</sub>
- » Pràctica 2: humitat atmosfèrica i temperatura/ humitat i temperatura dels materials
- » Pràctica 3: baixes freqüències: camps elèctrics i camps magnètics
- » Pràctica 4: altes freqüències
- » Pràctica 5: electrostàtica
- » Pràctica 6: magnetostàtica
- » Pràctica 7: llum

- ACTIVITAT DE CONSOLIDACIÓ

Es realitza una explicació resum per a tot el grup. Es proposa una sèrie de reflexions a mode de tancament i amb l'ajuda dels participants es fa memòria de les recomanacions que s'han donat a les pràctiques.

- AVALUACIÓ FINAL

Mitjançant un qüestionari en línia s'avalua el grau d'assimilació dels conceptes més destacats, el nivell de satisfacció respecte del taller i el seu grau d'influència en els hàbits dels participants.

---

## INSCRIPCIÓ

---

### LLOC

Un espai amb endolls i un ordinador connectat a un projector. Cadires, preferentment formant una rotllana, i dues taules

---

NOMBRE D'ASSISTENTS : 30 (màxim recomanat)  
PREU : contactar

DURADA : 60 minuts (inclosa la part pràctica)  
CONTACTE : info@biohabita.net

---