

**TRANSITAR**  
**#activitatsestiu**

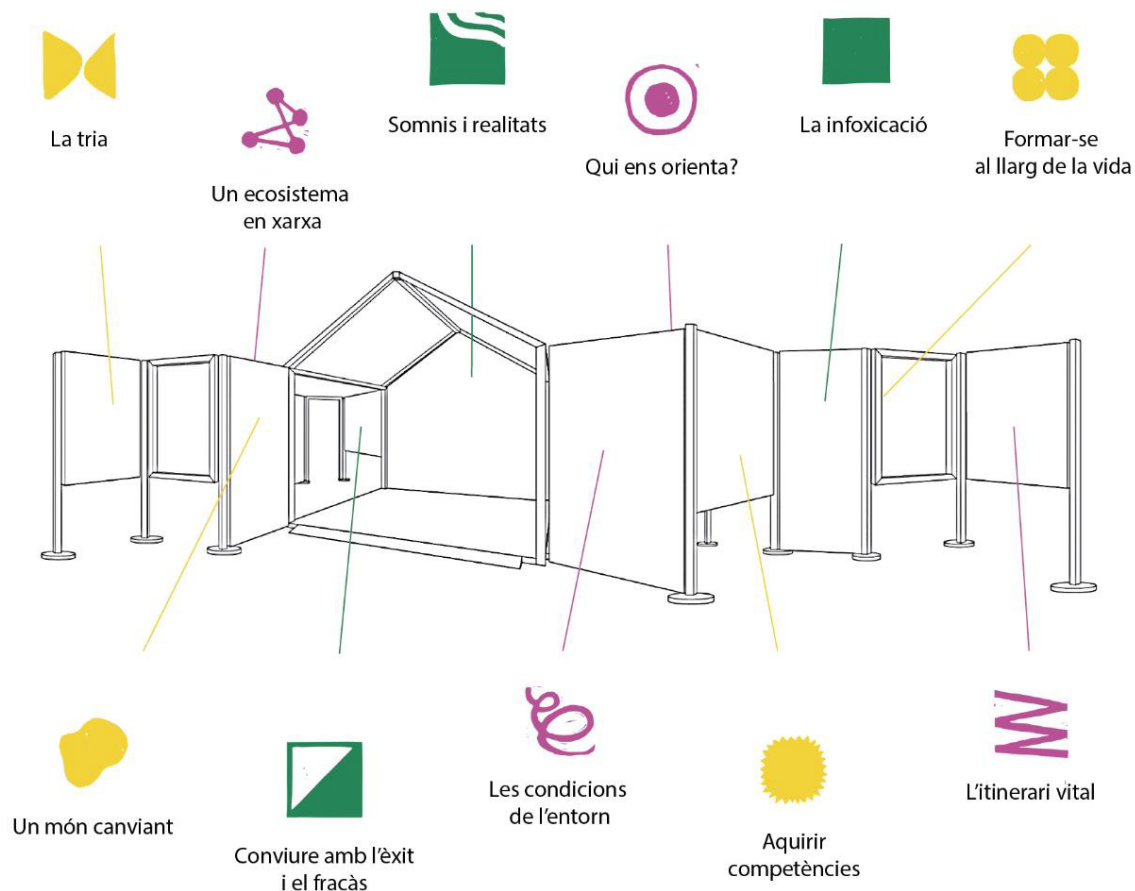


**Diputació  
Barcelona**

**Àrea d'Educació,  
Esports i Joventut**

**Orientar-se** vol dir esbrinar el camí a seguir o crear-ne un de propi. És una **competència necessària al llarg de tota la vida**, quan transitem d'una etapa a una altra, per afrontar canvis i davant moments vitals d'inflexió.

Aquest és el punt de partida de l'**exposició itinerant "TRANSITAR, orientar-se en un món canviant"** de l'Àrea d'Educació, Esports i Joventut de la Diputació de Barcelona. Aquests **recursos** neixen d'aquesta exposició i conviden a fer-se preguntes mitjançant propostes d'activitats i també els testimonis de persones que aborden aspectes essencials de l'orientació.



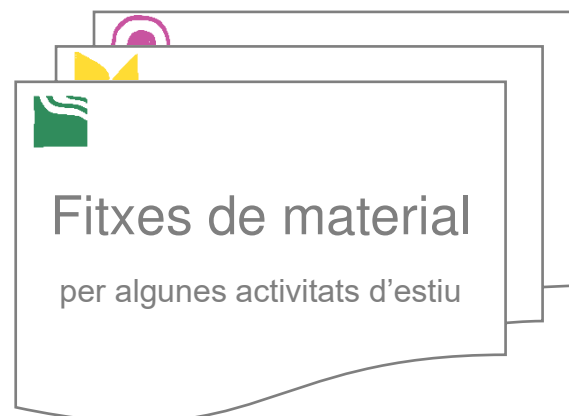
Les activitats d'estiu de TRANSITAR es proposen amb **fitxes d'activitat** agrupades **per temes** o **per franges d'edat**. Si accedim per temes, trobarem varies opcions d'activitat dins de cada tema, amb consells per a cada edat.

Si accedim per franges d'edat, hi trobarem tots els temes agrupats pensant en aquella franja.

A cada fitxa hi ha una introducció amb el sentit d'aquella activitat, els materials que fan falta i la descripció de l'activitat. També es mostren algunes imatges il·lustratives i es facilita l'enllaç als testimonis online relacionats amb el tema de l'activitat



A més, oferim **fitxes de material** que en alguns casos són necessàries per l'activitat. Aquestes fitxes es distribueixen en PDFs independents i tenen el mateix nom que l'activitat. Són fulls per imprimir i usar com a suport per retallar, dibuixar o escriure damunt. Quan cal una fitxa de material, apareix en l'apartat de materials necessaris de la fitxa d'activitat.



# fitxes d'activitat

## índex temàtic

1



### Somnis i realitats

La casa, una metàfora de l'autoconeixement. Els nostres somnis i realitats ens ajuden a conèixer-nos millor i saber on som.

2



### Adquirir competències

Necessitem eines per comprendre el món i intervenir-hi. En un món canviant, l'orientació ens permet assolir l'autonomia.

3



### Condicions de l'entorn

La família, els amics, les modes... són factors que ens influeixen. Ser conscients de com ens afecta el nostre entorn ens ajuda a enfocar el nostre projecte de vida.

4



### Infoxicació

El pensament crític esdevé l'eina de navegació necessària per seleccionar i destriar el gran mar de la informació.

5



### Un món canviant

Naveguem per un món globalitzat. Surfegem les onades dels canvis. Explorem nous horitzons. El món canvia i nosaltres amb ell.

6



### Formació al llarg de la vida

Formar-se per adaptar-se al món i transformar-lo. L'educació a temps complert en tots els moments i espais de la vida ens fa créixer i ens empodera.

7



### Ecosistema en xarxa

Vivim interconnectats. Cada població ofereix una rica xarxa de relacions que contribueix a formar-nos, crear vincles i orientar-nos.

8



### Qui ens orienta

De vegades ens cal la mirada de l'altre. Algú que ens ajudi a reconèixer els nostres talents per a emprendre allò que volem.

9



### Conviure amb lèxit i el fracàs

Fracàs i èxit són dues cares de la mateixa moneda: els nostre aprenentatge a la vida. Avancem perquè ens empeny l'èxit i també perquè ens empeny el fracàs.

10



### La Tria

La responsabilitat que comporta la presa de decisions ens desperta sentiments i emocions que hem de saber enfrontar sense por.

11



### Itinerari vital

La vida és una aventura que es fa a mesura que caminem. Dibuixem el nostre camí a partir de les nostres decisions i les persones que l'acompanyen.

# MESURES COVID 19

- Grups estables d'un màxim de 10 participants i un educador fix, sense intercanvis de grups i educadors.
- Mantenir la distància interpersonal de 2 metres.
- Ús de mascaretes quan la distància és inferior a 2 metres.
- Mesures d'higiene abans, després i durant l'activitat, si s'escau.
- Rentat de mans freqüent.
- El material lliurat per l'organització ha d'haver estat desinfectat abans i es recomana que sigui fungible.
- Cada participant té cura del seu material i no el comparteix.
- Els participants no es poden passar entre ells els materials d'ús ni els treballs acabats.
- Algunes activitats demanen mesures específiques que consten a les respectives fitxes.



**Fitxes d'activitat  
a partir de 14 anys**



## ACTIVITAT D'ESTIU 1

# Somnis realitats i malestars

Amb aquesta activitat es pretén fer un exercici d'autoconeixement per saber on és cadascú, on vol anar, quins malestars té i poden suposar un fre per avançar. Ho farem emprant la metàfora de la casa. Aquesta apareix representada en tres plantes: a la planta baixa, on fem vida, hi representa la realitat actual; a les golfes hi situem els somnis i il·lusions i al soterrani hi troben els malestars.

a partir de 14 anys

**MESURA COVID 19**  
Especial atenció amb el repartiment de material i l'ús no compartit d'eines.

## Construeixo una casa modular

### Materials

- **Fitxa de material** "Somnis, realitats i malestars. Retallables DIN A3". Imprimir amb suficient gramatge per a mantenir rigidesa.
- Tisores i cola pel muntatge
- Material per pintar i collage: retoladors, llapis de colors, gomes, pintures, retalls de roba, revistes, ...

### Activitat

Donar una breu explicació sobre el simbolisme de cada part de la casa. És convenient usar un vocabulari adequat als participants per facilitar-los la reflexió. **Planta**: entorn, família, formació, oportunitats... **Golfes**: desitjos, somnis, aspiracions... **Soterrani**: bloquejos, pors, frustracions, limitacions...

A partir de la consigna "imagina una casa" cada participant construeix la maqueta d'una casa modular sense dibuix previ, retallant i enganxant els volums modulars de cartolina. Es poden manipular els volums de forma creativa. Quan s'acaba la maqueta s'habita amb paraules, dibuixos o collage per establir vincles amb un mateix. Tenir en compte que potser convé intervenir abans de retallar i enganxar, per evitar deformacions.

En acabar es pot fer una visita comentada de cada casa construïda, valorant la diversitat. Malgrat es parteix dels mateixos mòduls, apareixeran cases de formes molt diferents.



Testimonis online <http://www.diba.cat/es/web/testimonis>



## ACTIVITAT D'ESTIU 2

# Adquirir competències

Les competències són les eines que ens permeten actuar en el món per ser autònoms, saber-nos-hi adaptar i transformar-lo.  
L'activitat posa en relleu quines competències es tenen en el moment de fer-la i quines serien desitjables segons cap on ens volem orientar. L'objectiu és descobrir què necessitem millorar o reforçar, poc o molt, en funció del que vols aconseguir, i pensar maneres de millorar.

a partir de 14 anys

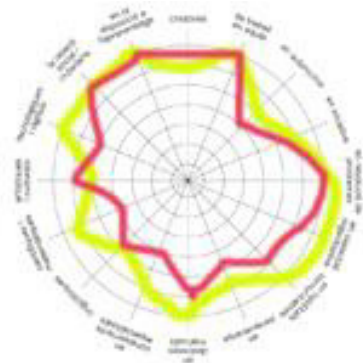
## El diagrama de l'aranya

### Materials

- **Fitxa de material** "Adquirir competències"
- Dos retoladors o dos bolígrafs de color diferent.

### Activitat

Emprem el tradicional mètode del diagrama de l'aranya. Associarem la seva forma amb el teixit de l'aranya. En aquesta teranyina hi trobem les competències "dures" (hardskills) que ens indiquen coneixements i destreses i les competències "toves" (softskills) que ens donen l'adaptabilitat, la creativitat, l'empatia i la comunicació. Quan més llargs són els fils de la teranyina més lluny arriba l'aranya a caçar.



Els fem reflexionar: - Com valeres les teves habilitats? En quines habilitats creus que te'n surts millor, allò que te'n surts més bé? Posa els punts damunt dels fils d'aquesta teranyina en cada opció, segons et consideris que en saps més o ho fas millor que altres coses (més a prop del centre és menys i més a prop de la paraula és més). Quan tinguis els punts, uneix-los entre si amb un mateix color. A continuació: - Ara pensa què voldries saber fer o aprendre o millorar i quines habilitats necessites desenvolupar per aconseguir-ho, per fer-ho el millor possible. Posa els punts segons en necessitis més o menys grau. Uneix aquests punts entre sí amb un color diferent. Es conclou l'activitat comparant les formes que es creen en connectar els punts i veient què cal millorar per arribar on volem.

### Glossari del vocabulari del diagrama

**La relació social i ciutadana** = M'interessa el meu l'entorn, les persones, els llocs, les seves necessitats, les activitats, les festes...

**La disposició a l'aprenentatge** = Tinc curiositat per aprendre, conèixer i millorar. Em resulta estimulants

**Creatives** = Tinc facilitat per imaginar, inventar, crear i expressar.

**Treball en equip** = M'agrada treballar en equip i se'm dona bé participar, escoltar, respectar, comprendre, acceptar i tolerar.

**Autonomia** = Mostro habilitat per pensar i actuar per mi mateix, amb responsabilitat, m'espavilo abans d'esperar que m'ho solucionin.

**Iniciativa** = Faig propostes, prenc iniciatives sense esperar de forma passiva, m'esforço en buscar i m'agrada donar el primer pas.

**Resolució de problemes** = Tinc habilitat per arribar a acords i trobar solucions. També se'm dona bé superar entrebancs i dificultats.

**Capacitat organitzativa** = Miro de tenir clar el que vull per organitzar-me, ordenant, classificant, seqüenciant.

**Habilitats comunicatives** = No em costa fer-me entendre. M'esforço per explicar-me bé, per relacionar-me amb respecte amb els altres.

**Perseverança** = M'esforço de manera continuada, soc optimista, no em desanimo fàcilment davant el que em costa o no m'agrada molt.

**Coneixements especialitzats** = Tinc aficions, coneixements i interès per qüestions concretes que m'agraden amb diferència d'altres.

**Lingüístiques** = Soc hàbil per explicar-me i per comprendre els textos. En la meua llengua i també altres llengües.

**Científiques i matemàtiques** = M'és fàcil analitzar, raonar, fer càlculs, observar, experimentar, pensar possibilitats i hipòtesis, treure conclusions...

**Artístiques i culturals** = M'agrada expressar-me plàsticament, musicalment, tinc interès per conèixer i se'm dona bé...

**Tecnològiques i digitals** = M'agrada i me'n surto prou bé davant els reptes i novetats tecnològiques i digitals. M'hi sento còmode provant, descobrint, buscant...

Testimonis online <http://www.diba.cat/es/web/transitar/testimonis>





## ACTIVITAT D'ESTIU 3

# Les condicions de l'entorn

L'entorn que ens envolta ens condiona a l'hora de prendre decisions (la família, els amics, les modes...) Les condicions poden ser positives i negatives. A vegades hi ha entorns que s'han de trencar per avançar i, al contrari, cal conèixer amb qui ens podem recolzar. Aquesta activitat ens fa més conscients del nostre entorn i els condicionants que ens poden afectar.

A partir de 14 anys

### K tal?

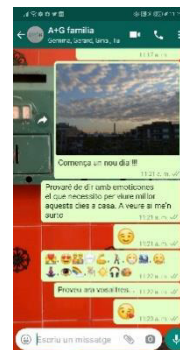
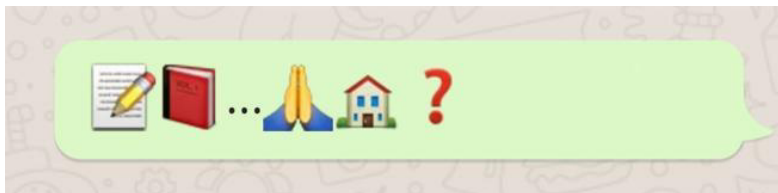
#### Materials

- **Fitxa de material** "Les condicions de l'entorn"
- Retoladors, llapis, colors. Hi ha la possibilitat de dibuixar emocions i altres conceptes en gomets de color groc, si en disposeu, per fer-ho més atractiu.
- Mòbil, si estria aquesta opció, donada la franja d'edat dels participants.

#### Activitat

Treballarem amb emoticones. L'emoticona té interpretacions i no compromet tant com la paraula. Això facilita l'expressió de sentiments abstractes i situacions complexes.

En primer lloc repartirem la fitxa de material "Les condicions de l'entorn" a cada participant i presentar l'activitat comentant els exemples que es mostren al full com a condicionants de l'entorn així com les frases amb emoticones a tall d'exemple. Proposarem que encerclin les emoticones del full d'activitats amb dos colors diferents segons reflecteixen les influències positives i negatives del propi entorn. Construirem frases simples, per exemple: "em posa fer esport i malament barallar-me amb els amics", abordant temes del seu món com la família, l'escola, les activitats lúdiques, el barri, la situació del món, etc. També podem fer que aquestes frases es comparteixin pel mòbil, emprant emojis de Whatsapp.



Testimonis online <http://www.diba.cat/es/web/transitar/testimonis>



## ACTIVITAT D'ESTIU 4

# La infoxicació

Aquesta activitat ens fa ser més conscients de l'allau d'informació que ens arriba i que massa sovint ens intoxica. Informació + Intoxicació = Infoxicació. Estar infoxicat implica estar informat en excés, sense filtres i de forma desordenada. És una paraula que ens cal conèixer per a combatre i no permetre que l'estrès de l'excés d'informació ens arribi a desestabilitzar.

A partir de 14 anys

## Ens desconnectem una estona?

### Materials

- Mòbils
- Paper gran i retoladors o pissarra
- Cadires

### Activitat

Es treballa de forma col·lectiva amb grups reduïts per a fomentar la participació. Farem una breu explicació sobre el significat de la paraula infoxicació, explicant els perills que comporta i fomentant la participació activa. Proposarem compartir el tipus d'informació que rebem durant un dia, què ens ha aportat, què no ha servit per a res, comptarem les vegades que mirem el mòbil i les xarxes. Reflexionarem sobre el seu ús i de com els afecta la hiperconnectivitat.

Mentre es reflexiona, es poden anar anotant les paraules claus en un paper en blanc de forma que quedi un registre de tot el que es va parlant. Per acabar, es deixen de banda els mòbils i es proposa un joc senzill com és el joc de les cadires o el d'endevinar personatges. També es pot optar per dedicar una estona a una activitat silenciosa com ara llegir un llibre o meditar, per entendre que interactuar sense tecnologia i el silenci desintoxiquen.



Testimonis online <http://www.diba.cat/es/web/transitar/testimonis>



### MESURA COVID 19

Si es juga a la cadira, cal fer-ho amb mascareta, per la proximitat dels participants.



## ACTIVITAT D'ESTIU 5

# Un món canviant

“El món canvia i jo canvio amb ell”. Aquestes paraules ara són un fet. El que estem vivint està transformant la nostra manera de relacionar-nos, de realitzar les activitats escolar i extraescolars. Vivim en un món globalitzat que evoluciona a un ritme accelerat: interconnectivitat, nous avenços tecnològics, noves professions,... Hem d'aprendre a surfear les onades del canvi identificant els trets més significatius del moment actual, i abordant el món canviant.

A partir de 14 anys

## Música pel món canviant

### MESURA COVID 19

Portar mascaretes durant l'activitat del mural per la proximitat dels participants.

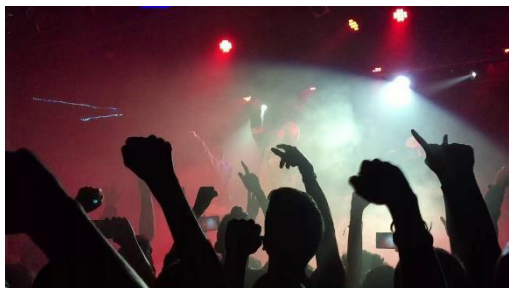
### Materials

- Mòbils personals per accedir a Youtube, Spotify...
- Pel mural o cartell: paper d'embalar, cartró, cartolines...superfície de mida adient.
- Pintures, fulls de diversos materials i colors, pinzells, rodets, retoladors, tisores...
- Un equip de so bàsic o altaveu auto amplificat, per escoltar músiques, que es puguin adaptar els mòbils per cable o bluetooth.

### Activitat

Aquesta activitat es pot fer en grup. Fem referència a la música com un recurs vital per expressar les emocions i els canvis. Els canvis sempre han comportat músiques diferents. També comentem com en aquest temps de confinament ha esdevingut una eina de comunicació i relació que ha infós esperança. Proposem fer una recerca musical per a trobar cançons que parlin de canvis de vida, de relació, de futur, d'esperança, fortalesa. Es pot fer la recerca a nivell individual o en grup.

Després convidem a compartir la recerca, escoltar les cançons seleccionades i extraure les paraules claus de cadascuna d'elles. Si es vol allargar més es poden pintar les paraules i fer un gran mural amb frases i paraules de les cançons.



Testimonis online <http://www.diba.cat/es/web/transitar/testimonis>



## ACTIVITAT D'ESTIU 6

# Formar-se al llarg de la vida

Ens formem de moltes maneres, no només en els centres educatius. Aquesta activitat proposa identificar la procedència de la pròpia formació. Posarem en valor les tres modalitats: la formal, la no formal i la informal com a primer pas per entendre aquesta visió de l'educació de 360º, més enllà de l'escola i dels temps escolars. També ens servirà per projectar la nostra formació definint què volem seguir aprenent.

A partir de 14 anys

## El meu paisatge educatiu

### Materials

- **Fitxa de material** “la formació al llarg de la vida”. (dos fulls)
- Material per a escriure.,
- gomets de color vermell, verd i groc de formes quadrada, triangle i cercle.
- Si no es disposa de gomets caldrà material alternatiu: fulls de tres colors, tisores i cola o pintura.

### Activitat

Repartir la fitxa de material “Somnis, realitats i malestars” i explicar bé els tres tipus d'educació. En primer lloc omplirem individualment el quadre de doble entrada, prenent-nos el temps que calgui per recordar i també per projectar el futur.

A continuació, situarem els gomets de forma creativa damunt el paisatge de la forma i color que es correspon, tants gomets com inputs del quadre. Si no es disposa de gomets, es poden retallar les formes en fulls de colors jugant fins i tot amb la mida i la regularitat dels polígons, mantenint el concepte. Acabem enganxant les figures damunt del paisatge també de forma creativa.



**Educació formal:** formació que ens dona titulacions oficials: *L'escola, estudis oficials de música, dansa, idiomes, etc.*



**Educació no formal:** formació que rebem en un entorn d'aula, però sense titulació: *activitats extraescolars d'idiomes, esports, lleure, creativitat, activitats d'esplais, casals, etc.*

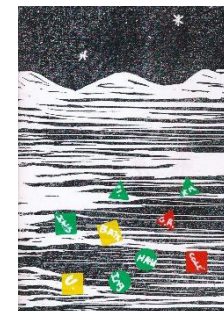
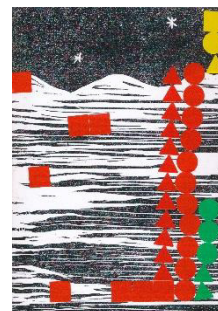
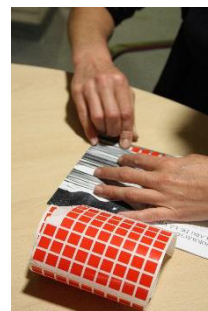
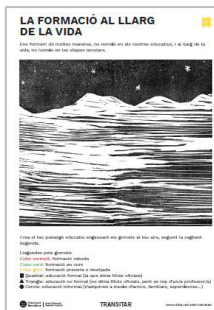
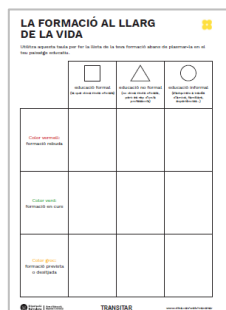


**Educació informal:** formació que rebem de les persones que ens rodegen o individualment per què tenim inquietuds, hobbies o la vida ens ho brinda: *la meva avia m'ensenyava a cosir, el meu avi m'ensenyava a fer nusos, soc un gran lector i puc explicar moltes coses sobre els llibres, m'agrada anar per la natura i conec camins, la meua mare em va ensenyar a anar en bici, etc.*

Formació rebuda

Formació en curs

Formació prevista o desitjada





## ACTIVITAT D'ESTIU 7

# Un ecosistema en xarxa

Aquesta activitat ens mostra que formem part d'un ecosistema de persones, institucions i recursos. Aquest ecosistema és una xarxa amb nodes, llocs de trobada que ens afavoreixen la creació de vincles i relacions. El que acabem de viure ens ho demostra perquè ens ha fet cercar formes noves de comunicació i ens ha fet valorar més les connexions que podem establir entre nosaltres..

A partir de 14 anys

## Cartografia el teu món personal

### MESURA COVID 19

Intervenir per torns per evitar massa proximitat entre els participants

### Materials

- Pel mural o plànol: paper d'embalar, cartró, cartolines...superfície de mida adient. També es pot fer amb una pissarra.
- Retoladors o altre material gràfic. També es poden connectar els nodes amb fils de llana o amb cintes adhesives de colors

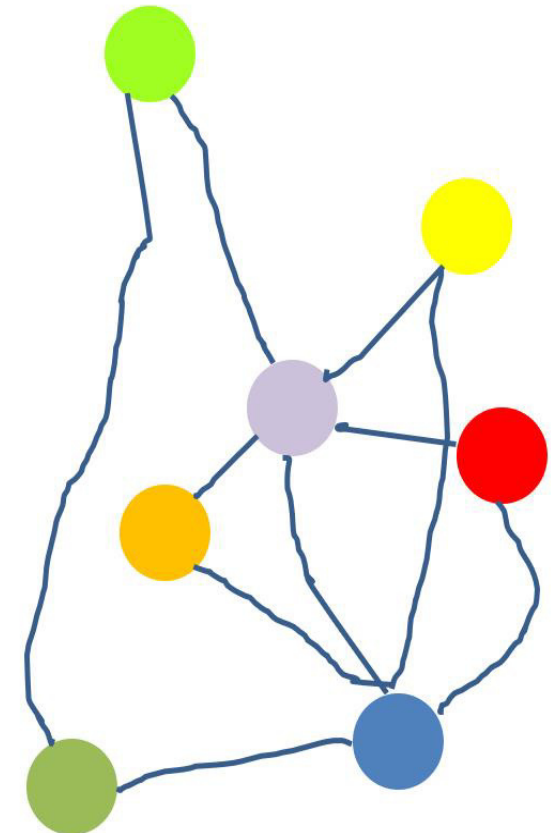
### Activitat

És una activitat on, a partir de la interacció, es proposa fer un mapeig del ecosistema personal i valorar amb qui ens relacionem i com ens relacionem. El monitor pot fomentar el diàleg entre tots per valorar l'important que es relacionar-se i estar ben connectat: Amb qui comparteixo l'espai lliure? amb qui parlo per WhatsApp? Amb qui parlo per videotrucada? Amb qui parlo a casa? A quines persones noves he conegut? A qui cuido?

En un paper d'embalar o una pissarra, es situarà el nom de cada participant i cadascú anirà explicant la seva xarxa de relacions. Tot això s'enregistrarà en una cartografia creant camins que connectin noms, formant nodes de la xarxa i observant les coincidències, els vincles, les necessitats.

Un cop finalitzat es pot obrir un espai de reflexió de l'important que és sentir-se connectat.

Testimonis online <http://www.diba.cat/es/web/transitar/testimonis>





## ACTIVITAT D'ESTIU 8

# Qui ens orienta?

Al llarg de la vida rebem orientació de diverses fonts. Normalment pensem en l'orientació acadèmica i laboral, però hi ha persones que han estat properes a nosaltres en altres tipus d'orientació. Aquesta activitat serveix per posar en valor i prendre consciència de qui ens ha acompanyat, orientat, aconsellat en moments difícils, o en el dia a dia. També és útil per reflexionar sobre la pròpia predisposició de voler ser orientat.

A partir de 14 anys

## Fem Mail-Art

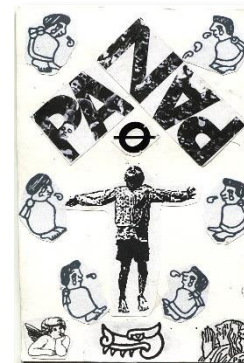
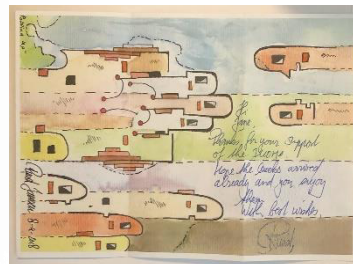
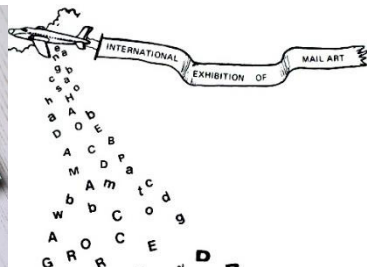
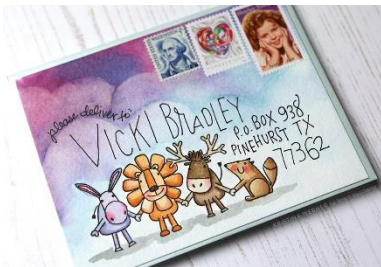
### Materials

- Material per pintar, escriure i poder fer collage per una obra de Mail-art.
- Sobres de varies mides per poder triar. També es poden fabricar els sobres amb cartolines, retalls de revista, etc.

### Activitat

El *Mail-art* o art postal és una forma artística que va néixer el 1962 i utilitza com a vehicle el correu. Es tracta de fer una obra d'art emprant tots els elements del correu postal: el sobre, els segells, el contingut... per crear un objecte artístic. On Kawara o el grup Fluxus van donar el tret de sortida, i a partir de 1970 es va consolidar a nivell mundial. Aquesta disciplina té grans exponents, com l'uruguaià Clemente Padín o el català Pere Sousa. La primera part de l'activitat serà introduir els participants en aquesta forma d'art. Hi ha molta informació a Internet, amb molts referents interessants.

Respondre a la pregunta "qui ens orienta?" implica dir un nom: Laura, David.... perquè són persones concretes les que en determinats moments, amb la seva mirada, les seves paraules, el seu gest ens han reconegut el nostre talent, la nostra vàlua i ens han donat ales per poder tirar endavant allò que ens proposàvem, el nostre projecte personal. Doncs ningú, a priori, creu en ell mateix. Ens cal que un altre reconegui els nostres talents per a tirar endavant i créixer. Sota aquesta premissa evocativa de reconeixement, us proposem una activitat íntima i personal: escriure una carta a una persona que ens hagi orientat al llarg de la vida i agrair-li la seva acció. Aquesta carta, serà una obra de mail-art. Farem el possible perquè li arribi a la seva bústia. Però si no aconseguim l'adreça postal de la persona, podem enviar-li un missatge i la sorpresa serà la fotografia de l'obra de mail-art.



Testimonis online <http://www.diba.cat/es/web/transitar/testimonis>





# ACTIVITAT D'ESTIU 10

## La tria

Orientar-se també és triar, prendre decisions que despertin emocions i sobretot que impliquen una responsabilitat. Triar no és fàcil, sovint ens incomoda i també genera un impacte. Perquè triar un camí implica desestimar-ne d'altres. Triar és també un exercici d'autoconeixement. Davant d'aquestes decisions, ens cal identificar l'emoció que ens representa millor i tenir un codi ètic que ens serveixi de guia.

A partir de 14 anys

### On em posiciono?

#### MESURA COVID 19

Repartir els materials i eines per evitar l'ús compartit.  
Intervenir per torns durant l'activitat grupal.

#### Materials

- Opció 2D: Un paper gran d'embalar i retoladors.
- Opció 3D: En un espai obert o una sala, distribuïnt al terra els conceptes amb cartells i cadascú elabora fitxes tridimensional personalitzades (tantes com parelles de dualitats) amb cartró o un element de la natura (pedra, branca, estaca...) poden ser un avatar.

#### Activitat

És una activitat de grup amb un component de reflexió individual. La primera part consisteix en fer un llistat de conceptes duals, com els de l'exemple del quadre d'aquesta fitxa. Es pot elaborar aquest llistat en comú, per enriquir més la sessió, o usar el que oferim ampliant-lo si cal. Hem de procurar no fer un judici de valor entre els conceptes duals quan els proposem, procurant que no estiguin relacionats amb les categories de bo i dolent.

Cadascú pensa en una decisió que hagi de prendre, relacionada amb moments de canvi, activitats, il·lusions professionals de futur, o tries més immediates. Després situarà una senyal més a prop o més lluny de cada element tensional. Ho farà gràficament sobre el mural o situant la seva fitxa si optem per un quadre tridimensional. Acabarem posant en comú de què es tractaven les tries i perquè s'han posionat aquells punts.



Testimonis online <http://www.diba.cat/es/web/transitar/testimonis>



Cor .....&..... Ment  
 Tradició .....&..... Modernitat  
 Risc .....&..... Seguretat  
 Il·lusió .....&..... Realitat  
 Bé particular .....&..... Bé comú  
 Guany espiritual .....&..... Guany material  
 Necessitats local .....&..... Necessitats Globals  
 Guany a curt termini .....&..... Guany a llarg termini

Observem en l'exemple (&) que posicionar-se en un punt no implica abandonar del tot l'altre. Només serà així si el situem a l'extrem. Si es volen tenir en compte els dos valors per igual, situem la senyal al mig.





## ACTIVITAT D'ESTIU 11

# L'itinerari vital

La vida és una aventura que es fa a mesura que es va caminant. Cadascú dibuixa el seu propi itinerari amb projectes personals, amb les nostres decisions i amb les persones que ens acompanyen. Al llarg d'aquest camí hi ha rutes que hem triat i rutes que la vida ens ha haurà fet seguir, sense haver triat. També moments en que sortim del camí i descobrim nous paisatges, o llocs on ens aturem per a descansar o veure-hi clar

A partir de 14 anys

## Planifiquem un viatge

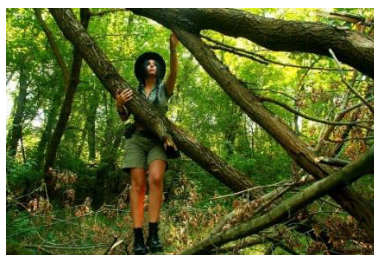
### Materials

- Guies de viatge. Tothom en porta de països o ciutats diferents que tingui per casa. També podem usar les guies de la biblioteca local. Es pot usar suport d'Internet si es disposa dels recursos.
- Paper i bolígraf.

### Activitat

El viatge és una bona metàfora de l'itinerari vital, per això farem un simulacre de viatge. Cada participant portarà alguna guia de casa. Es posaran les guies en comú i es triarà alguna destinació que no es conegui i que sigui engrescador. Dedicarem una bona estona a llegir la guia, i a continuació es planificarà un viatge amb un calendari i un itinerari concret. Serem, per un dia, agents de viatges. Es pot fer durar l'activitat més d'una sessió si veiem que el grup està motivat i ho demana. Treballarem per parelles o grups petits, resultarà més estimulante.

Ho han de viure com un repte, amb il·lusió, com si fos realment possible fer aquell viatge en un futur. Planifiquem la ruta, però sempre apareixen sorpreses. En acabar el Planning podem reflexionar sobre això, també sobre els recursos que calen, amb qui volem viatjar, si hi destinarem dies sense planificar per deixar-nos perdre, com preveurem pagaments, salut o comunicacions. El més important, mirarem de expressar què és el que més ens interessa del viatge: paisatges, persones, monuments, cultures, costums, artesanies, etc. i definir el tipus de viatge: una estada en una altra cultura, una ruta intensa, un deixar-se portar, anar-hi per formar-se, per investigar o per col·laborar en algun projecte social. Amb aquesta activitat descobrirem que la riquesa del viatjar no només és pel seu gaudi, és quelcom més significatiu, com la vida mateixa.



### MESURA COVID 19

Cal portar les guies de casa amb suficient antelació a l'activitat per tenir el material lliure de possibles contagis. Si s'usen recursos informàtics, evitar l'ús compartit i desinfectar els equipaments abans i després.

Testimonis online <http://www.diba.cat/es/web/transitar/testimonis>