



**L'Esplai
Inclusiu**



Foto: Anthony Dolan - www.fotolia.com

L'Esplai Inclusiu

Campanya MCEC 2011 | 2012

 **FUNDACIÓ
PERE TARRÉS**

**MOVIMENT
DE CENTRES
D'ESPLAI
CRISTIANS
CATALANS**

Aquesta campanya ha estat distribuïda entre els centres d'Esplai que formen part de:





L'Esplai Inclusiu

Campanya MCEC 2011 | 2012







Bloc 1. L'esplai inclusiu	7
1.1. La inclusió social a Catalunya	8
1.2. Reflexions al voltant de la inclusió	11
1.3. Eixos vertebradors de la inclusió a l'esplai	16
1.4. Glossari	21
Bloc 2. Recomanacions i consells	27
2.1. Gestió de les emocions	29
2.2. Gènere	31
2.3. Discapacitat	32
2.4. Infància en situació de vulnerabilitat	43
2.5. Responsables d'esplai i equips de monitors i monitores	44
Bloc 3. Recursos i materials pràctics	47
3.1. Activitats adaptades	48
3.2. Activitats de sensibilització	50
3.3. Guia bàsica per adaptar espais	52
3.4. Guia per a famílies	53
Bloc 4. Altres recursos	55
Fonts d'informació per a l'elaboració de la campanya	56
Altres recursos bibliogràfics i audiovisuals	58
Enllaços d'entitats i federacions	60





BLOC 1.

L'ESPLAI INCLUSIU

*Fer un esplai inclusiu no vol dir
col·locar rampes i ascensors*



“Tots tenim la necessitat que se’ns valori pel que sentim que som, és a dir, de sentir-nos acollits i participis dels grups als quals pertanyem” (Jocs de pau, p.286).

Article 25 de la Declaració Universal dels Drets Humans (10-12-1948):

“Tota persona té dret a un nivell de vida adequat que li asseguri, així com també a la seva família, la salut, el benestar i en especial l'alimentació, el vestit, l'habitatge, l'assistència mèdica i els serveis socials necessaris, així mateix també té dret a les assegurances en cas d'atur, malaltia, invalidesa, viduïtat, vellesa o altres casos de pèrdua dels seus mitjans de subsistència per circumstàncies independents a la seva voluntat”.

La situació, la veu i la imatge de la infància sempre han estat a la cua de les prioritats de la política i de la societat en general. Estem en un moment clau per canviar aquesta situació aprofitant els passos que s'han donat recentment en matèria legislativa i política a Catalunya: el Pacte per la Infància, la constitució d'una Comissió Parlamentària d'Infància, el desplegament de la Llei d'Infància concretant una cartera de serveis, el compromís per la lluita contra la pobresa infantil... Tots ells són factors d'oportunitat que no hem de desaproveitar.

1.1. La inclusió social a Catalunya

Al voltant del 24% dels infants menors de 16 anys que viuen a Catalunya viuen sota el llindar de la pobresa (UNICEF, 2010). La situació s'ha agreujat amb l'actual crisi social i econòmica. Malauradament, però, disposar d'un plat a taula tres cops al dia no és suficient. Aquests menors corren el risc d'esdevenir invisibles per a la resta de persones del seu voltant. En altres paraules, estan en situació de risc d'exclusió social.

Pobresa o exclusió? Per què aquest canvi de paraula? Nosaltres mateixos podem trobar la resposta: què ens ve al cap quan sentim la paraula exclusió?

rebuig, aïllament, intolerància, descartat, marginació, injustícia, no participació, barreres, dividir, expulsió, desigualtat, negació, deixar de banda, oposició, discriminació, fora

Com es veu, són conceptes que no tenen per què estar directament relacionats amb la manca de recursos econòmics. L'exclusió va més enllà: **designa aquelles situacions de desavantatge en les quals es pot trobar una persona en el curs de la seva vida** i que estarien relacionades amb àmbits que podríem considerar vitals: l'econòmic, el laboral, el relacional, el sociosanitari, el residencial, el formatiu o el de ciutadania. I aquestes es poden agreujar en funció del gènere i l'edat, així com veure's modificades al llarg de la vida de la persona (Subirats, 2004).

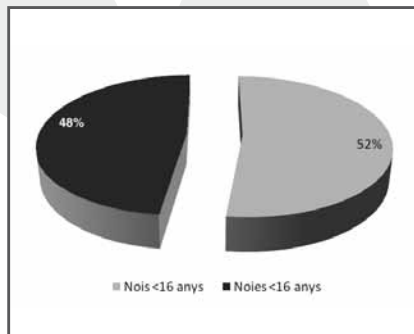
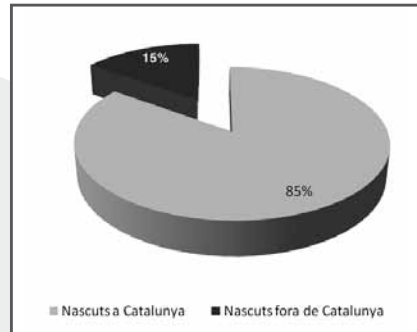
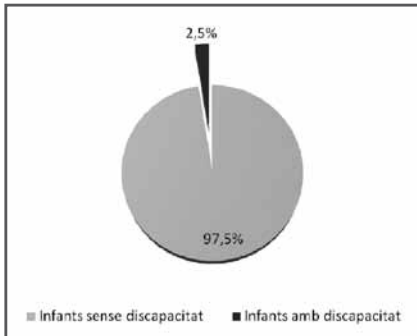


L'Espai inclúsiu

A Catalunya, els principals riscos d'exclusió social d'un infant tenen a veure amb factors econòmics, sociosanitaris, de ciutadania i de gènere. En aquest sentit, es considera que els principals col·lectius que estan en risc d'exclusió social pel que fa a la infància i joventut a Catalunya són:

- Infants i joves que pateixen discriminació per raó de gènere.
- Infants i joves en situació de vulnerabilitat per raons econòmiques i/o de ciutadania (persones immigrades).
- Infants i joves amb alguna discapacitat física, sensorial, intel·lectual o malaltia mental.

Si tenim en compte aquests col·lectius, el percentatge d'infants a Catalunya que poden estar en risc d'exclusió social podria augmentar. Es calcula que aproximadament un 2,5% dels infants menors de 16 anys tenen alguna discapacitat (Fundació Pere Tarrés, 2011); el 15% han nascut fora de Catalunya i el 48% són noies (IDESCAT, 2011).



Però parlar en negatiu mai resulta productiu. Tampoc es tracta tant de saber què passa, sinó **què s'hi pot fer**. Per això existeix el concepte inclusió. I què ens ve al cap quan diem inclusió?

família, grup, diversitat, iguals, unió, compartir, respecte, cohesió, cooperatiu, tots i totes, respecte, autonomia, compartir

En el cas dels infants i joves, passa per fomentar les relacions entre ells i elles, sense tenir en compte l'origen, el sexe, la situació econòmica de les famílies o la seva condició física, sensorial o intel·lectual.

En resum, la inclusió, en contraposició a l'exclusió, passa per fer als infants participants dels àmbits que hem considerat prèviament vitals, sobretot els relacionats amb l'esfera social i comunitària (Subirats, 2005). La clau està en considerar la inclusió com una **actitud de normalització de la diferència** (Fundació Pere Tarrés, 2011) i valorar-la com una oportunitat de creixement i enriquiment personal.

Tanmateix, cal tenir clar que no és el mateix parlar d'integració que d'inclusió. La diferència rau en que en el primer cas només se centra en permetre l'entrada a persones diferents a la majoria. En canvi:

“En incloure no només s'integra, sinó que cal evitar que les diferències comportin actituds diferents. Cada persona ha de ser reconeguda i acceptada no per allò que ens agradaria que fos, sinó pel que és, en la seva singularitat i amb les seves capacitats” (Fundació Pere Tarrés, 2011).

Sovint s'entén la inclusió com un imperatiu moral de justícia social. I, al mateix temps, com un element beneficiós per a les persones més vulnerables. Aquestes dues idees no són pas desencertades, però sí que es queden curtes. Cal anar més enllà: per què no podria ser igualment beneficiós i enriquidor per al conjunt de la societat? Sovint **s'oblida l'aspecte positiu que té conèixer i conviure amb la diferència**, especialment quan parlem de joves i infants (Fundació Pere Tarrés, 2011).

En definitiva, si l'esplai educa els homes i dones del futur, si entre els valors que carreguen a les seves motxilles hi trobem els de **la diversitat, el respecte i l'autonomia**, poc a poc farem d'aquest món un lloc millor on viure, on tots i totes hi tindrem cabuda.



1.2. Reflexions al voltant de la inclusió

1.2.1. El perquè de la inclusió social

Més enllà de raons de justícia social, n'existeixen d'altres que avalen la necessitat de lluitar contra l'exclusió social. En altres paraules, les conseqüències de restar passius davant d'aquesta situació són negatives per a tota la societat. Es podrien resumir en tres grans blocs:

Des del punt de vista social, l'exclusió de certs individus és una pèrdua d'oportunitats de desenvolupament d'una societat al provocar segregació, fractura social, enfrontaments dintre de la mateixa i fins i tot produir efectes demogràfics com migracions, descens de la natalitat, etc. D'altra banda, impedeix que la societat pugui aprofitar els beneficis d'un entorn multicultural i caracteritzat per la diversitat. Els disturbis a França i altres països europeus, quan més de 300 persones van ser arrestades per la crema d'uns 1.200 vehicles i altres incidents, són un bon exemple de com l'existència de grups exclosos pot posar en greu perill la cohesió social d'un país sencer.

Des del punt de vista econòmic, que certs segments de població no participin de les estructures productives (ni produeixen ni es beneficien de la producció) és una pèrdua en termes de potencial del capital humà. També sol anar associat a l'aparició d'economia submergida, desequilibris en la distribució de la riquesa, zones segregades o degradades, etc. "Els treballadors immigrants han afavorit l'augment dels sous espanyols". Estudi Immigració i Mercat de treball. Informe 2007. Govern d'Espanya.

Des del punt de vista democràtic, es trenquen el principi d'igualtat, la garantia dels drets fonamentals i el principi de participació ciutadana. Apareixen també problemes polítics i administratius, davant la dificultat d'assegurar els drets de totes les persones, necessitat de noves regulacions, etc. Segons una enquesta realitzada per l'Observatori Espanyol del Racisme i la Xenofòbia, el 41,7% dels enquestats opina que la immigració afavoreix bastant l'increment de la delinqüència a Espanya (Enquesta *IESA - CE-0610. *IESAA/*CSIC, 2006).
(Luis Vives, 2010)

Per tant, no es tracta d'un joc de suma zero: uns guanyen i la resta perd. **Incloure no vol dir renunciar, sinó sumar.**

D'altra banda, la inclusió forma part d'una de les **necessitats vitals dels propis infants i joves**. Han de sentir-se part del grup, aprendre a relacionar-se, sentir-se acoïllits i acceptats cada dia, aprendre a conviure, aprendre a aprendre, aprendre a fer coses per ells mateixos, aprendre a ser autònoms, aprendre a comunicar-se (Hugué, 2011).

1.2.2. El perquè de la inclusió als centres d'esplai

De vegades ho tenim tan assumit que correm el risc d'oblidar-ho o, si més no, de tenir-ho menys present. Quina és la raó de ser d'un esplai? A grans trets, **l'educació integral d'infants i joves mitjançant la metodologia en acció** (dinàmiques i jocs). A partir d'aquí hi ha tota una gama de grisos per ajudar a ampliar i matisar aquesta frase.

Però si hi ha res que no és (o no hauria de ser) discutible és el següent:

- L'educació integral. Això són les 5 dimensions de la persona: personal, interpersonal, social, ambiental i transcendental.
- Els i les infants i joves: tothom sense excepció.

Aquesta visió de l'esplai ens hauria de remetre a oferir a tot infant la possibilitat de gaudir i aprendre a través del lleure. Fins i tot fer un esforç per fer arribar l'esplai a aquells nens i nenes que, a priori, poden tenir la sensació que això no és el seu lloc, o que allò que s'hi fa no va amb ells o elles. Res més lluny de la veritat!

"Cada infant planteja reptes, inquietuds, solucions...I aquesta és la feina de l'esplai, acollir-los i fer-los créixer com a persones i com a éssers socials" (Pere Muñoz, Estris núm. 171, 2010).

Els centres d'esplai ens presentem com **espais inclusius**. No només perquè el lleure és (o hauria de ser) un dret universal, sinó perquè forma part de la idiosincràsia de l'educació en el lleure. No fem simplement oci, ni lleure per educar, sinó que **eduquem en el lleure**. I això inclou fer-ho en la **diversitat, el respecte i l'autonomia**. Tres conceptes entrelligats clarament amb la inclusió.

[Els centres d'esplai poden] fer d'allò que és quotidià un entrenament constant en la pau (Barbeito i Caireta, 2008).

Per què cal treballar-ho des de ben petits i no esperar a que siguin més grans i madurs?

Mai és massa d'hora per començar. És més, quan abans millor, ja que els infants no interioritzen prejudicis fins més endavant. Si creixen en un ambient en el qual aquestes "diferències" no són vistes com barreres, sinó com oportunitats per créixer i desenvolupar-se com a persones, a mesura que es vagin fent grans contribuiran a lluitar, encara que sigui només amb els seus actes quotidians, en la lluita contra la discriminació i foment de la igualtat.



1.2.3. La inclusió: un treball en equip

Els centres d'esplai som els responsables últims de que el món sigui o no un lloc idíl·lic per viure-hi? No. Per la mateixa raó, els centres d'esplai, per nosaltres mateixos, no podem fer que tots siguem respectuosos entre nosaltres i que tractem les persones per allò que les uneix i no per allò que les podria separar: el sexe, una discapacitat, els diners, l'origen,...

Hem de posar el nostre gra de sorra, però: com i amb qui el posem? Per començar, cal la complicitat de totes aquelles persones que, d'una manera o altra, estan al voltant dels infants i joves: família, monitors, monitores i, evidentment, la resta d'infants i joves de l'esplai. Cal de la **implicació de tothom** per poder fer una bona tasca d'inclusió. Si només es treballa amb un dels grups, l'esforç serà en va.

És un tòpic parlar del treball en xarxa i de la creació de sinergies. Però no per això és menys cert. Això sí, s'ha de concretar. Posarem un exemple:

A l'hora de treure'm el carnet de conduir a l'autoescola em repetien per activa i per passiva que no podia passar mai del límit de velocitat. El mateix succeeix amb els anuncis de la Direcció General de Trànsit. No obstant això, a casa, la mare condueix per sobre d'aquest límit i es justifica dient que els límits estan pensats per cotxes dels anys 60. A més, els Mossos d'Esquadra no fan saltar els radars fins que superen en un 20% el límit establert. Llavors, quina consigna he de seguir si tinc tres opcions ben dispars?

Si ho extrapolem a l'esplai, de què servirà que fem un treball amb el nostre grup d'infants si després les consignes no són conegudes ni/o respectades per la resta de monitors o monitores? Llenguatge, tracte amb els nois i noies, manera de funcionar al propi grup,... I si es treballa la no discriminació de gènere amb el grup de mitjans però després amb els grans es fan activitats marcadament sexistes?

El primer treball és a nivell d'equip de monitors/es: consciència, motivació i compromís. Treballar en favor de la inclusió ha de ser una **decisió estratègica del centre fonamentada en el treball en equip**.

Tampoc podem descuidar que nosaltres estem amb els nois i noies durant 3 hores a la setmana. La família i l'escola hi estan molt més i, per tant, tenen uns coneixements que hauríem de compartir. Així, es poden establir estratègies comunes. Finalment, com reaccionarà l'infant si ha de respondre a consignes diferents en cada moment: quan està a casa, a l'escola o a l'esplai? Per exemple, a l'escola i a casa li poden remarcar molt la necessitat de demanar les coses amb educació. Si aquest esforç no té continuïtat a l'esplai, de res servirà l'esforç familiar i escolar. Tot i que també es pot donar la situació contrària, i és llavors quan s'ha d'insistir en el treball amb la família.

Aquesta manera de fer tampoc ens ha de resultar estranya. Hi estem acostumats i s'ha demostrat la més efectiva per enfocar situacions en les quals, amb major o menor grau, hi estem tots i totes implicats.

Cadascú ha de treballar conjuntament, aportant en la seva parcel·la: és allò que en llenguatge més tècnic s'anomena "suma de sinergies". Com al símil de la muntanya de sorra, aquesta no la forma un sol gra, sinó la suma de molts granets petits que units en una mateixa direcció la fan créixer.

1.2.4 Un esplai, inclusiu?

Abans de contestar a la pregunta sobre què vol dir que un esplai sigui inclusiu, caldrà tenir el convenciment de la importància d'obrir un procés com aquest; un camí que no té per què ser ni curt ni pla. És un repte que s'ha de prendre com una oportunitat, no com un entrebanc a la nostra tasca. Serà necessari superar pors, prejudicis i tensions, però si ens ho prenem com un aprenentatge, el resultat serà enriquidor per a tothom.

"Tot allò nou que desconeixem sempre ens genera incertesa i, fins i tot, angoixes" (Maria Valencia, Estris núm. 171, 2010).

Però,

"Si els monitors i monitores volen i l'infant també: endavant!" (Noè Rivas)

Feta aquesta reflexió i presa aquesta determinació, ja podem començar a treballar. I què comporta fer de l'esplai un espai inclusiu?

En primer lloc, fer un petit **canvi de mentalitat**, variar la manera de pensar i de fer les coses. Per exemple, a l'hora de preparar les activitats, tenir presents aspectes de mobilitat o dificultats d'assimilació de les instruccions per part de la canalla. També a l'hora de prendre decisions: es fa democràticament? Hi ha un únic responsable o és una parella mixta? O, fins i tot, revisar quina és la relació que s'estableix entre homes i dones, nois i noies, o el vocabulari que s'utilitza. Es pot començar reflexionant a partir d'expressions malauradament massa quotidianes com "plorar com una nena". Així mateix, podem plantejar-nos qui i com pren les decisions, tant al grup com amb l'equip de monitores i monitors.

A més, hi ha altres consideracions a tenir en compte: estem capacitats com a centre? Som realment conscients que és un compromís que va més enllà d'un curs? Són dues preguntes clau però que no ens han de tirar enrere. No podem confondre compromís i responsabilitat amb por.

Amb il·lusió i motivació no sempre es resol tot. Un grup de monitors i monitores ben **format** té menys por a l'hora d'actuar i es rebaixen les possibles tensions i nervis. Tot i això, cal tenir present que, en el fons, continuem tractant amb infants que no deixen de ser-ho per anar amb cadira de rodes o ser magrebins, per exemple.

I amb el compromís a llarg termini, si l'esplai aposta clarament per aquesta línia, s'acabarà incorporant com a habitual. Quantes modificacions o adaptacions s'han



anat fent al llarg del temps sense que hagi suposat un daltabaix? Canvis de normativa de seguretat que es consideraven exagerats, incorporació del reciclatge,... Tots aquests canvis han estat per a millor!

Tot i això, la clau en aquest cas, està sobretot en no deixar de banda que quan estem davant d'un infant, **primer és la persona, no la seva diferència**. Per exemple, en el cas d'un noi o d'una noia amb alguna discapacitat, recordem que:

“Sigui quina sigui la discapacitat, les dificultats no han de condicionar les activitats que vulguem fer” (Laia Castillejo, Estris núm. 171, 2010).

I no deixar mai de banda les ganes, motivació, il·lusió, innovació, el bon rotllo i el fer de l'equip una pinya. Tot de valors que cada esplai ja té, per se, en el seu ADN.

En definitiva, un esplai inclusiu és aquell que va més enllà d'obrir les portes a nois i noies, monitors i monitores que puguin presentar alguna discapacitat, estiguin en risc d'exclusió social o vinguin de fora de Catalunya. El centre d'esplai hauria d'aconseguir diluir les diferències, sempre i quan es respecti la singularitat de cadascú i de cadascuna. De nou, cal tenir clar que la inclusió és una **actitud de normalització de la diferència** (Fundació Pere Tarrés, 2011). És important que monitors, monitores i infants ho valorin positivament, ja que comporta un creixement personal i comunitari.

Tot comença amb el convenciment que és imprescindible perdre algunes pors, així com trencar estereotips i tabús. **I la primera por que cal perdre és la d'equivocar-se**. De la nit al dia no passarem a ser un esplai inclusiu que ho fa tot com dicta el manual. Serà un procés lent, amb encerts i equivocacions. Però tinguem sempre en ment la nostra fita i molt clar que:

“I si m'equivoco, torno a començar!” (Generalitat de Catalunya, 2005)¹.

Finalment, cal aprendre que l'avaluació esdevé una eina clau per poder assolir els nostres objectius

1. Aquest eslògan fa referència a la campanya en favor del català “Dóna corda al català” de la Generalitat de Catalunya (2005). La frase anima a aquelles persones que no parlen català a fer-ho sense por a equivocar-se. El mateix podem dir dels centres d'esplai que volen ser inclusius i tenen por a fer-ho malament.

1.3 Eixos vertebradors de la inclusió a l'esplai

Per aconseguir una inclusió real de tothom cal tocar moltes tecles que sovint s'escapen de les possibilitats d'un centre d'esplai. Com per exemple, l'aprovació de lleis. No obstant això, sí que podem tocar-ne alguna. Des d'aquest punt de vista, la campanya se centra en tres eixos o àrees d'acció: gènere, la (dis)capacitat i la infància en situació de vulnerabilitat. Aquests no haurien de ser vistos com a departaments estancs, sinó més aviat com a **línies transversals de tot l'esplai**. Treballar per a la inclusió només té sentit si es fa des d'un punt de vista integral.

Per tant, això vol dir tenir-ho present a l'hora de preparar activitats, en la manera de funcionar, amb el tracte amb les famílies, resolució de conflictes, preparar sortides, colònies, campaments i rutes,...

1.3.1. Gènere

Pot semblar que la societat actual és menys sexista i que les diferències entre homes i dones s'estan escurçant. Cada vegada som més conscients que no estem programats de manera diferent i que, en cap cas, la dona no és una possessió de l'home, ni és inferior! Malauradament encara queda molt camí per fer i, sobretot, cap a aconseguir trencar amb altres **estereotips... menys evidents**.

No es tracta de sensibilitzar, sinó d'assimilar. Cal treballar-ho amb tots els grups, de manera transversal, perquè aquest canvi de xip sigui més ràpid i sobretot eficient. Així s'aconseguirà educar infants i joves en la igualtat real. No només en sentiran a parlar, sinó que la viuran.

Un error molt freqüent és creure que treballem per la igualtat i alhora **transmetre missatges i valors diferents**. Normalment són maneres més aviat subtils. Ja no es senten expressions com "el lloc d'una dona és la cuina i el del marit portar el pa a taula". Però tanmateix hi ha altres maneres més subtils (Barbeito i Caireta, 2008; Institut Català de les Dones, 2008):

- *El llenguatge.* Aquest respon a una manera d'interpretar el món; i aquest és masculí. Exemples: els noms genèrics sempre són masculins. Encara que hi hagi un grup de 9 noies i 1 noi, sempre es parlarà en masculí. Això relega a la dona a un segon pla, en una posició d'inferioritat, sense importància.
- *Les llegendes i contes.* Els rols estan clarament definits: els cavallers són forts, bells, intel·ligents, intrèpids i valents; mentre que l'objectiu últim d'una princesa és casar-se (dependre de l'home) i cuidar-se de la casa. La seva personalitat normalment respon a la d'una persona més aviat pàmfila, passiva i tendra. A no ser que sigui una bruixa, que llavors és lletja i dolenta.



- **Expectatives.** Cada noi i noia ha de complir amb una sèrie d'expectatives tradicionals, massa interioritzades inconscientment i, per això, enquistades. Els nois, per ser valorats com a homes, s'han de mostrar independents, forts, valents, racionals, actius, emprenedors,... Les noies, per ser acceptades com a dones, han de ser boniques, obedients, emocionals, tendres, passives,...
- **Els rols.** Sovint les imatges i les paraules defineixen els nens com els més forts, independents i curiosos. Les nenes, en canvi, es presenten com a més dependents, afectuoses, dòcils i col·laboradores (Institut Català de les Dones, 2008).

La publicitat o les pel·lícules acostumen a reflectir la realitat de cada societat. Per què als anuncis de televisió sobre la llar (neteja, electrodomèstics, cuina, alimentació) pràcticament només hi surten dones? Això era així als anys 1960s però també actualment. I si hi ha homes, quin és el seu rol? Generalment és l'expert que mostra un invent revolucionari per deixar la roba més blanca. Fins i tot en anuncis de cotxes o cervesa, en els que apareixen majoritàriament homes, la figura de la dona té una alta connotació sexual.

D'altra banda, fins i tot les pel·lícules infantils reproduïxen els rols de gènere. La Blancaneus, la Bella Dorment, la Ventafocs o La Sireneta es descriuen com pobres noietes que esperen el seu príncep blau; ja sigui per ser salvades o casar-s'hi. Si no són símbol de la puresa, la bellesa i la innocència, ho són de la maldat: bruixes i mardrastrès. No ha estat fins a l'arribada de Pocahontas (1995) o Mulan (1998) que s'han vist noies més independents, lliures i lluitadores. En canvi, els homes segueixen sent forts, valents i molt intel·ligents.

Aquests estereotips no només els trobem a la *ficció*: a la família, a l'escola, al carrer, i també es poden donar en un centre d'espai. Per exemple: el tipus d'activitats que realitza cadascú, les tasques, els jocs, les relacions, les formes de vestir i comportar-se o les diversions, són diferents per a cada sexe. La persona responsable d'un espai és sempre un noi, tot i que la majoria de monitors són noies? Durant el temps lliure, es juga massa sovint a futbol i a saltar a corda i, a més, de manera segregada?

Tanmateix, malgrat que és veritat que aquests rols estan cada vegada més diluïts, cal continuar treballant en aquest sentit. I més enllà de la sensibilització més convencional: passar de la **teoria a la pràctica**.

Els centres escolars i d'espai ens fem un fart d'idear activitats de sensibilització sobre la igualtat entre nenes i nens, violència de gènere,... Malgrat això, no sembla que s'hagi incorporat la perspectiva de gènere com a línia transversal en tota la feina. De nou, sensibilitzem però no som conseqüents: qui i com pren les decisions (democràticament o autoritàriament, hi ha només un responsable o és una parella mixta...); o quin és el llenguatge que s'utilitza i el rol que adopta cada infant a l'hora de fer les

activitats. Un altre exemple és el repartiment de tasques durant unes colònies. Els monitors acostumen a encarregar-se de les infraestructures, reparacions i transport; mentre que les monitores acaben encarregant-se de la intendència i la cuina.

La finalitat hauria de ser normalitzar la situació, que no semblés ni imposat ni impositat.

El canvi no és que la dona passi a comportar-se com els homes (*masculinització de la feminitat*) ni tampoc a la inversa. Sinó que hi ha valors més femenins que caldria potenciar: sensibilitat, intimitat, comunicació, diàleg; així com valorar-ne de masculins igualment positius: assertivitat, autonomia o valentia (Barbeito i Caireta, 2008).

Un altre capítol relacionat amb aquest seria el de l'**homofòbia**. Cada vegada és menys habitual escoltar insults en aquest sentit, però no per això cal deixar d'estar a l'aguait. Les pautes per treballar-ho són molt semblants, ja que, de nou, estem parlant de respectar l'altre, en aquest cas en la seva orientació sexual.

1.3.2. (Dis)capacitat

“Fa uns anys, els discapacitats estaven condemnats a quedar-se en l'àmbit privat. Per a ser cuidats o per a ser oblidats? Avui hi ha evidències de que cap persona amb discapacitat necessita viure reclosa. Al contrari, viure en societat obertament porta a un grau cada cop més gran d'independència i desenvolupament personal. I d'enriquiment per a la societat” (Castillo, 2010).

L'error més gran que podem cometre davant d'una discapacitat és considerar que la persona és discapacitada. Res més lluny de la veritat! Aquesta té una, o diverses, discapacitats, però en cap cas ho és tota ella. Per començar a treballar hem de **veure la persona i no la discapacitat**.

Les dificultats no han de condicionar les activitats o les accions que vulguem fer. Ens basarem en què pot fer l'infant i la seva actitud (Laia Castillejo, Estris núm. 171, 2010).

Sovint, en veure només la discapacitat, automàticament veiem la persona de manera diferent, la tractem d'una altra manera o, directament no sabem com dirigir-nos a ella (Castillo, 2006). Fins i tot les mateixes imatges que ofereixen els mitjans de comunicació ja fa que mirem amb uns ulls diferents: pena, paternalisme,...

Les imatges actuals de la discapacitat continuen representant un fort moviment exclouent i negatori de la diferència. A la premsa, les persones amb discapacitat només apareixen a les seccions de successos i en papers secundaris o en situacions circumstancials d'invalidesa. Alguns estudis demostren que les persones amb discapacitat sempre són presentades com a meritòries de compassió i definides en termes de deficiència. Les imatges socials imperants de les persones amb discapacitat són el reflex d'una complexa dinàmica social i individual (Pié Balaguer, 2009).

Això que pot semblar un tòpic, no ho és tant. Si realment ens ho creiem, la manera d'enfocar el seu treball serà completament diferent. Passarem de plantejar-nos què



no pot fer, a què sí que pot fer. Com a conseqüència, aquest noi o noia deixarà de ser vist com una rêmora per passar a ser un infant o jove més del centre. Malgrat tot, segurament haurem de tenir més presents les seves **“capacitats, possibilitats i ritmes”** a l'hora de relacionar-nos i treballar amb ells i elles (Raquel Dolado, Estris núm. 171, 2010).

Un altre aspecte a tenir en compte seria que la persona amb alguna discapacitat o trastorn hauria d'arribar a ser el màxim d'autònoma possible. Això passa per no sobreprotegir-la. Cal recordar que eduquem, no som un centre per passar l'estona. Per això, el grup sencer s'ha de responsabilitzar en bloc per a fer-ho.

“La discapacitat no significa una minoria d'edat permanent” (Castillo, 2006).

La sobreprotecció impedeix que la persona corri els riscos quotidians de la vida de tota persona: conèixer gent, prendre decisions, equivocar-se,...

En tercer lloc, relacionat directament amb el punt anterior, **el grup sencer ha de ser conscient** que hi ha companys i companyes que tenen alguna discapacitat. De vegades caldrà explicar en què consisteix la discapacitat de l'infant (sense que hi sigui present) perquè el grup sàpiga com tractar-lo i l'entengui (especialment si té conductes que aparentment són estranyes per als nens).

Però de nou, la compassió no és la resposta. És precisament una bona oportunitat per treballar la inclusió real, amb la qual infants i joves, amb i sense discapacitat, poden aprendre els uns dels altres. Es treballa, com sempre, l'acceptació i la cooperació de tots els membres del grup, sigui quina sigui la seva condició (Maria Valencia, Estris núm. 171, 2010). Així ho interioritzaran com quelcom natural, “com part d'una realitat social” (Barbeito i Caireta, 2008).

Finalment, hi ha el **treball amb la família (inclou germans i germanes), el centre escolar i altres professionals d'atenció directa** (Laia Castillejo i Raquel Dolado, Estris núm. 171, 2010). No cal que el centre tingui tota la informació sobre l'infant, ni que la tingui el gruix de monitores, monitors, ni molt menys d'infants i joves. Però sí que igual com l'escola treballa estretament amb la família, s'hauria de fer el mateix al centre d'esplai. La finalitat serà “fixar línies d'intervenció comunes” perquè la feina que es fa amb cada infant i jove tingui una coherència i continuïtat (Raquel Dolado, Estris núm. 171, 2010).

La teoria és sempre fantàstica. Però de nou, cal posar-la en pràctica: com fer que tot el grup d'infants i joves participi d'un joc, activitat, dansa o dinàmica? La resposta és senzilla: **adaptant-la**. Això no és fer un gran exercici d'enginyeria, sinó senzillament repassar tots els passos i tasques de l'activitat i plantejar-se si tot el grup serà capaç de participar-hi. Senzillament, la finalitat última d'adaptar una activitat és (o hauria de ser):

“Intentar potenciar la participació i que els alumnes vegin satisfetes totes les seves necessitats a l'hora de desenvolupar-la” (Ríos et al., 2006).

1.3.3. Infància i joventut en situació de vulnerabilitat

La vulnerabilitat d'un infant o jove no es limita només a la dependència econòmica (pobresa). És cert que d'això en depèn en gran mesura cobrir les seves necessitats més bàsiques: alimentació, vestit o habitatge. Afortunadament a Catalunya l'educació i sanitat són, en línies generals, gratuïtes. Tanmateix, l'entorn personal, familiar i social, així com el polític-administratiu són igualment imprescindibles (Subirats, 2004; Luis Vives, 2010).

Aquestes “altres” necessitats s'han vist reconegudes i han esdevingut drets fonamentals arran de la Declaració Universal dels Drets dels Infants (1989). En ella es recullen els elements imprescindibles per créixer i desenvolupar-se com a persona. A més de cobrir les necessitats d'alimentació, vestit i habitatge, es prohibeix la discriminació per raó de sexe, origen, religió,... Al mateix temps, reconeix el **dret a l'afecte i la comprensió**; íntimament relacionats amb els vincles personals que es poden establir amb una persona de referència, que tradicionalment ha estat el pare o la mare, i extensivament avis i àvies, germanes i germans,...

Però què succeeix quan alguna o totes dues figures no hi són? I si hi són, però no resulten un bon model a seguir, i/o el deixen de banda i/o no tenen en compte les seves necessitats a l'hora de viure la seva pròpia vida? És llavors quan l'entorn no es converteix en l'ídoni per créixer i desenvolupar-se com a persona i, per tant, podríem afirmar que s'estan vulnerant els drets de l'infant.

En aquests casos es corre el risc de que es produeixin situacions de conflicte social i anomia²: violència domèstica, abandó,...; o un alt grau d'aïllament: desarrelament, orfandat, rebuig... (Luis Vives, 2010). Aquests factors se solen traduir en agressivitat, rebuig, una certa actitud de passotisme, manca d'autoestima, autoconfiança i expectatives vitals.

Una altra manera de discriminació es produeix per **raó d'origen**, més enllà de la seva situació polítics-administrativa. Aquests infants i joves deixen un país, el seu, per un altre que no sempre els dona la benvinguda. A més, en la majoria de casos són el pare o la mare els qui han decidit sense preguntar-li si volia canviar de casa. Per tant, i això esclata sovint a l'adolescència, poden arribar a sentir odi i rebuig pel país que anomenem d'acollida. La majoria poden tenir una família amb un pare, una mare, germans i germanes. Per tant, els vincles afectius amb la família hi acostumen a ser, però no amb la resta de la societat. I en tot cas, aquests pares i mares solen treballar fins tard, així que no sempre són a casa. Fins al punt que les filles grans (no els fills)

2. Manca de llei.



es veuen obligades a assumir alts graus de responsabilitat, tenint cura dels germans i de les germanes més petites.

Tot aquest context provoca que els infants i joves en situació de vulnerabilitat tinguin necessitats i mancances que es podrien resumir a grans trets en:

Manca de límits (necessitat interna de límits). Necessitat de figures d'autoritat; no imposada, sinó imparcial i coherent amb uns valors i normes establertes.

Manca d'hàbits: tant en la higiene personal com en la convivència.

Agressivitat i rebuig. No és una qüestió personal, és la seva manera d'expressar-se. Reaccionen impulsivament i resolen els conflictes d'una manera agressiva. Aquesta agressivitat sovint s'expressa amb un llenguatge groller i insultant.

Necessitat d'afecte i d'atenció. La carència afectiva pot ser una de les causes del seu comportament més agressiu i de rebuig en alguns infants.

Necessitat d'autoestima. Alguns infants, per la pròpia experiència, se senten estigmatitzats; creuen que són dolents.

Alguns infants estan sobrecarregats de responsabilitats a les seves vides.

Difícil cultiu de la interioritat. Dificultat per saber què volen i poder reflexionar sobre tot allò que els passa.

(Fundació La Vinya, Casal Al Vent, 2009)

1.4. Glossari

- **Activitat adaptada:** és aquella plantejada de tal forma que la pot desenvolupar qualsevol persona amb o sense discapacitat, té en compte la perspectiva de gènere i situacions de vulnerabilitat social.
- **Discapacitat:** terme general que inclou les deficiències, les limitacions de l'activitat i les restriccions de la participació.
 - Deficiències: són problemes que afecten a una estructura o funció corporal (nivell corporal)
 - Limitacions de l'activitat: són dificultats per executar accions o tasques (nivell individual)

- Restriccions de la participació: són problemes per participar en situacions vitals (nivell social)

Per tant, la discapacitat és un fenomen complex que reflexa una interacció entre les característiques de l'organisme humà i les característiques de la societat on viu (OMS, 2011).

Les persones amb discapacitat inclouen aquelles que tinguin deficiències físiques, mentals, intel·lectuals o sensorials a llarg termini que, en interactuar amb diverses barreres, poden impedir la seva participació plena i efectiva en la societat, en igualtat de condicions amb els demés (OMS, 2006).

■ **Discapacitat física** (Generalitat de Catalunya, 2011):

- Motòrica: discapacitat física que pateixen aquelles persones que tenen afectada la capacitat de moviment per diverses causes (malformacions, accidents, lesions cerebrals...). Ex: tetraplegia, espina bífida, paràlisi cerebral,...
- No motòrica: Discapacitat física que tenen aquelles persones que per causes orgàniques no poden desenvolupar una vida plena (cansament, malalties coronàries, renals, pulmonars...).

■ **Discapacitat intel·lectual:** es caracteritza per un funcionament intel·lectual significativament inferior a la mitjana i altres deficiències en el comportament adaptatiu. Es manifesta durant el període de desenvolupament. No és una malaltia (no la podem curar ni tractar), és una condició humana (Fundació Pere Tarrés, 2011).

Es tracta de persones que, per causes tant congènites com adquirides, presenten deficiències mentals. Aquest col·lectiu es caracteritza per tenir una funció intel·lectual inferior a la mitjana i una facilitat de comprensió i informació reduïda. Aquesta categoria no inclou les persones amb malaltia mental (Generalitat de Catalunya, 2011).





Habitualment, la discapacitat intel·lectual es classifica, en funció del Coeficient Intel·lectual (QI) de la persona, en (Associació Americana sobre el Retard Mental (AARM), 1992):

- Lleus (50/55 a 70)
- Moderats o mitjos (35/40 a 50/55)
- Greus o severs (20/25 a 35/40)
- Profunds (sota 20/25) 1-2%

■ **Discapacitat sensorial** (Generalitat de Catalunya, 2011):

- Visual: discapacitat que pateixen les persones que tenen una manca total o parcial de visió que els impedeix portar una vida plena (ceguesa total o parcial).
- Auditiva: discapacitat de les persones que tenen una manca total o parcial d'audició que els impedeix portar una vida plena i que, com a conseqüència d'aquesta mancança, els pot faltar també la parla. Aquestes situacions poden tenir l'origen en lesions genètiques, en el part, o bé en malalties de la mare durant l'embaràs (sordesa total o parcial, sordmuda...).

■ **Falsa integració:** es dona quan un alumne o alumna amb discapacitat adopta rols passius reduint sensiblement la seva participació normalitzada en un joc (Ríos et. al, 2006).

■ **Igualtat d'oportunitats:** circumstància social en la qual la probabilitat d'èxit personal no està influïda per l'origen social.

Es tracta d'un concepte que fa referència a la finalitat de garantir que tots els individus tinguin les mateixes oportunitats de desenvolupar els seus dons i capacitats. Igualment, fa referència a l'esforç que fa una societat perquè tots els individus puguin satisfer llurs aspiracions de prosperar a partir de l'esforç i el mèrit individual, al marge de les seves característiques adscriptives, com el gènere, la raça o la classe social d'origen (Grup Enciclopèdia Catalana, 2011).

■ **Inclusió vs. Exclusió**

Inclusió social: estatut social suportat per tres pilars: la participació en la producció i la creació de valor social dins o fora del mercat, l'adscripció política i de ciutadana i l'existència de contacte amb xarxes socials i/o familiars (Subirats, 2004).

La inclusió s'entén com un procés i una actitud de normalització de la diferència, és a dir, com a oposició a l'exclusió i la discriminació (Fundació Pere Tarrés, 2011).

Exclusió social: és una situació concreta fruit d'un procés dinàmic d'acumulació i combinació de diversos factors de desavantatge que afecten cada vegada més persones i grups socials (Subirats, 2005).

■ Integració vs. Inclusió

La **inclusió** s'entén com un procés i una actitud de normalització de la diferència, és a dir, com a oposició a l'exclusió i la discriminació. En integrar, permetem l'entrada de persones diferents a la majoria. Però quan incloem no només hem d'integrar, sinó evitar que les diferències comportin actituds diferents (Fundació Pere Tarrés, 2011).

■ **Intel·ligència emocional:** capacitat de reconèixer els propis sentiments i els dels altres. Permet comprendre'ns millor a nosaltres mateixos i als demés per, finalment, controlar els nostres actes i la relació amb la resta.

■ Recursos educatius

- Aula d'acollida: espai ubicat al centre educatiu destinat a infants de 8 a 16 anys procedents d'altres països que acaben d'incorporar-se al sistema educatiu català i no coneixen la llengua catalana. Els ajuda a adquirir coneixements bàsics de llengua catalana per tal de facilitar l'adquisició de continguts al seu grup o classe el més aviat possible.
- Centre Obert: servei diürn preventiu, fora de l'horari escolar, que dóna suport, estimula i potencia l'estructuració i el desenvolupament de la personalitat, la socialització, l'adquisició d'aprenentatges bàsics i l'esbarjo, i compensa les deficiències socioeducatives de les persones ateses mitjançant el treball individualitzat, el grupal, la família, el treball en xarxa i amb la comunitat.
- Centre Diari: espai diari en horari extraescolar adreçat a la població infantil i juvenil, tant si es troba en una situació de risc social com si no és així, per tal que realitzi reforç escolar i altres activitats més pròpies del lleure educatiu, treballant de forma preventiva i acompanyant als infants i joves en el seu creixement educatiu i personal.
- CRAE (Centre Residencial d'Acció Educativa): residència on viuen infants i joves tutelats per la Direcció General d'Atenció a la Infància i l'Adolescència de la Generalitat de Catalunya (DGAIA). Els infants o joves s'hi estan de manera temporal (el temps necessari de resoldre alguna situació familiar concreta) o fins que fan la majoria d'edat.



- CSMIJ (Centre de Salut Mental i Juvenil): es tracta d'un servei especialitzat en donar atenció ambulatoria en salut mental, psiquiatria i psicologia clínica a menors d'edat entre 0 i 18 anys.
 - Serveis bàsics d'atenció social: conjunt organitzat i coordinat d'accions professionals, integrat per equips tècnics, amb l'objectiu de millorar el benestar social i afavorir la integració de les persones.
 - DGAIA (Direcció General d'Atenció a la Infància i l'Adolescència de la Generalitat de Catalunya): és l'organisme que promou el benestar de la infància i l'adolescència en alt risc de marginació social amb l'objectiu de contribuir al seu desenvolupament personal. També exerceix la protecció i tutela dels infants i adolescents desemparats (Generalitat de Catalunya, 2010).
 - UEC (Unitat d'Escolarització Compartida): recurs educatiu que ofereix un currículum adaptat a les necessitats concretes de joves menors de 14 anys que no s'han adaptat a l'institut. Acostumen a rebre una atenció més personalitzada i combinar les classes més acadèmiques (llengua, matemàtiques, ciències,...) amb d'altres vinculades a una professió (fusteria, mecànica, tèxtil,...).
 - Escoles d'Educació Especial: centres educatius que atenen infants i joves amb discapacitat.
- **Llenguatge sexista:** el llenguatge no és neutral. Amb el llenguatge es transmet bona part de la forma de pensar, sentir i actuar d'una societat. Tradicionalment ha estat construït des d'un punt de vista masculí en el que la dona tenia un paper secundari (Barbeito i Caireta, 2008).
- Això ha donat com a resultat determinades pràctiques que discriminin implícitament les dones i que estan plenes d'estereotips (Institut Català de les Dones, 2005). Entre altres:
- La utilització del masculí com a valor genèric: "l'equip de monitors", "en aquest grup hi ha 5 nens: 3 nenes i 2 nens".
 - El prejudici de que hi ha professions de dones i d'homes: secretàries i advocats.
 - El tipus d'adjectius que s'apliquen a cada sexe: "dona plorosa" i "noi valent".
- **Necessitats Educatives Especials:** es donen quan una deficiència (física, intel·lectual o sensorial) afecta l'aprenentatge i fa imprescindible modificacions parcials o totals del currículum per tal que l'infant o jove pugui assolir el màxim desenvolupament de la seva personalitat i les seves capacitats. Aquestes necessitats

educatives es poden presentar de forma permanent durant tota l'escolarització o en una fase d'aquesta.

Sempre que és possible, l'infant o jove assisteix a un centre escolar ordinari.

- **Nouvingut/da:** terme que s'utilitza per referir-se a una persona que fa menys de dos anys que ha arribat a Catalunya.
- **Patriarcat:** sistemes de societats en què dominen els valors masculins, i en què els homes ocupen majoritàriament les posicions de poder (Barbeito i Caireta, 2008).

Tradicionalment les societats europees (per no dir la majoria del món) s'han regit i encara ho fan sota aquest sistema.

Per contra, si el que predominen són els valors femenins, estaríem parlant d'un matriarcat.

- **Sexe vs. Gènere** (Barbeito i Caireta, 2008)

El **sex** pot ser masculí o femení. És el fet de tenir òrgans sexuals masculins o femenins. Es tracta d'un terme biològic, que fa referència a l'anatomia de les persones.

El **gènere** també pot ser masculí o femení. És el fet de compartir els valors, actituds i comportament habitualment atribuïts als homes (gènere masculí, o masculinitat) o a les dones (gènere femení, o feminitat), independentment del sexe que es tingui. Es tracta d'un terme cultural que fa referència a com se senten les persones, o al rol que adopten. Sovint s'accepta que hi ha moltes maneres d'entendre el gènere masculí i femení.

- **Vulnerabilitat social:** caracteritza les múltiples situacions de precarietat que es poden transformar en exclusió social si s'agreugen les circumstàncies o se n'acumulen d'altres a les ja existents (Subirats, 2004). El risc pot esdevenir per raons econòmiques, administratives, familiars, educatives, laborals,...



BLOC 2.

RECOMANACIONS I CONSELLS



Per fer un bon ús de la següent guia, cal partir d'una sèrie de premisses bàsiques i fonamentals. No són grans consideracions sinó més aviat de sentit comú. Però precisament per això en deixem constància, ja que aquest no sempre és el més comú de tots els sentits.

En primer lloc, **cada persona és única i irrepetible**, amb les seves virtuts i les seves diferències. Cal tenir-ho clar per poder entendre que aquesta petita guia de recomanacions i consells pràctics té la intenció de ser orientativa, en cap cas un manual d'ús com el d'una rentadora.

Hi haurà recursos que serviran, i d'altres no tant. **Alguns funcionaran bé un dia, però no al dia següent.** Per què? Doncs perquè malgrat que es puguin agrupar els infants i joves en col·lectius més o menys d'iguals, no són homogenis. Tampoc responen igual a estímuls semblants. Per exemple, es pot fer una activitat idèntica dos dies diferents i que el seu funcionament sigui fins i tot oposat; sobretot amb adolescents. Per tant, cal estar sempre alerta i disposat a canviar la manera d'intervenir. I **no tinguem por a equivocar-nos!** El mètode científic, de fet, es basa en l'“assaig i error”.

En segon lloc, només cal **adaptar les actituds, maneres de fer i activitats a la diversitat**; no canviar-les ni rebaixar expectatives en quant a objectius del centre. El cas potser més paradigmàtic podria ser el de les persones amb discapacitat: la discapacitat no ha de condicionar les activitats (Laia Castillejo, Estris núm. 171, 2010). Només caldrà adaptar-les de tal forma que aquest infant o jove les pugui fer en igualtat de condicions que la resta.

Finalment, cal tenir molt clar que es tracta d'un **procés a mig termini** que requereix de la **implicació del centre** i d'un **treball en equip** per part de l'equip de monitors i monitores, amb alts i baixos, en què no es podran perdre de vista els objectius que ens haguem fixat. Aquests hauran de formar part de les línies estratègiques del centre d'esplai, traduïdes en allò que es coneix més tècnicament com **actuacions transversals**. És a dir, que estan presents en tot allò que es fa al centre, que no es tracta d'un bloc estanc. Va més enllà de fer activitats de sensibilització, celebrar “el dia de la inclusió” o centrar-se únicament en les activitats. Inclou també reflexionar sobre com es treballa, com es prenen les decisions, així com la manera de pensar i plantejar el dia a dia de l'esplai.

En darrer terme, afegir que a l'hora de plantejar activitats s'ha de tenir molt present que:

“La primera cosa que necessites perquè un joc sigui educatiu és un educador que identifiqui que allò que utilitza ho fa amb una intencionalitat determinada i transmetent uns valors determinats. Llavors aquell joc és educatiu, però el joc per si sol no ho és pas” (Oriol Ripoll, Estris núm. 171, 2010).



2.1. Gestió de les emocions

La nostra posició davant la realitat, una persona o una situació, no és neutra. De com ho fem en dependrà la nostra tasca educativa. En aquest sentit, les **emocions resulten una eina molt útil quan es treballa amb infants o joves**, independentment de l'edat, sexe, origen o condició. Les emocions condicionen la manera com ens posicionem davant seu, com reaccionem; què diem i com ho fem és determinant a l'hora d'educar. N'hi ha que són més agradables que altres, però hi són: **alegria, ira, tristesa i por**.

Si això és així amb tothom és perquè tots compartim tres necessitats bàsiques: establir vincles afectius, disposar d'una xarxa de relacions socials i comunitàries, i de contacte físic agradable (López, 1998).

Les respostes emocionals **guien i organitzen la conducta** i condicionen la **comunicació**:

- L'alegria: motiva, facilita la memòria i l'aprenentatge, afavoreix l'afrontament i la tolerància a la frustració,...
- L'ira: mobilitza molta energia per eliminar les barreres o les fonts de la frustració.
- La tristesa: tendència a l'abandonament, pèrdua d'afecció, potencia la passivitat i promou la protecció.
- La por: afavoreix una millor identificació de l'amenaça, motiva la protecció d'un mateix. L'expressió facial incita a evitar la situació o demanar ajuda.

En comunicació, tan important és l'emissor com el receptor. Tots dos comuniquen al mateix temps. I moltes vegades amb un llenguatge no verbal que cal saber interpretar. En aquest sentit, dominar la gestió de les emocions facilita conèixer-se a un mateix, els propis límits, els de l'altre i els de la vida (intel·ligència emocional). Això permet reaccionar més positivament davant determinades situacions. Per exemple:

- Por: en lloc de fugir, **demanar protecció**.
- Ira: en lloc de reaccionar violentament (agredir), **demanar** a l'altre que canviï allò que t'està molestant.
- Tristesa: en lloc de tancar-te en tu mateix, **demanar consol**.
- Alegria: en lloc d'explotar, **compartir-ho** amb la resta.

En definitiva, hauríem de tractar infants i joves de manera global. No només quedar-nos amb què diu, sinó també amb el com i el perquè, i anar més enllà.

Tanmateix, les emocions també afloren en l'equip de monitors i monitores. Segurament, de les quatre, la que pot fer més respecte i es vol evitar és la de la por. En aquest cas, mai hem de fugir. En primer lloc, cal relaxar-se, analitzar la situació i actuar el més tranquil·lament possible, sense por a equivocar-se.

Per treballar les emocions hi ha dinàmiques que poden ser molt útils per portar a terme amb l'equip de monitors i monitores:

Relaxació i presa de consciència individual	Tothom estirat al terra (sobre unes catifes, mantes o màrfe-gues). Es posa música tranquil·la prenent consciència de tot el nostre cos i de cada una de les seves parts. Primer es noten els dits dels peus, els peus, les cames,... i així amb totes les parts de cos.
Acompanyament i con-fiança	Es fan parelles que caminen per una sala. Un membre del grup va amb els ulls tapats i l'altre fa de guia. Després d'una estona, seuen a terra i qui pot veure li fa quelcom que li agradi a l'altre: un massatge, pessigolles, carícies, ...
Expressió corporal	Es posa música perquè tothom vagi movent totes les parts del cos al ritme de la música. Variant: fer ballar un objecte (bolígraf) i després ballar com si fóssim aquest objecte.
Pertinença i exclusió	Tothom s'asseu a terra en rotllana menys un. S'han de passar un mocador sota les cames i l'altre haurà d'endevinar què s'estan passant i qui ho té. Com se sent la persona que està al mig?
Confiança	Es fan dues files de persones. Es donen les mans de manera creuada creant una <i>cinta mecànica</i> . Una persona s'estira a so-bre de la cinta i es deixa portar fins l'altra banda de la cinta. La persona podrà creuar si la cinta es mou amunt i avall (com si fossin onades). Variant: en lloc d'estar de peu, estirats a mode de cremallera (2 files, ajuntant caps amb caps) i la persona passa per sobre els cossos. Una persona del grup es deixa caure sobre les mans dels primers de la filera i serà transportada per totes les mans fins al final de la fila.
Expressió i cohesió	En un primer moment, es demana que es simbolitzin emocions i estats d'ànim utilitzant tot el cos, congelant la imatge durant uns segons (estàtues). Ex: por, ràbia / ira, tristesa, alegria, deliri, excitació, diversió, depressió, eufòria, decepció, enuig, menys-preu, fàstic, enamorament, passió, reflexió, ofuscació, "deixar-se anar", empenta, il·lusió,... Després, es deixa la sala buida de tal forma que el grup es situa tocant la paret. Una persona hi entra i es <i>congela</i> en una està-tua. Tot seguit hi entra una segona persona i l'ha de completar. Així successivament fins que tothom hi ha entrat, formant així una gran estàtua.



2.2. Gènere

2.2.2. A l'espai

- A l'hora de gestionar l'espai i prendre decisions, cal fer-ho el més democràticament i per consens possible. Es demostra que les decisions no es prenen autocràticament (no hi ha una persona que mana per sobre de la resta de manera autoritària). Però tampoc cal confondre autoritat amb poder i autoritarisme.
- Llenguatge no sexista, tant en el discurs escrit com oral (Institut Català de les dones, 2008):
 - *L'ús de genèrics reals*: existeixen noms genèrics reals, ja siguin masculins o femenins, que serveixen per anomenar el col·lectiu de dones i homes. Ex: persona, infància, alumnat, ésser humà, població, etc.
 - *L'ús dels dos gèneres gramaticals*: dobles formes, quan ens referim a un grup mixt hem d'evitar ocultar les dones darrere el gènere gramatical masculí usat com a fals genèric. Ex: els treballadors i les treballadores, les mares i els pares.
 - *L'ús de noms abstractes*. Ex: assessoria, tutoria, direcció.
 - *L'ús de les formes personals dels verbs i l'ús de pronoms*: qui (la persona que) es trobi.
 - *L'ús de les barres*, quan no existeixi una altra fórmula més adequada o per qüestions d'espai en el document, en el cas de documents administratius (el/la). L'@ no és un signe lingüístic.
 - Respectar la regulació de denominació de títols acadèmics. Ex: metgessa, advocada.
 - *Flexibilitzar l'ordre de les paraules*. Ex: mares i pares, nois i noies.
 - *Dotar el discurs d'homogeneïtat*. Quan s'adopta una solució no sexista, cal mantenir-la.

2.2.2. Al grup i en les activitats

- Establir grups paritaris, en la mesura que sigui possible (Institut Català de les dones, 2008).
- Vigilar amb el repartiment dels espais de joc. Els nois tenen tendència a ocupar el centre de l'espai de joc i les noies a quedar-se en un racó (Institut Català de les dones, 2008).

- Responsabilitats compartides: a l'hora de recollir, participar, repartir rols en una activitat,... (Institut Català de les dones, 2008).
- Les activitats de per si no cal adaptar-les gaire. Però sí cal vigilar que els rols que s'adopten no són una reproducció dels de la realitat. En aquest sentit, els nois no han de tenir sempre els rols més actius o de poder, ni les noies els més passius. Fins i tot, hauríem d'evitar que es produeixi aquesta distinció en la pròpia activitat. Per exemple, evitar el rol del líder o capità de l'equip.
- Contes i motivacions. Intentar trencar amb els rols tradicionals de poder i submissió. Ex: princeses valentes i cavallers porucs. O, si més no, treballar-ho de tal manera que quedi clar que el que es representa és només fruit d'una invenció, no de la realitat.

2.3. Discapacitat

2.3.1. Intervenció en general

DECÀLEG D'INTERVENCIÓ

Un cop un coneix que està davant un infant amb una discapacitat o un trastorn, habitualment la pregunta que hom es planteja és: com cal actuar? A continuació se citen deu aspectes clau a tenir en compte a l'hora d'intervenir amb infants o joves amb alguna discapacitat o trastorn:

1. Veure en primer lloc a l'infant o jove abans que la discapacitat o el trastorn.
2. Relacionar-se amb ell segons les seves capacitats, possibilitats i ritmes i no segons les seves dificultats.
3. Tenir en compte les limitacions inherents a la discapacitat o el trastorn evitant comportaments marcadament diferenciadors respecte la resta de companys.
4. Mostrar-se empàtic i comprensiu.
5. Abans d'intervenir, observar i mantenir una actitud de proximitat i escolta.
6. Evitar actituds de sobreprotecció, de rebuig o d'anticipació.
7. Adreçar-se de forma clara, amb premisses senzilles i concretes.
8. Mantenir el contacte ocular, la proximitat física i/o el contacte físic.
9. Utilitzar un to ferm, elogiar quan correspongui i no abusar dels càstigs.
10. Contactar amb la família, l'escola i/o els professionals d'atenció directa a l'infant o jove amb discapacitat o trastorn per tal de fixar línies d'intervenció comunes.

Raquel Dolado, Estris núm. 171, 2010



2.3.2. L'acollida

Segurament el moment clau per garantir una bona inclusió és l'acollida (Fundació Pere Tarrés, 2011). Per una banda, de cara a totes les famílies de l'esplai i, de l'altra, amb els infants i joves; a més de fer un treball previ amb l'equip de monitors i monitores.

En relació a les **famílies**, no cal plantejar un nou protocol. Senzillament incloure la discapacitat a la reunió de presentació per, sobretot, posar les cartes sobre la taula, per evitar malentesos en un futur. Més concretament, a la família de l'infant amb discapacitat cal fer-la sentir còmoda i segura; que no es mirará malament el seu fill o filla, que no se'l tractarà diferent, sinó que es farà tot el possible perquè es pugui incorporar a la dinàmica habitual de l'esplai. A més, si és la pròpia família la que ha donat el pas serà perquè ho té força clar i ja confia en l'esplai. Per tant, més que dubtes i problemes, seran un bon suport per la tasca de l'esplai.

Paral·lelament, al **grup d'infants** també se l'ha d'informar de la presència d'una persona amb discapacitat. Cal que coneguin quines són les mancances i aptituds del nou infant i així com el poden ajudar; fer-los còmplices del procés d'inclusió.

Si són petits els serà gairebé automàtic veure abans el seu nou company o companya que la discapacitat. Aquest procés serà més complicat a mesura que vagin creixent, ja que els prejudicis estaran més marcats. En aquest sentit, els jocs de coneixença esdevenen fonamentals per a tothom.

Igualment, resulten d'especial rellevància les informacions inicials que donem al grup, les quals tindran una triple finalitat (Puigdemívol, 2006):

- entendre la discapacitat. Donar la informació necessària. El grup ja en demanarà més. No presentar l'infant des de la seva diferència. Anar d'allò general a allò particular. D'allò simple a allò més complex.
- situar-se davant de l'infant amb discapacitat. La comunicació (a l'alçada dels ulls, mantenir la mirada, eines de suport (alfabets), fer veure que tothom ens entenen però que potser costarà més...) No sobreprotecció. Saber com i quan podem ajudar.
- estimular les relacions i els vincles. (...)

A mesura que el grup va evolucionant, cal **parlar sobre la situació obertament i sense por** (Down Lleida, 2011). Fins i tot, utilitzant expressions com "ens veiem demà!" encara que hi hagi una persona amb discapacitat visual (Laia Castillejo, Estris núm. 171, 2010). Cal recordar que incloure vol dir normalitzar la diferència, per tant: trencar tabús.

Finalment, la inclusió requereix de la **implicació dels infants i joves del propi grup**. La resta del grup hauria d'entendre que el nen, nena o jove amb discapacitat anirà aprenent i adaptant-se a l'esplai. Així, si tothom posa de la seva part, tothom en sortirà beneficiat i beneficiada. Per tant, s'ha de responsabilitzar a tot el grup però evitant caure en el paternalisme. Per exemple, no deixant que infants i joves ajudin en excés a la persona amb discapacitat. Tot plegat requereix de moments de reflexió i autocrítica (Rivas, 2011).

Així mateix, la idea de canviar l'infant de grup perquè sembli que no assoleix els objectius pot esdevenir contraproduent. Per tant, de la mateixa manera que **el grup en general es manté**, també ho ha de fer l'infant amb discapacitat, sempre que sigui possible (Ramírez, 2011; Down Lleida, 2011).

2.3.3 Activitats

D'una manera o altra tothom té alguna discapacitat: si ets dretà però et trenques el braç dret, no pots escriure; si li treus les ulleres a una persona amb més de dues diòptries de miopia li costarà orientar-se; o fins i tot les persones esquerranes tenen problemes per trobar eines ben adaptades com unes simples tisores o llibretes d'espiral. De la mateixa manera, si hi ha un infant amb asma evitem fer-lo córrer més del compte. Així mateix, a un noi de 10 anys no el farem jugar a una activitat amb un grau de complexitat propi de 12 o 16 anys (Ripoll, 2011).

En definitiva, de la mateixa manera que es tenen en compte aquests aspectes a l'hora de plantejar qualsevol activitat, s'ha de fer quan hi ha un infant o jove que presenta una discapacitat física, intel·lectual o sensorial. L'objectiu d'adaptar una activitat ha de ser sempre **fer-la accessible per a tothom, fomentar l'autonomia d'aquelles persones que poden tenir algun handicap (físic, intel·lectual o sensorial) i que sobretot tothom s'hi trobi a gust**. A més, també pot servir per replantejar-se l'activitat, fer-la més entenedora o millorar-la.

Però no per això hem de rebaixar els objectius i expectatives. És possible que el ritme d'aprenentatge sigui més lent però no és raó per conformar-nos amb els mínims. És una actitud que no deixa de ser força paternalista. D'aquesta manera només tallem les ales a la persona amb discapacitat, se'l fa caure en la monotonia i a esperar passivament tot el que se li pugui oferir (Castillo, 2006).

"Ens conformem amb que el nen s'entretengui, ja sabem que molt no aprendrà": raonament d'algunes famílies quan volen inscriure la seva filla o fill a l'esplai (Castillo, 2006).

Així mateix, **no infantilitzar-los**. Tendim a fer-ho a l'hora de fer activitats, explicar-les, valorar-les o felicitar-los. Sobretot amb joves i amb discapacitat intel·lectual. Els tracem com si tinguessin permanentment 6 anys i no és així.



I el darrer element a tenir en compte és, de nou, incidir sobre l'imperatiu de perdre la por, trencar estereotips i tabús. En aquest sentit, preparem les activitats sense complexos.

La **metodologia per adaptar una activitat** no és complicada. Primer, s'ha de plantejar l'activitat sense tenir en compte els nois i/o noies amb discapacitat. Després, fer les variacions infant per infant. Aquestes no han d'anar dirigides a fer-li la “vida més fàcil” ni a treure-li responsabilitat (Ramírez, 2011). S'ha d'adaptar allò estrictament necessari perquè tothom hi pugui participar.

Les adaptacions haurien de ser (Ríos et al., 2006):

- El més senzilles possibles
- Sense una gran preparació anterior
- Fàcils d'executar durant l'activitat
- Comprensibles per l'alumne.

Adaptar una activitat dificulta poder-la improvisar i fer variacions sobre la marxa. Hem de ser conscients que requereix planificació; No molta, però sí una certa previsió. **No podem improvisar ni l'activitat ni el discurs** (com l'expliquem). Sobretot perquè estem davant d'un grup heterogeni de persones, amb necessitats diverses. Per exemple, si hi ha una persona amb la visió reduïda, caldrà evitar expressions com “anem fins a la cantonada aquella d'allà...” o “quan abaixi el braç tothom sortirà corrents” (Ripoll, 2011).

No obstant, pot ser una bona manera de simplificar la complexitat d'alguna activitat i tenir-la ben preparada.

En definitiva, la planificació passa per adoptar la següent metodologia de treball (Ramírez, 2011):

- 1r. Plantejar l'activitat sense tenir en compte els nois i/o noies amb discapacitat.
- 2n. Fer les variacions infant per infant. Però mai traient-li responsabilitat (no sobreprotegir!!) ni tampoc baixar l'exigència vers el grup.

Les següents indicacions es basen en 6 elements a tenir en compte i els consells que s'hi donen són orientatius (adaptat de Ríos et. al. 2006):

- L'espai: terreny, distàncies, espais de refugi (“casa”).

- Recursos utilitzats: les formes, el material de que estan compostats,...
- La normativa: reglamentació, normes, sistemes de puntuació, handicaps afegits,...
- Les habilitats: formes de desplaçament (sobretot a nivell motriu).
- Suport addicional: que algun monitor, monitora o, fins i tot infants del propi grup, el recolzi durant l'activitat. Però en cap cas hauria d'estar sempre al seu costat. Cal deixar autonomia.
- Comunicació: manera de donar les explicacions i suports (visuals, auditiu,...) durant el joc (ex: targetes,...).

Els jocs cooperatius sovint estan ja adaptats a les necessitats que cal cobrir. Però no tot hauria de limitar-se a aquest tipus de joc. La competitivitat també pot educar, ja que es treballa la cohesió, la superació, la victòria (saber guanyar i perdre), l'equip, el respecte al contrari i a les regles del joc (adaptat de Ríos et. al. 2006).

Tota aquesta metodologia de treball passaria per intentar mantenir un equip més estable de monitors i monitores per poder planificar bé el curs. Menys activitats, amb més temps per l'anàlisi i temps lliure per als propis infants (Rivas, 2011).

DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL

ESPAI
Evitar elements de distracció. Espais tranquils, sense gaire soroll ni aglomeracions (Amaia Hervás Zúñiga a Gallardo, 2008). Espais indefinits o amb delimitacions molt flexibles (Ríos et. al. 2006). Ex: la música de fons els pot distreure (costa dominar dos estímuls al mateix temps) (Rivas, 2011).

MATERIAL
Poc material per no crear dispersió . Objectes grans, d'execució lenta. Es podrà reduir la mida a mesura que vagin agafant habilitats. (Ríos et. al. 2006)



NORMATIVA

Jocs curts, amb poca capacitat de concentració.
Sistemes de puntuació senzills i de fàcil comprensió.
Jocs senzills, sense gaires decisions a prendre, deixant força temps per prendre-les; una resposta per a cada decisió.
(Ríos et. al. 2006)

HABILITATS

Solen tenir habilitats amb les tasques mecàniques i de repetició.
Anar d'habilitats senzilles a complexes.
(Ríos et. al. 2006)

SUPORT

Treballar per parelles d'infants (no tenir un suport adult permanent).
(Ríos et. al. 2006)

COMUNICACIÓ

Llenguatge clar, senzill i comprensible.
Donar les instruccions de manera senzilla i concreta.
No utilitzar infantilismes.
Respectar el ritme més lent... (Laia Castillejo, Estris núm. 171, 2010).
Utilització d'imatges clares i sintètiques que transmetin idees o situacions (Amaia Hervás Zúñiga a Gallardo, 2008).
Ajudar-se de suports visuals (dibuixos) o representacions (no dir "saltar" sinó fer-ho) (Down Lleida, 2011).
Treballar les activitats prèviament (Down Lleida, 2011).
Fer l'explicació de manera molt general però amb suport d'un monitor al llarg del joc (Ríos et. al. 2006).
Utilitzar colors, dibuixos, icones gràfiques, per les portes, parets, materials,...
(Ríos et. al. 2006)

ALTRES

Establir rutines. No els agraden els canvis.
TEA: "activitats repetitives o rígides en les quals sent que controla el seu entorn, que tot és allà, on ella vol" (Amaia Hervás Zúñiga a Gallardo, 2008).

DISCAPACITAT FÍSICA

ESPAI

Delimitar l'espai per compensar les dificultats de mobilitat.
 Terreny llis i pla per afavorir els desplaçaments.
 Distàncies adaptades: més llargues i més curtes en funció del col·lectiu (ex: curses de sacs).
 Refugis quan es jugui a jocs que incloguin desplaçament.
 (Ríos et. al. 2006)

MATERIAL

Materials tous (problemes de pressió), grans i fàcilment manipulables.
 Folrar els reposapeus de les cadires de rodes amb escuma (evitar fer mal a la resta de participants de l'activitat).
 Genolleres,... per a aquells que poden caure.
 (Ríos et. al. 2006)

NORMATIVA

Normes de discriminació positiva. Ex: Donar més "vides" perquè pugui mantenir-se més temps al joc (Ripoll, 2011; Ríos et. al. 2006).
 Permetre fer l'activitat asseguts.
 Cadires de rodes o mobilitat reduïda: no jugar a tocar, sinó que ja està *enganxat* a un metre.
 Sistemes de puntuació i els seus requisits. Ex: per aconseguir el punt tothom ha d'haver tocat la pilota.
 Reduir el nombre de participants, o atacar en equip (jocs com 'conillets i amagar' o 'tocar i parar'...).
 (Ríos et. al. 2006)

HABILITATS

Modificar la forma de desplaçar-se dels adversaris directes (Ríos et. al. 2006).

SUPORT

Parelles d'infants (Ríos et. al. 2006).

COMUNICACIÓ

Preveure dificultats de parla: tauler Bliss, sil·làbic, plantilla amb fotos,... (Ríos et. al. 2006).



DISCAPACITAT SENSORIAL (VISUAL O AUDITIVA)

ESPAI
Mantenir-lo endreçat, sense canviar gaire les coses de lloc (taules, cadires,...) per evitar posar obstacles. Crear punts d'orientació (tàctils, sons, suport). Fer reconeixement previ de l'espai. Terrenys llisos i sense pendents. Si tenen poca visió: utilitzar colors, dibuixos, icones gràfiques, per les portes, parets, materials,... (Ríos et. al. 2006)

MATERIAL
Adaptacions tàctils i sonores. Familiaritzar-se prèviament amb els materials (Ex: els materials amb arestes poden causar rebuig (por) d'entrada. Materials amb textura (escuma, rugosos), amb olors, grans (balons): faciliten la seva acceptació amb l'objecte. Materials amb so: cascavells a les pilotes, xarxes... (Ríos et. al. 2006)

HABILITATS
Modificar la forma de moviments de la resta, o simplificar les del noi o noia amb discapacitat visual i/o més complexes per la resta (Ríos et. al. 2006)

NORMATIVA
Variar sistema de puntuació (ex: llançaments a cistella, puntuar si es toca tauler): evita la desmotivació Obligar a passar la pilota a la persona amb discapacitat visual abans de marcar gol Atorgar tasques concretes i específiques

SUPORT

Fer parelles.

Acompanyament:

Braç en angle recte i la persona cega s'agafa al colze, sempre un pèl endarrerit per percebre els obstacles a partir dels gestos de l'altre:

- En fila índia: colze a l'esquena
- Joc ràpid: endarrerir encara més el braç que acompanya per donar més temps al jugador cec a anticipar els seus moviments.
- Pujar obstacles: indicar-ho amb la veu, frenar la persona allunyant la mà d'acompanyament, posar la mà al pit perquè aquest l'agafi. Així s'evita el xoc, es frena i s'anticipa el moviment.

(Ríos et. al. 2006)

COMUNICACIÓ

Visual: tenir en compte que la informació captada és oral (cal evitar gestos a l'aire, millor tocar-li l'espatlla si ens estem dirigint a ell), utilitzar amb naturalitat les expressions verbals relacionades amb la visió ja que formen part del vocabulari (mirar la TV, ens veiem!), concretar la posició i les ubicacions d'elements físics, evitar el desordre i conèixer l'ús de les adaptacions (faristol, ulleres, Braille...) (Laia Castillejo, Estris núm. 171, 2010).

Fer explicacions orals i descriptives. Potser començar per les més senzilles i anar complint-ho tot més endavant. Cal adaptar el llenguatge a l'edat i coneixement de l'espai i propi cos; ha de ser el més precís possible. Modular el to: suau (tranquil·litzar), alegre i segur (motivar) i massa alt (inhibir l'acció).

Monitor com a centre de referència espacial (orientació indirecta): situar-se estratègicament. "Tothom al centre" i el monitor es col·loca al centre.

Auditiu: tenir present que la informació captada és visual, per tant, cal evitar parlar d'esquenes, vocalitzar amb claredat però sense cridar, millor frases curtes i concretes ja que tenen dificultat per entendre el llenguatge d'indirectes o les bromes de doble sentit (Laia Castillejo, Estris núm. 171, 2010).

(Ríos et. al. 2006)



ALTRES CONSIDERACIONS

■ Generals

- Tenir en compte que tothom desenvolupa al màxim el poc sentit/capacitat que té. Ex: una persona amb discapacitat visual es pot moure per les ombres. Ergo, no fem jocs amb els ulls embenats! (Ripoll, 2011)

■ Discapacitat intel·lectual

- Com intervenir: no substituir en responsabilitats, capacitar i fer competents, donar suport, promoure seguretat i confiança en les pròpies competències, no exigir per sobre de les capacitats dels qui li han de donar suport cada dia, promoure autonomia, creativitat i iniciativa, "Criteris ecològics" de sostenibilitat (Huguet, 2011).
- Incidir amb allò que sap fer en grup, no sol (Huguet, 2011).
- Les persones amb discapacitat intel·lectual es mouen per intuïcions. Tenen uns paràmetres diferents als nostres; amb menys lligams. Segurament per això responen molt positivament al jazz i blues (Rivas, 2011).
- TEA (Amaia Hervás Zúñiga a Gargallo, 2008):

Molta sensibilitat a sorolls, canvis, aglomeracions. Això els genera ansietat i temor. La solució la troben, per exemple, amb les estereotípies.

- Síndrome de Down (Down Lleida, 2011):

La seva capacitat d'aprenentatge és més lenta, però no nul·la. Potser no arribaran a ser mai advocats però no seran dependents de ningú.

L'aprenentatge es fa molt per imitació.

Avui en dia la seva situació ha canviat: són més autònoms, no tenen una vida sedentària: fan piscina, esport, esplai,...

Aprenentatge més lent però poden fer totes les activitats: feines mecàniques, de psicomotricitat,...

■ Discapacitat sensorial

- Risc de desorientar-se, la por a xocar pot reduir la seva empenta a l'hora de participar (Ríos et. al. 2006).

A banda d'aquestes recomanacions hi ha d'altres aspectes igualment a tenir present (Ripoll, 2011):

- Els infants i joves mai no són com pensem que són. Tenen una gran capacitat de sorprendre'ns. Per tant, hem d'estar oberts a adaptacions gairebé in situ. Però això requereix, de nou:

No anar amb el pilot automàtic: ni fer sempre les mateixes activitats ni improvisar.

Aprendre a explicar-ho: què es vol transmetre, com ho fem, ho fem bé?, actitud de la resta de monitores i monitors,...

- Els infants i joves es poden cansar de l'activitat i abandonar-la. Però no només ho farà un infant amb un Trastorn de l'Espectre Autista, Síndrome de Down o Paràlisi Cerebral, sinó també un o una que no tingui res de tot això.

Per aquestes raons, a l'hora de plantejar una activitat es pot (Ripoll, 2011):

- Combinar diferents "tècniques" / ritmes / rols en una mateixa activitat.

Ex: variar la motricitat en un joc de persecució com seria 'tocar i parar'. A cada zona es corre de manera diferent (a peu coix, a quatre grapes, molt lentament,...) de tal forma que segurament un noi o noia amb cadira de rodes, croses o TEA es mourà més fàcilment que la resta per unes zones concretes.

- Combinar diferents sentits: oïda, visual, sensorial,... La combinació d'estímul per fer-ho més accessible a tothom. No només a l'hora de fer-ho, sinó d'explicar-ho.
- Afegir diferents nivells de complexitat. No només per edats sinó de comprensió. Començar amb unes instruccions simples i complicar-les / evolucionar-les fins on el grup arribi.

Ex: amb una manualitat, començar amb les més senzilles i anar afegint complexitat.

- Jugar amb handicaps.

Ex: a un joc de taula, variar la missió de cadascú en funció del seu nivell. A l'Aualé, un ha d'aconseguir recollir 30 llavors en lloc de 24.

Ex: amb jocs motors, posar normes de discriminació positiva, com seria establir zones de descans pròpies per persones que van amb croses al mig del camp de joc, o que hagin de recórrer menys distància.



En aquest cas, els canvis han d'estar consensuats amb el grup i fugint de paternalismes envers l'infant o jove amb discapacitat. De fet, sovint es fa el mateix amb una persona que no ha jugat mai a aquest joc.

- Crear parelles perquè es puguin ajudar mútuament.

2.4. Infància en situació de vulnerabilitat

En el cas de tenir infants i joves en situació de vulnerabilitat, no hi ha gaires aspectes a tenir en compte a l'hora de planificar una activitat.

1. De cara a l'**equip de monitors i monitores**, en destacaríem els següents:

a. **Ser conscient de la seva situació, característiques i necessitats**, però evitant l'actitud paternalista de l'"ai pobret". Ser-ne conscient no vol dir deixar de ser exigents i severs quan toqui. Però sí vigilar les formes, que no pugui percebre el teu comentari o acció com una enèsima recriminació, crítica negativa o rebuig.

b. Fixar-se **objectius més concrets** a treballar individualment: hàbits, la conducta, l'autoestima,... Per exemple, l'hàbit de prestar atenció (ex: en donar instruccions), la constància (acabar allò que es comença), o la manera no violenta ni impulsiva de resoldre els conflictes. Per tant, tenir més paciència, ja que costarà començar i finalitzar una activitat.

És recomanable fixar-se un període de temps clar i avaluar-los després. Fins i tot durant les reunions de monitors/es es pot deixar un espai per fer un seguiment individual; si no de tots els infants i joves al mateix temps, sí dividir-los per grups de tal manera que es pugui fer una avaluació ben completa.

El mateix succeeix si hi ha persones amb discapacitat (però enfocat més de cara a la seva relació amb el grup) i si es treballa la perspectiva de gènere, analitzar el grau de compliment dels objectius.

c. **Reaccions més pausades**, no tan impulsives, davant de qualsevol situació i presa de decisió. Una decisió que pot semblar coherent i correcta amb uns infants, potser no ho és per ell. Un bon exemple són els càstigs. Estan massa acostumats a rebre'ls i, per tant, no acostumen a tenir l'efecte desitjat.

d. **Reforç positiu**. Per contra, són infants i joves rebutjats per tothom. Per tant, sempre que es pugui, s'hauria de reforçar-lo en positiu i no en negatiu.

e. **Pensar en termes positius** en relació a aquest nen o nena. Evitar frases com: "Uf, és que ho fa tot malament!"

2. Amb persones **nouvingudes**, la cultura (i segons com la religió) pot esdevenir un xoc inicial. En aquest cas, el treball amb la família és més necessari que amb els infants:

- a. Transmetre confiança i tranquil·litat. El centre d'esplai no farà res que vagi en contra de la seva cultura o religió. Per exemple, deixar clar que a infants i joves musulmans no se'ls donarà carn de porc als àpats.

És una feina més a llarg termini, com qualsevol construcció de vincles de confiança.

3. Amb **infants i joves amb una situació (familiar) complexa**, treballar igualment:

- a. Amb la **família**, perquè el que es faci a l'esplai tingui continuïtat a casa. És el que s'intenta des de l'escola, Serveis Socials i la resta de recursos.
- b. El contacte amb l'**escola** i la **resta de serveis** que atenen l'infant: Serveis Socials, Departament d'Atenció a la Infància i Adolescència (DGAIA), Centre Residencial d'Acció Educativa (CRAEs),...

4. **Amb la resta d'infants i joves del grup:**

- a. Treballar a partir de la igualtat entre homes i dones. No enfocar-ho des del paternalisme de l'"ai pobret".
- b. Durant les activitats, fer els grups de la manera més igualitària possible; no segregats per país d'origen, per exemple.
- c. Evitar que la religió, l'origen o la situació familiar siguin motiu de burla. Si de cas, tenir més cura que mai.

2.5 Responsables d'esplai i equips de monitors i monitores

De manera sintètica i esquemàtica es resumeixen els diferents punts que ja han anat sortint al llarg del text:

1. Responsables de centre:

- a. Treballar perquè la inclusió sigui una **decisió estratègica del centre**, una aposta clara en la que tothom hi estigui d'acord.
- b. **Consensuar les línies bàsiques** d'actuació amb l'equip de monitors i monitores.



- c. Tenir molt clar que en últim terme és qui motiva i promou la inclusió a l'espai; qui implementa i vetlla per l'assoliment del pla inclusiu.
- d. Respecte l'equip de monitors/es: **conscienciar-lo, motivar-lo i aconseguir el seu compromís**. Deixar clar que segurament l'esforç serà més gran però que existeix una raó de ser. En aquest sentit, l'equip ha de veure el valor de la diversitat.
- e. **Acompanyar** l'equip de monitors i monitores en tot moment. Això inclou procurar formar-lo i fer dinàmiques per treballar algun dels punts més sensibles i que poden fer més por.
- f. **Trencar dinàmiques que van en contra d'allò que es promou**. Per exemple, en el repartiment de tasques, ús del llenguatge, manera de prendre les decisions,...

2. Equips de monitors i monitores:

- a. **Ser conscient de la situació de cada infant**, però evitant l'actitud paternalista de l'"ai pobret". Ser-ne conscient no vol dir deixar de ser exigents i severs quan toqui. Però sí vigilar les formes, que no pugui percebre el teu comentari o acció com una enèsima recriminació, crítica negativa o rebuig.
- b. Fixar-se **objectius més concrets** a treballar individualment. Durant les reunions, dedicar un espai a fer una valoració individual de cada infant i jove. Si cal, dividir-los en grups i fer-ne una cada dia per no allargar en excés el temps de reunió.
- c. Actitud davant dels infants: accions més **pausades**, no tan impulsives; **reforç positiu**; pensar en **termes positius** en relació a aquest infant o jove.





BLOC 3.

RECURSOS I MATERIALS PRÀCTICS



3.1. Activitats adaptades

Les activitats que presentem han estat seleccionades per ser àmpliament conegudes i considerades com la **base de la majoria d'activitats** que es fan a l'esplai. La finalitat no és ensenyar-ne cap de nova sinó mostrar alguns exemples per entendre com adaptar-les. És una guia i, per tant, no es pot interpretar com un manual al peu de la lletra. Així que caldrà que cada centre les acabi d'ajustar el màxim possible a la seva situació. I, de nou, no tenir por a equivocar-se. Segur que un cop es realitzin ens adonarem que són necessaris alguns ajustaments.

Les adaptacions s'han fet de tal manera que inclouen **la perspectiva de gènere i la presència d'infants i joves amb discapacitat**.

No es fa cap menció particular per a infants i joves **en situació de vulnerabilitat social** ja que hem considerat que no són necessàries adaptacions particulars per activitat. En aquest sentit, ens remetem a l'apartat de recomanacions:

Entendre la situació personal i familiar de cada infant i jove.

Tenir reaccions més reflexives, però sense deixar de ser estrictes (ex: en el compliment de les normes d'una activitat).

Reaccionar en positiu (reforç positiu) amb l'infant o jove, però també a l'hora de fer les valoracions dins de l'equip de monitores i monitors.

Treballar el cas amb el grup des de la igualtat d'oportunitats, evitant la discriminació i segregació (ex: a l'hora de fer grups per a les activitats).

Finalment, la classificació s'ha fet més **per tipologia d'activitat** que per edat, precisament perquè considerem que qualsevol activitat hauria de poder ser adaptada.

Malgrat tot, hem de ser conscients que no totes les activitats que existeixen són adaptables per a tothom i que cal ser conscients dels límits.



Graella d'activitats

TIPOLOGIA	ACTIVITAT
Activitats competitives, de persecució i esportives	Tocar i parar El mocador Relleus El joc de matar o cementiri Plantar la pilota Pica paret
Activitats de descobrir i amagar-se	La <i>banderinha</i> Joc de pistes / Recerca del tresor Fet i amagar Joc de les lots
Activitats de proves / gimcanes	Menjar una poma amb la boca i sense mans Punteria: llançar i encertar anelles en una ampolla Toca – Toca Cadena de roba
Activitats en rotllana	El director d'orquestra Els llops (l'assassí cec) La bomba La vaca Paca La batalla de petons
Jocs de taula	<i>Party&Co.</i> Aualé

3.2. Activitats de sensibilització

A continuació es proposen un seguit d'activitats pensades especialment per treballar els tres eixos principals de la campanya: gènere, discapacitat i vulnerabilitat social. La majoria es poden **fer amb tots els grups del centre d'esplai**, i és recomanable que així es faci. Tanmateix, n'hi ha **algunes centrades més concretament en l'equip de monitores i monitors**. Es recomana que aquestes es vagin fent al llarg del curs, com si fos una formació continuada.

A l'hora de plantejar les activitats s'ha optat per mantenir la classificació per tipologia d'activitat però afegint una nova variable: la temàtica que es treballa. Tot i això, s'ha de reconèixer que en algunes hi són presents més d'una o totes tres: el gènere, la discapacitat i la vulnerabilitat social d'infants i joves. En aquest cas, s'ha optat per classificar-les com activitats que treballen la "diversitat" en general.



Graella d'activitats de sensibilització

TIPOLOGIA	GÈNERE	DISCAPACITAT	VULNERABILITAT SOCIAL
Activitats en rotllana	Cavallers, princeses i dracs	El joc de les cadires	
	El secret		
Jocs de taula	El parxís de la xocolata		
Dances i cançons		"Tu ets el sol de la meva vida"	
Dinàmiques de grup	Disney en imatges Talla amb els "mals rotllos" Els mites de l'amor L'abús		El termòmetre
		Treu-te la màscara Punxar les pors	
	La botiga dels somnis El xiclet del coneixement Esculpint emocions El mirall Som com una ceba Quiero Ser i semblar		

3.3. Guia bàsica per adaptar espais

“Dissenyar sense discriminació, per a totes les persones, sense establir diferències, sense ressaltar la discapacitat” (Castillo, 2006).

Els 7 manaments per fer els espais i el centre més accessible (consells)

(Col·legi d'Arquitectes de Catalunya, 1991; Enrique Rovira i Cuyás, 2003)

Nota: Moltes de les propostes no només són útils per persones amb discapacitat, sinó per infants més petits, gent gran,...

1. *Dividir les plantes / espais en diferents colors.* A la porta fer-hi algun dibuix, posar quelcom amb tacte. Ajudarà a les persones que es guiïn millor pels aspectes visuals (TEA, SD,...). També a l'hora de separar el material (va igual de bé per als més petits, que no saben llegir ni escriure)
2. *Agafadors:* passamans, agafadors (portes i wc), baranes, estiradors a les portes i aixetes (haurien de ser d'alumini i a 0,85-0,95m i sense discontinuïtats [WC 0,45m amb agafadors a dreta i esquerra]).
3. *Rampes en llocs on hi hagi escales.* I quan hi ha una persona amb dificultats motores pensar en fer les activitats en una mateixa planta (baixa) i que no hagi de pujar moltes escales, ni molt sovint.
4. *Deixar els camins de pas nets d'obstacles.* Inclou mantenir les sales netes i endreçades per evitar canvis de lloc que provoquin que persones amb discapacitat visual, per exemple, no puguin orientar-se.
5. *Els cartells hauran de ser a alçades més baixes (1,20m).*
6. *Taules de 0,80 d'alçada (pensar en que siguin obertes de baix (0,70m) per posar-hi les cames (aplicable a wc).*
7. El *material* no és necessari que sigui gaire especial però sí pensar en, per exemple, utilitzar pilotes d'escuma, grans, de colors vius, per no fer mal i ser més fàcilment manejables. Igualment, amb els llapis o retoladors.



3.4. Guia per a famílies

Quan parlem d'infància en situació de vulnerabilitat i/o amb discapacitat, s'insisteix molt en l'acollida. Aquesta no es pot limitar només als infants i joves, o a l'equip de monitores i monitors, sinó que és igualment d'important fer-la amb **les famílies: totes les del centre**.

No cal crear cap protocol d'actuació general. Bastarà amb les reunions d'inici de curs: una amb la persona responsable de l'esplai i a la reunió de pares i mares.

Per norma general, totes les famílies sense excepció s'haurien de **sentir còmodes** i l'esplai hauria de **transmetre confiança**. Això passa per ser transparents i deixar molt clar des del principi que la voluntat de l'esplai és ser inclusiu. Per tant, que treballarem la igualtat d'oportunitats entre nois i noies, que no es faran diferències per raó de sexe, religió, procedència, ni tampoc per tenir o no una discapacitat,... És a dir, acceptarem infants i joves independent de la seva situació familiar, procedència o grau de discapacitat. Tot plegat **evitarà malentesos o futures queixes**.

En el cas de famílies amb fills o filles amb discapacitat o nouvingudes, és possible que assolir el nivell de confiança sigui més lent. Serà un **treball constant**. Caldrà que els donem a entendre que el seu fill o filla **no serà tractat diferent ni amb compassió**. No l'integrarem sinó que l'inclourem amb la resta del grup.

En el cas de famílies nouvingudes amb religions diferents haurem de deixar molt clar que es **respectaran, en la mesura del possible, les seves creences religioses**. Per exemple, per infants i joves musulmans, tenir una alternativa culinària a la carn de porc, com podria ser el gall d'indi. O pels sikhs, un menú vegetarià.

En famílies amb infants i joves amb discapacitat, un recel comú és la confidencialitat de les dades. No els agrada donar molts detalls sobre la situació del seu fill o filla. En aquest sentit, el centre d'esplai hauria de demostrar que complim amb la **Llei Orgànica de Protecció de Dades**. A més, hi ha determinades informacions sobre la salut o situació de la família que no facilitarem ni al propi equip de monitors i monitores a no ser que sigui estrictament necessari.

No obstant aquestes previsions, les famílies que porten a les seves filles i fills a l'esplai per voluntat pròpia generalment es mostren molt col·laboradores i receptives. La situació ha canviat. Les famílies ja no tanquen a casa al seu fill o filla, i cada vegada més l'inscriuen en centres d'educació "normalitzats". Per tant, els seus filles i filles estan habituats a conviure amb altres infants i joves que no tenen cap discapacitat. Ajudaran en tot moment a que l'acollida i seguiment de l'infant o jove sigui la millor possible.

Tanmateix, la situació pot ser diferent si les famílies han vingut recomanades per l'escola o serveis socials. Solen tenir molts recels envers els centres d'esplai: "gent

jove, sense experiència ni titulacions universitàries, només fan que jugar sense pensar en la integritat física dels nens i nenes,...”.

Generalment, aquests comentaris es donen per desconeixement, però també en famílies que encara no han superat el que es coneix com a **dol**. És a dir, que encara no tenen assumit que el seu fill o filla té una discapacitat. Això els fa actuar sempre amb recel, solen amagar informacions i fan veure que el seu fill o filla pot actuar exactament com la resta. En aquest cas, la tasca serà més costosa i necessitarem del treball amb l'escola i altres serveis públics que tractin amb l'infant: equip mèdic, serveis socials,...

Finalment, en el cas d'**infants derivats directament de serveis socials**, Càritas, Creu Roja,... o d'alguna altra institució similar, el contacte amb la família sol ser complicat o inexistent. Aquí la comunicació amb qui ha fet la derivació serà crucial.

D'altra banda, a més del contacte amb la família, hi ha un segon element a tenir en compte: **la coordinació i seguiment amb les escoles, instituts, serveis socials**,... Això ens permetrà establir una línia d'actuació comuna que serà beneficiosa per a infants i joves. Es tracta simplement de posar en comú estratègies i objectius específics a treballar amb cadascú i cadascuna.

Paral·lelament, serà un bon suport a l'hora de resoldre dubtes quan no sapiguem com enfocar algunes situacions que ens resultin complexes. En aquest sentit, una altra font molt valuosa d'informació i suport són les **entitats no lucratives** que treballen amb infància en situació de vulnerabilitat, amb persones amb discapacitat o que lluiten per la igualtat entre homes i dones.

Aquestes, a més de **facilitar informació, cedeixen materials i disposen de recursos pedagògics** molt en la línia de l'educació en el lleure; si bé molts estan enfocats a la sensibilització.

En darrer terme, cal afegir que tant amb les escoles, serveis socials i entitats sense ànim de lucre especialitzades no només seria recomanable contactar un cop s'hagi inscrit l'infant, sinó abans d'obrir les inscripcions per **donar a conèixer l'esplai**. És un pas més per obrir l'esplai a tothom.



BLOC 4.

ALTRES RECURSOS



Fonts d'informació per a l'elaboració de la campanya

Barbeito, Cécile; Caireta, Marina, Jocs de pau, Ed.Catarata, 2008

Casado i Martínez, Natividad; Castellote i Casillas, Rocío, *Accessibilitat al medi físic. Supressió de barreres arquitectòniques*, Col·legi d'Arquitectes de Catalunya, 1991

Castillejo, Sònia, "Educació especial i discapacitat", a Revista Estris, núm. 171, gener-febrer 2010, p.8-9

Castillo Arenal, Tomás, *Déjame intentarlo*, Ediciones CEAC, 2007

Castillo Arenal, Tomás, "El derecho a convivir", La Vanguardia, 21/02/2010

Dolado i Murillo, Raquel "Signes d'alerta", a Revista Estris, núm. 171, gener-febrer 2010, p.12

ECOM www.ecom.es

Fundación Luis Vives, Claus sobre la pobresa i l'exclusió a Espanya, 2010

Fundació Pere Tarrés, Dept. Formació, Consultoria i Estudis "Jocs Monitors", 2005.

Fundació Pere Tarrés, Dept. Formació Consultoria i Estudis, "Pla d'inclusió d'infants amb discapacitat intel·lectual i/o trastorn de conducta", 2011

Gallardo, M., *Maria i jo* (TEA), Ed. Galera, 2008

Generalitat de Catalunya, "Assegura't" (còmic per tallar amb els mals rotllos), 2010 (Cercar a www.gencat.cat/icdones: Violència Masclista – Prevenció i sensibilització)

Huguet i Comelles, Teresa, "Escola inclusiva: intervenció i assessorament davant les necessitats educatives de suport" (Cercar a www.dincat.cat: "Escola Inclusiva", Teresa Huguet)

Institut d'Estadística de Catalunya (IDESCAT) (www.idescat.cat)

Jodorowsky, Alejandro, *La sabiduría de los cuentos*. Ediciones Obelisco, Barcelona, 2005.

Muñoz, Pere, "Empatia", a Revista Estris, núm. 171, gener-febrer 2010 p.11

Pié Balaguer, Assumpció, "Imatges de la discapacitat", Revista Educació Social, núm. 42, 2009, p. 91-101

Puigdemívol, Ignasi. *La educación especial en la escuela integrada. Una perspectiva desde la diversidad*. Ed: Graó. Barcelona, 2006

Revista Estris, núm. 104, gener-febrer, 1999

Revista Estris, núm. 171, gener-febrer, 2010



Ríos Hernández, Mercedes, Blanco Rodríguez, Antonio, Bonany Jané, Tate, Carol Gres, Neus, *El juego y los alumnos con discapacidad*, Ed. Paidotribo, 2006

Ripoll, Oriol (entrevista), a Revista Estris, núm. 171, gener-febrer 2010, p.16-19

Rivas, Noè, *El llarg viatge de l'Arc de Sant Martí*, Ed. Baula, 2007

Roset Fàbrega, Montserrat; Pagès Heras, Eugènia; Lojo Suárez, Mirta; Cortada Andreu, Esther, *Guia de coeducació per als centres educatius: pautes de reflexió i recursos per a l'elaboració d'un projecte de centre*, Institut Català de les Dones, Generalitat de Catalunya, 2008

Rovira-Beleta Cuyás, Enrique, *Libro Blanco de la accesibilidad*, Universitat Politècnica de Catalunya, 2003

Síndic de Greuges de Catalunya, "Informe anual al Parlament 2010", 2011

Subirats, Joan, (dir), *Pobreza y exclusión social. Un análisis de la realidad española y europea*. Colección Estudios Sociales, núm. 16. Fundación La Caixa, 2004

Subirats, Joan (dir), *Perfils d'exclusió social a Catalunya*, Universitat Autònoma de Barcelona, 2005

Valencia, Maria, "Jo també estic aquí", a Revista Estris, núm. 171, gener-febrer 2010 p.10-11

■ Entrevistes pròpies (2011):

- Eva Betsevè, Down Lleida
- Fran Ramírez, especialista en discapacitat de la Fundació Pere Tarrés
- Noè Rivas, cantant, animador infantil i educador, especialista en discapacitat
- Oriol Ripoll, especialista en jocs
- Rosa Coscolla, especialista en discapacitat de la Fundació Pere Tarrés
- Maria Bassas, educadora especialitzada en mediació i cultura de pau
- Eduard Bartrina, educador
- Carles Muñoz, educador
- Xavier Loza, educador i coordinador de la Fundació La Vinya

Altres recursos bibliogràfics i audiovisuals

1.1. Contes

- Gallardo, M., *Maria i jo* (TEA), Ed. Galera, 2008
- Els Drets dels Infants: “El nen amb dos ulls”, “El nen gegant”, “La meitat d’en Jan”
- Jodorowsky, Alejandro, *La sabiduría de los cuentos*.
- De Mello, Anthoni, *La oración de la rana*.
- Rivas, Noè, *El llarg viatge de l’Arc de Sant Martí*, Ed. Baula, 2007
- Schami, R., Konnecke, O., *Com vaig curar el pare de la seva por als nouvinguts*, Riquer Editorial, S.A., 2005
- La fada menta, Ed. La Galera:

“La fada Menta és una col·lecció de llibres per a l’educació emocional. Les històries tenen protagonistes diferents, però totes tenen un personatge en comú: la fada Menta, una fada minúscula, més petita que un gra d’arròs i verda com un pèsol, que ajuda els nens que tenen alguna preocupació, i només ells la poden veure. Els llibres de la col·lecció inclouen dues pàgines amb recomanacions per a pares i educadors” (Ed. La Galera)
- Música a la panxa. Discapacitat auditiva
- La meitat d’en Jan. Discriminació per raó de gènere

1.2. Llibres

■ Gènere

- Satrapi, Marjane, *Persèpolis*, ed. Norma, 2010
- XTEC, 2010
- Sanchís, Rosa, *Tot per amor? Una experiència educativa contra la violència a la dona*, Editorial Octaedro, 2005

■ Discapacitat

- Haddon, M, *El curioso incidente del perro a medianoche* (TEA)
- Macarulla, I Saiz, M. *Bones Pràctiques d’Escola Inclusiva. La inclusió d’alumnat amb discapacitat: un repte, una necessitat*, Ed. Graó, 2011
- Pedrosa, Elisabet, *Criaturas de otro planeta*
- Casal, Albert, *El món sobre rodes*, Edicions 62, 2009



- Casal, Albert, *Sense fronteres*, Edicions 62, 2011

1.3. Consulta

- Ríos Hernández, Mercedes, Blanco Rodríguez, Antonio, Bonany Jané, Tate, Carol Gres, Neus, *El juego y los alumnos con discapacidad*, Ed. Paidotribo, 2006
- Castillo Arenal, Tomás, *Déjame intentarlo*, Ediciones CEAC, 2007
- Peláez Paz, Carlos; Moscoso, María Fernanda *La percepción de los niños y niñas residentes en España sobre los niños y niñas de origen extranjero*, Save the Children, 2010 (Cercar a www.savethechildren.es: nuestros documentos)
- Hernández, Sílvia, (coord.), *Convenció sobre els Drets dels Infants (dossiers per edats: 6-8, 9-11, 12-14, 15-18)*, 2009 (Cercar a www.savethechildren.es: nuestros documentos)

1.4. Películes

■ Gènere

- Te doy mis ojos, Iciar Bollaín (2003)
- Les dones perfectes, Fank Oz (2004)
- Billy Eliot, Stephen Daldry (2000)
- Ma vie en rose, Alain Berliner (>13 anys) (1997)
- Quiero ser como Beckham, Gurinder Chadha (2002)
- Million Dollar Baby, Clint Eastwood (2004)
- Erin Brockovich, Steven Soderbergh (2000)
- Blancanieves, Walt Disney (1937)
- Cenicienta, Walt Disney (1950)
- Pretty Woman (1990) (masclisme amagat)
- Thelma & Louise, Ridley Scott (1991)
- Chocolat, Lasse Hallström, (2000)
- En tierra de hombre, Niki Caro (2005)
- La sonrisa de Mona Lisa, Mike Newell (2003)
- www.dracmagic.com

■ Discapacitat

- Mi pie izquierdo, Jim Sheridan (1989)
- León y olvido, Xavier Bermúdez (2004)
- Nacional 7, Jean-Pierre Sinapi (2000)
- Yo, también, Álvaro Pastor, Antonio Naharro (2009)
- Planta 4ª, Antonio Mercero (2003)
- Yo soy Sam, Jessie Nelson (2001)
- Rainman, Barry Levinson (1988)
- El truco del manco, Santiago A. Zannou. (2008)
- Me llaman Radio, Mike Tollin. (2003)
- Forrest Gump, Robert Zemeckis (1994)

■ Infància en situació de vulnerabilitat social i immigració

- Hoy empieza todo, Bertrand Tavernier (1999)
- Las uvas de la ira, John Ford (1940)
- La clase, Laurent Cantet (2008)
- Azur i Asmar, Michel Ocelot (2006) (<13 anys)
- La vida después..., Àlex García i Óscar Malo (2007) (documental)
- Saïd, Llorenç Soler (1998)

Més: <http://www.uhu.es/cine.educacion/cineyeducacion/> (Enrique Martínez-Salanova Sánchez)

1.5. Curtmetratges a youtube

- **Racisme** (Cercar a www.youtube.com: Racismo y xenofobia en Portugal) (Portuguès VOS en espanyol)
- **Posa't les ulleres.** Tot depèn del prisma amb què es mira (Cercar a www.youtube.com: Get Service) (Anglès VOS en espanyol)
- **Les etiquetes**, en aquest cas psiquiàtriques (Cercar a www.youtube.com: Basta ya! No más etiquetas) (Anglès VOS en espanyol)



- **Les noves migracions.** Arcadi Oliveres. Per què hi ha migracions? Causes i conseqüències (Cercar a www.youtube.com: El origen de las migraciones modernas; hi ha 2 parts) (Espanyol VOS en espanyol)
- **El circ de les papallones.** La diversitat no ha de ser un fre sinó un element per sumar (Cercar a www.youtube.com: El circo de las mariposas) (Anglès VOS en espanyol)
- **El mocador.** Metàfora sobre el masclisme en 1:45 (Cercar a www.youtube.com: Cortometraje El pañuelo “Ary Metodoxx”)
- **Aprovació.** Tothom tenim quelcom de bonic a ressaltar, que fins i tot ens fa pujar els colors (Cercar a www.youtube.com: Validation; hi ha 2 parts) (Anglès VOS) i
- **Xenofòbia.** La demagògia en política (Cercar a www.youtube.com: PxC - Spot electoral Municipales 2011) (Plataforma per Catalunya, municipals 2011)
- **Mi amiga Nerea** (Espanyol) (Cercar a www.youtube.com: Mi amiga Nerea)
- **Anunci de coñac “Soberano”** (1970s) (Cercar a www.youtube.com: Anuncio coñac Soberano)
- **L’abraçada de l’os** (Cercar a www.youtube.com: Abrazo de oso)

1.6. Cançons

- Noè Rivas, No paris! (Belluga’t, mou-te,...)
- Hijas de Eva (Pedro Guerra)
- El meu veí de sota (Els Pets_Agost)

1.7. Altres

- Arnau “Qüestió de voluntat”, Reporters, Visiona TV (Cercar a www.youtube.com: Aranau “Qüestió de voluntat”)
- www.juegosdelmundo.com
- Flama de la pau
- Talla amb els mals rotllos i Dinàmiques (Cercar a www.gencat.cat/icdones: Violència Masclista – Prevenció i sensibilització)
- Assegura’t (Generalitat 2010) (còmic per tallar amb els mals rotllos) (Cercar a www.gencat.cat/icdones: Violència Masclista – Prevenció i sensibilització)
- Edualter (Cercar a www.edualter.org: materials)

Enllaços d'entitats i federacions

Igualtat de gènere

- Institut Català de les Dones www.gencat.cat/icdona

Persones amb discapacitat

Física

- ECOM (www.ecom.cat); ECOMlab (joves)
- FEPPCAT (<http://webfacil.tinet.org/fepccat>)
- Institut Guttman (www.guttmann.com)

Intel·lectual

- Dincat (www.dincat.cat) [o alguna representativa de cada territori]
- FEAPS (www.feaps.org)
- COCARMI (www.cocarmi.cat)
- St. Joan de Déu (Síndrome de RETT)
- AMPANS (www.ampans.cat)

Sensorial

- ONCE (www.once.org)
- ACAPPS (www.acapps.org)

Infància i joventut en situació de vulnerabilitat

- Càritas Diocesana (www.caritas.es i www.caritasbcn.org)
- Centres de Serveis Socials de cada municipi (centres de Barcelona)
- UNICEF (www.unicef.es)
- IBN Batuta (www.ascib.net)
- Fundació Jaume Bofill (www.fbofill.cat)
- Creu Roja (www.creuroja.org)
- ECAS (www.acciosocial.org)
- FEDAIA (www.fedaia.org)



www.peretarres.org/mcec

Paper reciclat



En conveni amb:



Amb el suport de:



Numància, 149-151
08029 Barcelona
Tel. 93 410 01 00
Fax 93 419 62 68
mcec@peretarres.org

 **FUNDACIÓ
PERE TARRÉS**

**MOVIMENT
DE CENTRES
D'ESPLAI
CRISTIANS
CATALANS**



L'Esplai Inclusiu

Gènere

A l'esplai

- Preneu les decisions per consens?
- Sempre utilitzeu un llenguatge no sexista?
- Penseu en el repartiment de rols... qui s'encarrega, per exemple, de la furgoneta i qui de posar la crema solar als infants?

Al grup i a les activitats

- A l'hora de fer les activitats, els grups són paritaris?
- Nens i nenes participen per igual en les activitats i alhora de recollir, netejar...?

Infància en situació de vulnerabilitat

L'equip de monitors i monitores

- Teniu una actitud paternalista? Manteniu el nivell d'exigència?
- Fixeu uns objectius més concrets per a aquests casos? (hàbits, conducta, autoestima...).
- Practiqueu el reforç positiu o caieu ràpidament en els càstigs?
- Feu un treball conjunt amb la família, els serveis socials i l'escola?

Amb la resta d'infants i joves del grup

- Durant les activitats, els grups són igualitaris o segregats?
- La religió, l'origen o la situació familiar són motiu de burla?

Discapacitat

Reflexió inicial...

- Primer és la persona, no la seva diferència.
- Cal abandonar la por a equivocar-se.

En el moment d'acollida...

- Coordineu una acollida personalitzada amb la família?
- Feu còmplices als propis infants i famílies de l'acollida d'una persona amb discapacitat?
- Manteniu l'infant sempre al mateix grup o el canvieu perquè sembla que no assoleix els objectius?

Durant les activitats...

- 1r. Plantegeu l'activitat amb normalitat.
- 2n. Feu les adaptacions senzilles, sense una gran preparació prèvia, fàcils d'executar i comprensibles.
- 3r. Tingueu present: espai, recursos, normativa, habilitats, suport addicional, comunicació i equip de monitors/es.

Responsables d'esplai i equips de monitors i monitores

Responsables de centre

- La inclusió és una aposta clara i consensuada en la qual tothom hi està d'acord?
- Teniu clar el vostre rol de lideratge i motivació en tot el procés?
- Heu format l'equip de monitors i monitores per treballar la inclusió?
- Prediqueu amb l'exemple?

Equips de monitores i monitors

- Sou conscients de la situació, característiques i necessitats d'aquests infants?
- Us fixeu objectius concrets a treballar individualment? Us deixeu un espai a les reunions per valorar-los?
- Com penseu? "Uf, és que ho fa tot malament" (de manera pessimista) - "Avui ha fet bé una part de l'activitat" (de manera positiva)



BLOC 3. Recursos i materials pràctics



BLOC 3.

Recursos i materials pràctics





3.1 Activitats adaptades

Les activitats que presentem han estat seleccionades per ser àmpliament conegudes i considerades com la base de la majoria d'activitats que es fan a l'esplai. La finalitat no és ensenyar-ne cap de nova sinó mostrar alguns exemples per entendre com adaptar-les. És una guia i, per tant, no es pot interpretar com un manual al peu de la lletra. Així que caldrà que cada centre les acabi d'ajustar el màxim possible a la seva situació. I, de nou, no tenir por a equivocar-se. Segur que un cop es realitzin ens adonarem que són necessaris alguns ajustaments.

Les adaptacions s'han fet de tal manera que inclouen la perspectiva de gènere i la presència d'infants i joves amb discapacitat.

No es fa cap menció particular per a infants i joves en situació de vulnerabilitat social ja que hem considerat que no són necessàries adaptacions particulars per activitat. En aquest sentit, ens remetem a l'apartat de recomanacions:

Entendre la situació personal i familiar de cada infant i jove.

Tenir reaccions més reflexives, però sense deixar de ser estrictes (ex: en el compliment de les normes d'una activitat).

Reaccionar en positiu (reforç positiu) amb l'infant o jove, però també a l'hora de fer les valoracions dins de l'equip de monitores i monitors.

Treballar el cas amb el grup des de la igualtat d'oportunitats, evitant la discriminació i segregació (ex: a l'hora de fer grups per a les activitats).

Finalment, la classificació s'ha fet més per tipologia d'activitat que per edat, precisament perquè considerem que qualsevol activitat hauria de poder ser adaptada.

Malgrat tot, hem de ser conscients que no totes les activitats que existeixen són adaptables per a tothom i que cal ser conscients dels límits.





Graella d'activitats

TIPOLOGIA	ACTIVITAT
Activitats competitives, de persecució i esportives	• Tocar i parar • El mocador • Relleus • El joc de matar o cementiri • Plantar la pilota • Pica paret
Activitats de descobrir i amagar-se	• La <i>banderinha</i> • Joc de pistes / Recerca del tresor • Fet i amagar • Joc de les lots
Activitats de proves / gimcanes	• Menjar una poma amb la boca i sense mans • Punteria: llançar i encertar anelles en una ampolla • Toca – Toca • Cadena de roba
Activitats en rotllana	• El director d'orquestra • Els llops (l'assassí cec) • La bomba • La vaca Paca • La batalla de petons
Jocs de taula	• <i>Party&Co.</i> • Aualé





1. Activitats competitives, de persecució i esportives

1.1 Tocar i parar

Breu definició	Joc clàssic de persecució
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior (espai obert i ampli)
Material	No és necessari
Temps aproximat	30 minuts
Objectiu	Si ets el perseguidor, atrapar el contrari. Si ets el perseguit, evitar que t'atrapin.
Desenvolupament	Cada participant juga individualment (no hi ha equips). Un o una de les participants haurà de perseguir la resta fins atrapar ("pillar") algú altre. Per fer-lo <i>parar</i> només és necessari tocar-li alguna part del cos. Quan una persona ha estat atrapada, passa a ser perseguidora. I qui parava, passa a ser perseguida.

Font: adaptació de Borja Castellet Lorán





GÈNERE			
Si fos necessari, afegir una norma: cal atrapar el mateix nombre de nois que de noies; o anar-ho combinant: ara nois, ara noies. Així s'evitaria que sempre paressin els mateixos.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	Delimitar les zones. Fer-ho en un terreny pla i llis.	Delimitar molt bé el terreny de joc, quedant el més recollit possible.	Visual: Fer-ho en un terreny pla i llis i prèviament reconegut. Marcar-lo amb senyals amb volum. Fer reconeixement propi. Auditiva: delimitar l'espai amb marques ben pintades al terra.
MATERIAL	No és necessari.		
NORMATIVA	Per atrapar l'altre només cal passar a un metre d'ell (sobretot per a cadires de rodes). No hi ha eliminacions sinó que guanya qui més vegades ha parat. Per a les persones amb discapacitat, quan l'atrapen val per 1,5.	No hi ha eliminacions sinó que guanya qui més vegades ha parat. Per a les persones amb discapacitat, a qui atrapen val per 1,5.	No hi ha eliminacions sinó que guanya qui més vegades ha parat. Per a les persones amb discapacitat, a qui atrapen val per 1,5.
HABILITATS	Es delimita l'espai en 4 estacions en les quals la mobilitat serà diferent: a poc a poc, peu coix, lliurement, enrere, a la gatzoneta... A cada toc de xiulet és obligatori canviar d'estació. Tothom ha de passar per totes.		
SUPORT	En funció del grau de discapacitat física, es fan parelles amb altres infants.	Crear un punt de referència (base) on hi hagi el monitor o monitora donant les instruccions.	Visual: es juga per parelles.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Ex: posar un exemple de com s'ha de jugar a cada zona.	Visual: utilitzar un xiulet per indicar el canvi de zona. Auditiva: a l'hora d'explicar l'activitat reproduir les normes. Ex: com atrapar l'altre,.. Per indicar el canvi de zona es pot fer amb un gest de braços.



1.2. El mocador

Breu definició	Joc de velocitat entre dos equips
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior (espai obert i ampli)
Material	Un mocador
Temps aproximat	15 minuts per partida
Objectiu	Aconseguir que l'equip contrari es quedi sense participants
Desenvolupament	Es distribueixen els i les jugadores en dos equips, separats entre ells per uns deu metres. Cada participant s'adjudica un número (n'hi haurà tants com participants). El monitor o monitora (o qui "la para") es col·loca en un extrem de la meitat del camp amb el braç estirat i aguantant un mocador. Quan aquest digui en veu alta un número, els jugadors anomenats sortiran i intentaran recollir el mocador i evitar ser tocats pel seu oponent abans que torni al seu camp. S'elimina la persona que és tocada quan tenia el mocador, que no agafa el mocador, tampoc agafa l'oponent, o si creua la línia central sense que s'hagi agafat el mocador. Llavors, es col·locarà al costat del monitor o monitora, amb el braç estirat per si algun company o companya li toca la mà un cop ha recollit el mocador.

Font: Fundació Pere Tarrés, 2005





GÈNERE			
Equips mixtos i com més paritaris millor			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPAI	Delimitar les zones. Fer-ho en un terreny pla i llis. Escalar la distància respecte el mocador (només de la persona amb discapacitat).	Deixar clares les distàncies. Si es considera necessari, escurçar la distància respecte el mocador (només de la persona amb discapacitat).	Visual: fer-ho en un terreny pla i llis i prèviament reconegut. Marcar-lo amb senyals amb volum. Si es considera necessari, escurçar la distància respecte el mocador (només de la persona amb discapacitat).
MATERIAL	Mocador més gran que de costum.	Mocador més gran que de costum.	Visual: mocador amb cascavell.
NORMATIVA	No es farà carrera de tornada. Com a excepció, el monitor o monitorea sabrà els números per poder triar qui surt cada vegada. Per evitar xocs frontals, jugar amb dos mocadors, un a cada braç. Si no pot agafar el mocador, se'l deixarà a la seva falda.	Fer coincidir els números amb persones amb habilitats físiques semblants.	Visual: augmentar la distància que ha de recórrer l'oponent (o reduir la de l'altre).
HABILITATS	L'adversari haurà de fer una habilitat prèvia a començar la carrera (ex: 3 flexions). Modificar la manera de desplaçar-se de l'oponent (ex: amb passes de formiga).		Modificar la manera de desplaçar-se de l'oponent (ex: amb passes de formiga, a peu coix,...).
SUPORT	No és necessari.	No és necessari.	Visual: es correrà en parella (la parella també podrà jugar sola).
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Ex: exemplificar els moviments que cal fer quan es diu el número.	Visual: Per orientar-se, durant la carrera d'anada, el monitor o monitorea el cridarà pel seu nom, i a la tornada, ho farà un o una companya. Auditiu: qui crida els números ho farà també marcant-los amb la mà o amb un cartell prou gran com perquè es vegi.

Font: adaptat de Ríos et. al. 2006



1.3. Relleus

Breu definició	Joc de córrer, competitiu i per grups
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior (espai obert i ampli)
Material	No és necessari
Temps aproximat	10 minuts (en funció del nombre de participants i de relleus)
Objectiu	Cobrir una distància concreta rellevant-se tots els i les membres del grup, per torns, abans que la resta d'equips.
Desenvolupament	Els grups se situen darrere d'una línia en fila índia, separats entre ells per una distància prudent d'1 metre com a mínim. A la senyal, el primer jugador o jugadora de cada grup surt corrent fins arribar a la línia / punt establert com el final de la carrera. Haurà de retornar passant el relleu al següent company o companya picant-li la mà. Guanya l'equip que aconsegueix fer tots els relleus abans que la resta.

Font: adaptat de Ríos et. al. 2006





GÈNERE			
Fer equips mixtos i com més paritaris millor. No importa que els més ràpids competeixin en la seva tanda contra qui ho és menys perquè el que compta és la suma de tots els relleus.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	Fer-ho en un terreny pla i llis.	No és necessari.	Fer-ho en un terreny pla i llis, prèviament reconegut.
MATERIAL	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
NORMATIVA	Es pot reduir el nombre de jugadors del grup de qui té la mobilitat reduïda, escurçar la distància que haurà de recórrer; o ampliar la del contrari. Reduir l'espai a recórrer o, qui competeixi contra qui té mobilitat reduïda haurà de fer un exercici previ i/o abans de tornar: flexions, abdominals,...	No és necessari.	Visual: es pot reduir el nombre de jugadors del grup de qui té la mobilitat reduïda, escurçar la distància que haurà de recórrer; o ampliar el del contrari. No reduir l'espai, però qui competeixi contra qui té la visió reduïda haurà de fer un exercici previ i/o abans de tornar: flexions, abdominals,... Si juga sol, tenir un company o companya a cada línia que el cridi pel seu nom per poder guiar-se.
HABILITATS	La persona que competeixi contra qui té mobilitat reduïda, haurà de fer-ho variant la seva manera de córrer. Ex: saltant fent ziga-zaga a l'anada o a peu coix i cap enrere a la tornada.		Visual: la persona que competeixi contra qui té la visió reduïda, haurà de fer-ho variant la seva manera de córrer. Ex: saltant fent ziga-zaga a l'anada o a peu coix i cap enrere a la tornada.
SUPORT	No és necessari.	Si fos necessari, establir parelles.	Visual: establir parelles que competiran plegats.
COMUNICACIÓ	No és necessari.	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Ex: exemplificar els moviments bàsics com el de picar la mà al company o companya.	Visual: Per orientar-se, durant la carrera d'anada, el monitor o monitora el cridarà pel seu nom i, a la tornada, ho farà un o una companya. Auditiu: ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Ex: exemplificar els moviments bàsics com el de picar la mà al company o companya.

Font: adaptat de Ríos et. al. 2006



1.4. El joc de matar o cementiri

Breu definició	Joc tradicional d'eliminació entre dos equips.
Edat participants	A partir de 9 anys
Espai	Exterior (espai obert i ampli)
Material	Una pilota
Temps aproximat	Entre 30 minuts i 1 hora per partida
Objectiu	Aconseguir eliminar la resta de jugadors i jugadores de l'equip contrari. Que estigui tot l'equip al "cementiri".
Desenvolupament	Es delimiten dos camps prou grans (ex: 20x10) que seran el terreny de joc de cada equip (o "zona dels vius"). La zona que queda passat el final de la línia és el "zona dels morts" o "cementiri" de l'equip contrari. Cada equip se situa en un dels camps. L'equip que té la pilota ha de llançar-la contra algú de l'equip rival amb la intenció de tocar-lo sense que la pilota toqui el terra. Situacions possibles: 1. La pilota no li dóna o toca abans el terra: es pot agafar la pilota i llançar-la a l'equip contrari. 2. La pilota li dóna i després cau a terra: la persona està morta, agafa la pilota, va a la zona dels morts i té l'ocasió de "ressuscitar" o "salvar-se" matant a un rival. Si ho aconsegueix, torna a la "zona dels vius". Si no, es queda a la "zona dels morts" esperant que li arribi una pilota per tornar-ho a intentar. 3. La pilota li dóna però l'agafa sense que toqui a terra: qui l'ha llançat està mort i fa com en la situació 2. A la "zona dels morts" només qui està mort pot tocar la pilota, ningú més hi pot entrar i a la inversa.

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán





GÈNERE			
Fer equips mixtos i com més paritaris millor. Establir torns per llançar. Ningú pot tornar a llançar si no ho ha fet tot l'equip abans.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPAI	Fer-ho en un terreny pla i llis.	No és necessari.	Fer-ho en un terreny pla i llis i prèviament reconegut. Marcar-lo amb senyals amb volum.
MATERIAL	Pilota gran i d'escuma.	Pilota gran i d'escuma.	Pilota gran i d'escuma. Visual: incloure un cascavell.
NORMATIVA	Es concedeixen 2 (o més) vides. No són vàlids els impactes a les rodes de la cadira o a les crosses. Quan llança la pilota i no mata a ningú, no pot ser mort perquè trigarà temps a allunyar-se de la zona de perill. Si la mobilitat és molt reduïda, podrà fer un llançament pel terra, matant al jugador o jugadora rival que estigui en la seva trajectòria (aquest no es podrà moure). Si està al "cementiri", l'equip rival no podrà passar del mig del camp i llençarà també pel terra.	Permetre fer alguns llançaments i/o partides de prova perquè vagin agafant la dinàmica.	Visual: es concediran 2 o més vides. Quan llança la pilota, pot cridar pel nom a qui vol matar i aquests han de cridar "aquí" i/o picar de mans. Llençarà la pilota pel terra i no es podran moure.
HABILITATS	No és necessari.	No és necessari.	Visual: per atrapar la pilota posarà els braços en forma de pinça (una a l'alçada de la cara i l'altra dels malucs).
SUPORT	No és necessari.	No és necessari.	Es poden establir parelles (agafades de la mà).
COMUNICACIÓ	No és necessari.	Al tractar-se d'un joc amb força instruccions, cal explicar-lo prèviament.	No és necessari.

Font: adaptat de Ríos et. al. 2006



1.5. Plantar la pilota

Breu definició	Activitat molt semblant al rugbi en la qual dos equips s'enfronten per fer arribar la pilota al camp oposat utilitzant només les mans.
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior (espai obert i ampli)
Material	Una pilota
Temps aproximat	Entre 30 minuts i 1 hora per partit
Objectiu	"Plantar" la pilota al camp contrari
Desenvolupament	Es fan dos equips amb el mateix nombre de participants. Un dels equips treu des de la línia central i ha de plantar la pilota al terra de l'altre extrem del camp. La pilota només es pot passar amb la mà. Com al rugbi, cada participant pot avançar amb la pilota amb la mà, passant-la exclusivament cap enrere. Si durant la seva carrera és tocat per un contrincant, es veurà obligat a fer un passa cap enrere. Si no compleix, es marcarà "falta" i la pilota passarà a l'equip contrari. La pilota no es pot treure de les mans del contrari; només quan estigui a l'aire o al terra. Si la pilota surt dels límits del camp, la pilota serà per l'equip contrari. Si dos participants es disputen una pilota es marcarà "lluïta", es parará el joc, llençant-la amunt entre els dos jugadors (i la resta a 2m de distància). A cada punt, treu l'equip que ha encaixat el punt des del centre del camp.

Font: adaptat de Ríos et. al. 2006





GÈNERE			
Equips mixtos i com més paritaris millor. Obligar a fer un mínim de passades de tal manera que hagi de passar per tothom abans de plantar la pilota. Distribuir pel camp a cada participant de tal manera que les noies no es quedin, com sol passar, a la "defensa" i els nois a la "davantera".			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	Delimitar les zones . Fer-ho en un terreny pla i llis.	Delimitar molt bé el terreny de joc, quedant el més recollit possible. Un bon lloc podria ser un camp de futbol.	Visual: marcar l'espai amb corda o quelcom que faci relleu. Fer reconeixement propi. Auditiva: delimitar l'espai amb marques ben pintades al terra.
MATERIAL	No és necessari.	No és necessari.	Visual: utilitzar una pilota amb un cascavell i del color que més contrasti amb el terreny de joc. Si genera molta, es pot utilitzar una pilota d'escuma.
NORMATIVA	Si té dificultats per recollir la pilota, es considerarà que ho ha fet quan sigui el primer en arribar al seu costat. Per plantar la pilota, la podrà llançar de lluny (1m) fent que boti i passi la línia. Si hi ha problemes d'equilibri o de prensió (agafar), quan tingui la pilota cridarà "stop" i disposarà de 6 passes abans no es reiniciï el joc, passant la pilota amb la part del cos que li resulti més fàcil. Per evitar desequilibrar-los, se'ls aturarà cridant-los a 1 metre de distància.	Si fos necessari, obviar alguna normativa, com la de fer la passada enrere.	Visual: Les passades es faran pel terra i si algú de l'equip contrari la toca amb el peu, s'aturarà la recepció. (Si la pilota és d'escuma es permetran passades per l'aire). Només es podran fer 3 passades. Com a mínim, que la persona amb discapacitat visual hagi fet 1 passada abans de plantar la pilota.
HABILITATS	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
SUPORT	No és necessari.	Si fos necessari, la monitora o monitor els haurà d'anar guiant donant les instruccions pertinents.	El monitor o monitora del grup anirà guiant el joc i estarà a prop dels infants i joves amb discapacitat visual.
COMUNICACIÓ	No és necessari.	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Ex: Exemplificar els moviments clau, com les passades, interceptar,...	Visual: no s'escau. Auditiva: a l'hora d'explicar l'activitat, exemplificar els moviments clau: fer les passades, interceptar,...



1.6. Pica paret

Breu definició	Activitat d'equilibri en què guanya qui està més quiet.
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior o interior
Material	No és necessari
Temps aproximat	15 minuts per partida
Objectiu	Arribar a tocar la paret sense ser atrapat
Desenvolupament	Hi ha un o una participant mirant de cara a un mur que inicia el joc cridant "1, 2, 3 pica paret". La resta aprofita aquest temps per avançar cap a la paret. Quan ha acabat de dir la frase, es gira ràpidament mentre que la resta es queden immòbils com "estàtues". Si qui para detecta que alguna estàtua es mou, el cridarà pel nom i aquest haurà de retrocedir fins a la línia d'origen. Quan està segur que ningú més es mou, torna a la paret, es gira i torna a començar mentre que el grup segueix acostant-se fins on hi ha la paret. L'objectiu del grup és arribar fins a la paret per tocar la persona. Quan això passa, tothom ha de córrer fins la línia de sortida per evitar ser atrapats. Qui és atrapat passa a parar.

Font: adaptat de Ríos et. al. 2006



GÈNERE			
Evitar que sempre siguin els nois o les noies les que hagin de parar. Si fos necessari, obligar a alternar-ho.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	Espai pla i llis. Es marcaran 1 o 2 refugis per poder-se resguardar.	Espai ben acotat i tranquil.	Visual: espai pla i llis, prèviament reconegut.
MATERIAL	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
NORMATIVA	Si paren, es posaran de cara al grup però amb els ulls tancats. Quan qui para sigui tocat, els del grup hauran de fugir amb alguna forma de desplaçament prefixada per tothom. Ex: caminar a pas de formiga en línia recta, a peu coix; o fer una habilitat prèvia (seure i aixecar-se). Per atrapar-los només caldrà dir-los pel nom a un metre de distància o llançar una pilota d'escuma. Per tocar, només serà necessari arribar a 2 o 3 metres del mur i cridar "tocat!".	No és necessari.	Visual: quan estigui parant, es demanarà a la resta que avanci donant forts cops de peu al terra. Si després de dir la frase escolta alguna passa, el monitor o monitora li dirà el nom i haurà de tornar enrere. Quan sigui tocat, passarà a atrapar la persona que estigui més lluny seu (més proper a la línia de l'inici). Per tocar, només serà necessari arribar a 2 o 3 metre del mur i cridar "tocat!" i tindrà dret a les zones de refugi.
HABILITATS	Si hi ha problemes d'equilibri, es permetrà un cert moviment però sempre sense moure els peus.		
SUPORT	No és necessari.	Si fos necessari, crear parelles dins del grup.	Visual: anirà acompanyat d'un company, companya, monitor o monitora per anar avançant fins al mur.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla, preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Ex: Exemplificar els moviments clau: quedar-se quiet.	Visual: no s'escau. Auditiva: a l'hora d'explicar l'activitat, exemplificar els moviments clau: quedar-se quiet. Dir la frase utilitzant cartells o un compte enrere amb les dits a partir de 5.

Font: adaptat de Ríos et. al. 2006



2. Activitats de descobrir i amagar-se

2.1 La *banderinha*

Breu definició	Joc clàssic de recuperació de la bandera.
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior (espai obert i ampli)
Material	2 mocadors (banderes)
Temps aproximat	1 hora per partida
Objectiu	Aconseguir la bandera de l'equip contrari i portar-la al terreny propi.
Desenvolupament	Se separen els jugadors en dos equips i es delimita el terreny de joc amb dues parts iguals. Cadascun dels equips se situa en el seu camp i col·loca una bandera més enllà de la línia que delimita el terreny de joc al costat llarg. L'objectiu és protegir la pròpia bandera i intentar recuperar la de l'altre equip. Per fer-ho han d'evitar ser tocats en camp contrari i arribar a la zona de la bandera on estaran salvats; un cop allà, s'ha de buscar la manera de tornar-la fins al propi camp. Si una jugadora o jugador és tocat, haurà de quedar-se immòbil i no podrà jugar fins que algun membre del seu equip el salvi, ja sigui tocant-lo i escapant-se dels oponents o bé fent una cadeneta des del propi camp. Guanya la jugada l'equip que roba la bandera de l'oponent i aconsegueix portar-la al seu propi terreny.

Font: Fundació Pere Tarrés, 2005





GÈNERE			
Equips mixtos i com més paritaris millor. Evitar els lideratges individuals dins del grup, sobretot a l'hora de fer l'estratègia Es poden crear parelles (mixtes) d'atac.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	Delimitar les zones. Fer-ho en un terreny pla i llis.	Delimitar molt bé el terreny de joc, quedant el més recollit possible. Un bon lloc podria ser un camp de futbol.	Visual: marcar l'espai amb corda o quelcom que faci relleu. Fer reconeixement propi. Auditiva: delimitar l'espai amb marques ben pintades al terra.
MATERIAL	La bandera hauria de ser de tela i de colors ben vistosos perquè no es pugui confondre. No és necessari adaptar el material. Només cal tenir en compte què es necessitarà per fer les adaptacions.		
NORMATIVA	Per tocar o atrapar només cal passar a un metre del rival (cadires). Delimitar l'espai en el qual poden ser atrapats. Crear una zona de "descans" al camp contrari on no podran ser atrapats.	Delimitar l'espai on poden ser atrapats. Crear una zona de "descans" al camp contrari on no podran ser atrapats.	No hi ha eliminacions sinó que guanya qui més contrincants ha atrapat. Per a les persones amb discapacitat, les persones atrapades valen per 1,5.
HABILITATS	Crear espais on només es pugui anar a peu coix o arrossegant-se per terra.	No és necessari.	No és necessari.
SUPORT	Crear "escamots d'atac" per parelles.	Crear "escamots d'atac" per parelles.	Crear "escamots d'atac" per parelles.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla, preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Ex: exemplificar els moviments clau: tocar, quedar-se quiet, agafar la bandera...	Visual: no s'escau. Auditiva: a l'hora d'explicar l'activitat, exemplificar els moviments clau: tocar, quedar-se quiet, agafar la bandera...



2.2 Joc de pistes / Recerca del tresor

Breu definició	Tradicional joc de trobar el tresor seguint les pistes i/o amb un mapa.
Edat participants	A partir de 10 anys
Espai	Exterior (espai obert i ampli)
Material	Cartolines i retoladors
Temps aproximat	1 hora per partida
Objectiu	Trobar el tresor amagat seguint les pistes
Desenvolupament	A cada grup se li reparteix una primera pista que el conduirà a la primera peça d'un trencaclosques. Allà troba la peça del trencaclosques i una nova pista per continuar trobant les peces restants. Així successivament fins que finalment el trencaclosques mostra un mapa i aquest indica on està enterrat el tresor. Les pistes són endevinalles sobre el lloc on està amagada la peça del trencaclosques. Quan ja saben on és el tresor només queda desenterrar-lo i descobrir quines riqueses amaga! Variant: en lloc d'endevinalles poden ser petits jocs i/o que les indicacions es donin amb azimuths (llavors, és necessària una brúixola).

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán





GÈNERE			
Fer grups mixtos i com més paritaris millor. Evitar que s'estableixin rols de lideratge molt marcats.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	Fer-ho en un terreny pla i llis.	No és necessari.	Visual: pla i llis. Caldrà reconèixer prèviament el terreny i establir punts de referència (orientació): arbres, pedres, finestres,...
MATERIAL	Les pistes i els trossos.	Pistes: molt visuals (dibuixos), clares, curtes i senzilles. Ex: "La propera peça es troba on dinem cada dia". Mapa (trencaclosques): el més detallat possible, no fer un simple croquis.	Visual: pistes en Braille. El mapa es podria fer amb relleu o combinant textures indicant els llocs clau. Ex: una fulla per indicar un arbre, cordill per fer el contorn d'una casa, paper de cel·lofana per indicar un llac/piscina... Auditiu: pistes.
NORMATIVA	Serà obligatori que tothom endevini on es troba la propera pista. No tenir un tresor únic, sinó un per grup. Així, el joc deixa de ser competitiu i no caldrà córrer amunt i avall.	Serà obligatori que tothom endevini on es troba la propera pista. Per equilibrar el nivell de les pistes, es pot establir un ordre prèviament marcat de tal forma que a la persona amb discapacitat li toqui una pista més senzilla que a la resta. No tenir un tresor únic, sinó un per grup. Així, el joc deixa de ser competitiu i no caldrà córrer amunt i avall.	Serà obligatori que tothom endevini on es troba la propera pista. No tenir un tresor únic, sinó un per grup. Així, el joc deixa de ser competitiu i no caldrà córrer amunt i avall.
HABILITATS	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
SUPORT	Establir parelles de suport per als desplaçaments.		
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Ex: exemplificar què cal fer quan es troba una pista.	Visual: si cal, posar les instruccions per escrit i en Braille. Auditiva: a l'hora d'explicar l'activitat, exemplificar què cal fer quan es troba una pista. Fins i tot, posar les instruccions per escrit.



2.3. Fet i amagar

Breu definició	Joc clàssic de nit
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior (espai obert i ampli)
Material	No és necessari
Temps aproximat	30 minuts (en funció del nombre de participants)
Objectiu	Trobar totes les persones que s'han amagat
Desenvolupament	En un punt concret ("casa") qui "la para" compta fins a un número (ex: 50). La resta del grup s'amaga per tot el camp de joc. Un cop acaba de comptar, els ha de trobar i dir el seu nom. La persona que ha estat vista haurà de sortir del seu amagatall i anar a "casa". El joc s'acaba quan qui "la para" ha trobat a tothom. Variant 1: Qui s'amaga ha de salvar-se arribant a "casa" i dir: "1, 2, 3 salvat" sense ser vist. Qui "la para", quan veu a algú ha d'anar a "casa" i dir: "1, 2, 3 [i el nom de la persona que ha vist]". Aquest infant estarà eliminat. Variant 2: les sardines. Només un infant o jove (o uns pocs) s'amaga ("sardines") i la resta l'han de trobar. Quan ho facin, en lloc de dir el seu nom, s'amagaran amb ell o ella (com si fossin sardines en una llauna). Perd la darrera persona que no ha trobat cap "sardina".

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán





GÈNERE			
El nombre de nois i de noies que paren al llarg del joc ha de ser semblant per evitar el monopoli o domini del joc per gèneres.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPAI	Terreny pla i llis i ben delimitat. Per variant 1: es crearan diferents “cases” perquè resulti més fàcil salvar-se. No obstant això, la resta només podrà utilitzar-ne una.	Espai conegut amb punts de referència. Per variant 1: es crearan diferents “cases” perquè resulti més fàcil salvar-se. No obstant això, la resta només podrà utilitzar-ne una.	Visual: terreny pla i llis, prèviament reconegut per la persona, establint punts de referència. Per variant 1: es crearan diferents “cases” perquè resulti més fàcil salvar-se. No obstant això, la resta només podrà utilitzar-ne una.
MATERIAL	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
NORMATIVA	Deixar més temps per amagar-se. Si hi ha problemes de parla, no caldrà dir el nom sinó assenyalar l'amagatall. La persona s'haurà de quedar quieta fins que l'altre pugui dir el seu nom. Per variant 1: si han de “parar” no caldrà que corrin a casa per eliminar els altres. Per variant 1: si la mobilitat reduïda és molt alta, per ser atrapada la persona haurà de ser vista 3 vegades. Això vol dir que es podrà amagar 3 vegades, deixant temps perquè ho faci.		Visual: si és qui “la para”, guiar-se pel “fred-calent” i permetre palpar la persona que ha trobat. Aquesta no es podrà moure del seu lloc. Si hi ha problemes de parla, no caldrà dir el nom sinó assenyalar l'amagatall. La persona s'haurà de quedar quieta fins que l'altre pugui dir el seu nom.
HABILITATS	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
SUPORT	Si hi ha problemes de parla, establir parelles per poder veure quan assenyala algú.	No és necessari.	Visual: crear parelles amb un altre infant o jove. Si hi ha problemes de parla, establir parelles per poder veure quan assenyala algú.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Ex: exemplificar els moviments bàsics: què vol dir amagar-se, com es troba algú,...	Visual: si cal, posar les instruccions per escrit i en Braille. Auditiva: ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Exemplificar els moviments bàsics: què vol dir amagar-se, com es troba algú,...

2.4. Joc de les lots

Breu definició	Joc de nit que combina el camuflatge i l'enginy per passar d'un cantó a l'altre del camp sense ser descobert.
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior (espai obert i ampli)
Material	Una lot per cada infant que participa
Temps aproximat	30 minuts per partida
Objectiu	Arribar a l'altra banda sense ser reconegut
Desenvolupament	Es tria un grup d'infants o joves perquè parin. Se situen estratègicament per tot el terreny de joc, asseguts al terra, sense poder moure's i amb una lot per cap. La resta se situa en un extrem del camp. Quan es fa sonar un xiulet (1 vegada) les lots s'apaguen i els infants i joves comencen a córrer en direcció a l'altre extrem del camp. Passats uns segons, es xiula de nou (2 vegades). Llavors, els infants han d'aturar-se i la resta encendre les lots per intentar reconèixer el màxim nombre de participants. Qui és reconegut, ha de tornar enrere i tornar a començar. I així successivament. Està permès l'intercanvi de roba, anar completament tapat,...

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán



GÈNERE			
No és necessari.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPAI	Espai pla i llis.	Espai ben delimitat.	Visual: espai pla, llis i prèviament reconegut.
MATERIAL	Si hi ha problemes de premsió, les llets haurien de ser el més senzilles possibles per poder-les encendre i apagar.	No és necessari.	No és necessari.
NORMATIVA	No és necessari.	No és necessari.	Visual: si són ells qui paren, podran desplaçar-se i reconèixer la persona pel tacte.
HABILITATS	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
SUPORT	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions de la prova.	Visual: no s'escau. Auditiva: a l'hora d'explicar l'activitat exemplificar els moviments clau. A més a més d'utilitzar el xiulet, fer ràfegues de llum amb les llanternes.

3. Activitats de proves / gimcanes

3.1. Proves de gimcana

3.1.1 Menjar una poma amb la boca i sense mans

Breu definició	Prova de gimcana d'habilitat.
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior o interior
Material	Cordill i pomes
Temps aproximat	5 minuts
Objectiu	Menjar una poma sense ajudar-se amb les mans
Desenvolupament	Entre dos punts (arbres, columnes) es lliga un fil a l'alçada de la boca de les persones participants. Del mateix cordill hi pengen les pomes lligades, alhora, amb més cordill. Cada infant o jove ha de mossegar la poma sense ajudar-se amb les mans. Es pot cronometrar.

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán



GÈNERE			
No és necessari.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	El cordill haurà d'estar a l'alçada de la cadira de rodes. Si és necessari, posar algun suport perquè qui vagi amb croses es pugui repenjar: columnes, cadires, agafadors,...	No és necessari.	No és necessari.
MATERIAL	Si hi ha qui no pot mastegar fàcilment, canviar la poma per un Donuts o similar.	No és necessari.	Visual: deixar tocar la poma abans de començar.
NORMATIVA	No és necessari.	Si es valora que es mengi amb el mínim temps possible, no aplicar-ho a aquests infants o joves.	No és necessari.
HABILITATS	No és necessari.		
SUPORT	No és necessari.		
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions de la prova. Ex: exemplificar com s'ha de menjar la poma.	Visual: no s'escau. Auditiva: a l'hora d'explicar l'activitat exemplificar els moviments clau: Ex: exemplificar com s'ha de menjar la poma.



3.1.2. Punteria: llançar i encertar anelles en una ampolla

Breu definició	Prova de gimcana d'habilitat.
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior o interior
Material	Una anella i diverses ampolles de mides diferents
Temps aproximat	5 minuts (en funció dels intents)
Objectiu	Encertar una anella en un ampolla
Desenvolupament	A una certa distància es col·loquen ampolles de mides i formes diferents. La persona participant ha d'agafar una anella, llançar-la i aconseguir encertar-la a l'ampolla. Variants: es pot variar la mida de les ampolles o fer un sistema de puntuació més sofisticat.

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán





GÈNERE			
No és necessari.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	Tenir en compte que l'espai sigui prou ampli per poder posar una cadira de rodes. Si es necessari, posar algun suport perquè qui vagi amb croses es pugui repenjar: columnes, cadires, agafadors,...	Fer-ho en un espai tranquil.	No és necessari.
MATERIAL	Anelles el més toves possible, grans i fàcils de manipular. Per qui no pugui manipular objectes amb les mans, fer-ho amb una pilota i/o una rampa perquè agafi embranzida.	Les anelles haurien de ser grans i agradables al tacte.	No és necessari.
NORMATIVA	Augmentar o disminuir la distància de llançament en funció de les capacitats. Per qui no pugui manipular objectes amb les mans, fer-ho amb una pilota i els peus o una rampa i fer quelcom semblant a les bitlles. Permetre fer llançaments d'entrenament.	Augmentar o disminuir la distància de llançament en funció de les capacitats. Permetre fer llançaments d'entrenament.	Visual: fer sonar les ampolles al temps que es llança. Es donarà el punt si toca alguna ampolla. Auditiv: no s'escau.
HABILITATS	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
SUPORT	No és necessari.		
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions de la prova. Ex: exemplificar com s'ha de llançar l'anella.	Visual: no s'escau. Auditiva: a l'hora d'explicar l'activitat exemplificar els moviments clau: Ex: exemplificar com s'ha de llançar l'anella.



3.1.3. Toca - Toca

Breu definició	Prova de gimcana per experimentar amb diferents formes i textures.
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior o interior
Material	Diferents contenidors (caixes) preferiblement tancats, un mocador, tot allò que es vulgui tocar
Temps aproximat	10 minuts
Objectiu	Endevinar què s'amaga dintre de cada caixa utilitzant només el tacte
Desenvolupament	Es col·loquen diferents caixes (preferiblement tancades) a sobre d'una taula. Cada participant porta els ulls embenats de tal forma que no pot veure el seu contingut. Ha de ficar la mà a la caixa, tocar l'objecte i endevinar de què es tracta. Els objectes són de diferents formes i textures: fruites, fustes, coixins, recipients amb sorra, líquids,...

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán





GÈNERE			
No és necessari.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	Les caixes hauran d'estar a l'alçada d'una cadira de rodes.	Espai tranquil i sense gaires distraccions.	No és necessari.
MATERIAL	Objectes grans i amb les textures ben diferenciades.		
	No és necessari.	Objectes que puguin conèixer. Targetes amb dibuixos a cada caixa i amb diferents opcions perquè pugui resultar més senzill d'endevinar.	Objectes que puguin conèixer.
NORMATIVA	No és necessari.	Donar més temps perquè puguin esbrinar l'objecte.	No és necessari.
HABILITATS	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
SUPORT	Si no té mobilitat a les mans, ajudar-lo a tocar els objectes.	No és necessari.	No és necessari.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions de la prova. Ex: exemplificar com es tocan els objectes.	Visual: no s'escau. Auditiva: a l'hora d'explicar l'activitat, exemplificar els moviments clau: Ex: exemplificar com es tocan els objectes.



3.1.4. Cadena de roba

Breu definició	Prova de gimcana de treball en equip i pèrdua de vergonya.
Edat participants	A partir de 10 anys
Espai	Exterior (espai obert i ampli)
Material	No és necessari
Temps aproximat	10 minuts
Objectiu	Aconseguir una filera de peces de roba el més llarga possible
Desenvolupament	Dos o més equips se situen en paral·lel. Han de formar una línia de roba (cadena) amb la roba que portin posada. Guanya l'equip que la fa més llarga. Si només hi ha un equip, es fixa un mínim de distància que han d'assolir.

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán





GÈNERE			
Deixar molt clar que no és obligatori que tothom es tregui roba, ni molt menys tota la roba. Posar un límit al nombre de peces que es poden treure. En aquest cas, tindria més valor la llargada de cada peça. Posar un límit al tipus de roba que es pot posar a la cadena. Ex: no es pot posar roba interior.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPAI	Terreny pla i llis.	Espai tranquil.	Terreny pla i llis.
MATERIAL	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
NORMATIVA	No és necessari.	No posar un límit de temps, o que sigui prou llarg com perquè puguin assimilar les accions.	No és necessari.
HABILITATS	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
SUPORT	Si algú té dificultats per treure's la roba, rebrà l'ajuda d'altres companys i companyes. Anar molt en compte en no fer moviments violents (bruscs).	No és necessari.	No és necessari.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Ex: exemplificar els moviments bàsics, com treure's una peça de roba i deixar-la a la cadena.	Auditiva: ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Exemplificar els moviments bàsics: treure's una peça de roba i deixar-la a la cadena.



4. Activitats en rotllana

4.1. El director d'orquestra

Breu definició	Joc de rotllana d'imitació.
Estat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior o interior
Material	No és necessari
Temps aproximat	3 minuts per ronda
Objectiu	Qui "la para" haurà de descobrir qui dirigeix l'orquestra
Desenvolupament	Mentre un s'allunya de la rotllana (surto fora de la sala), els qui es queden a la rotllana han d'escollir, en secret, una persona del grup que serà el director o directora d'orquestra. Aquest comença a fer una acció repetidament que tots han d'imitar i que va canviant regularment (ex: picar de mans, treure la llengua, moure el cap,...). Entra qui està fora, es col·loca al mig i ha d'endevinar qui és el director o directora d'orquestra. Si ho endevina entra a formar part de la rotllana. Llavors, es tria una altra persona perquè descobreixi el nou director o directora.

Font: Fundació Pere Tarrés, 2005





GÈNERE			
Alternar la direcció d'orquestra entre un noi i una noia.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPAI	No és necessari.	Millor en una sala tancada.	No és necessari.
MATERIAL	Fer-ho asseguts al terra i/o en cadires.	No és necessari.	No és necessari.
NORMATIVA	Fer moviments que tothom pugui fer.	No ser gaire exigent amb la puresa del moviment.	Visual: les accions hauran de ser sonores.
HABILITATS	No és necessari.	Delimitar els moviments a una sèrie de 3 o 4 que es vagin repetint (i fins i tot per ordre).	No és necessari.
SUPORT	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions de la prova. Ex: exemplificar alguns ritmes.	Visual: no s'escau. Auditiva: a l'hora d'explicar l'activitat, exemplificar els moviments clau. Ex: exemplificar com es segueix el ritme.



4.2. Els llops (l'assassí cec)

Breu definició	Joc de misteri molt popular entre adolescents.
Edat participants	A partir de 12 anys
Espai	Interior (tranquil)
Material	Paper i bolígraf (si el repartiment de rols és a sorts)
Temps aproximat	Entre 15 i 30 minuts per partida
Objectiu	Esbrinar qui és l'assassí del poble
Desenvolupament	La persona que condueix el joc decideix (a sorts, o no) qui és ciutadà, qui assassí i qui policia. Un cop està definit, comença explicant una història. L'ordre que s'ha de seguir al llarg del joc és sempre el mateix: 1. Tothom tanca els ulls. 2. Obre els ulls l'assassí i indica qui vol matar, després tanca els ulls. 3. Obre els ulls el policia i assenjala qui creu que és l'assassí o assassina. El conductor del joc diu si ho és o no. El policia tanca els ulls. 4. Tothom obre els ulls i el conductor diu qui ha mort. Llavors es discuteix qui pot ser l'assassí. Un cop discutit, qui és acusat diu si és l'assassí o no. Si ho és, el joc el guanyen els ciutadans. Si no ho és, aquella persona mor. Finalment, el joc s'acaba quan s'ha descobert l'assassí o quan queden només dues persones. Variant: hi ha el personatge de l'àngel que pot ressuscitar els morts. La seva aparició es faria entre el punt 3 i 4.

Font: Fundació Pere Tarrés, 2005





GÈNERE			
Delimitar molt bé els torns de paraula, de tal manera que no es facin converses paral·leles. Si cal, es pot utilitzar una pilota (només pot parlar qui té la pilota).			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPAI	No és necessari.	Fer-ho en una sala tranquil·la.	No és necessari.
MATERIAL	Cadires perquè tothom estigui situat a la mateixa alçada.	No és necessari.	No és necessari.
NORMATIVA	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
HABILITATS	No és necessari.	No és necessari.	Visual: en cas de ser l'assassí o el policia, es permet dir-ho a cau d'orella.
SUPORT	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Respectar molt el torn de paraula per evitar un clima d'estrès que els atabalés.	Respectar molt el torn de paraula perquè s'hi puguin expressar.

4.3. La bomba

Breu definició	Joc de rotllana, amb pilota i nervis per veure a qui li explota.
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior o interior
Material	Una pilota
Temps aproximat	10 minuts (en funció del nombre de participants)
Objectiu	Sobreviure a l'explosió de la bomba (no tenir-la en el moment que explota)
Desenvolupament	Estant de peu, es fa un cercle amb tothom qui participi en el joc. Una persona se situa al centre. Serà qui ha de fer el compte enrere. Per exemple, fins a 50. Compta en veu baixa. Quan falti poc per arribar a la xifra, ha de dir: "S'acosta la bomba". I quan arribi al número diu: "Bomba!". Mentrestant, la resta del cercle es passa la pilota amb els mans. Quan es cridi "bomba", la persona que tingui la pilota està morta. Llavors, s'asseu amb les cames estirades. A la següent ronda, qui està al costat de la persona morta ha de passar-hi per sobre per entregar la bomba i tornar enrere, a la seva posició. Guanya la darrera persona que queda de peu.

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán



GÈNERE			
Alternar que la persona que compta no sempre sigui la mateixa. Variar de voluntaris i voluntàries.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPAI	Terreny llis i pla.	Espai tranquil i sense gaires distraccions.	Terreny llis i pla.
MATERIAL	Pilota d'escuma força gran.		
NORMATIVA	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
HABILITATS	Els desplaçaments es faran per davant de les cames de qui està mort, no per sobre.	<i>Rel·lotge visual</i> : comptar visualment utilitzant els braços en creu. Cada deu segons s'aniran pujant fins que es xoquin (la bomba explota). Quan hagin de comptar, deixar que comptin 5 vegades 10, en lloc de 50.	<i>Auditiv</i> : <i>Rel·lotge visual</i> Comptar visualment utilitzant els braços en creu. Cada deu segons s'aniran pujant fins que es xoquin (la bomba explota).
SUPORT	Si hi ha problemes de parla, establir parelles: un compta i l'altre ho diu en veu alta.	Establir parelles: un compta i l'altre ho diu en veu alta.	Si hi ha problemes de parla, establir parelles: un compta i l'altre ho diu en veu alta.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions de la prova. Ex: exemplificar com es compta en forma de <i>rel·lotge visual</i> , com es passa la pilota i què passa quan hi ha una persona morta.	Visual: no s'escau Auditiva: a l'hora d'explicar l'activitat, exemplificar els moviments clau. Ex: exemplificar com es compta en forma de <i>rel·lotge visual</i> , com es passa la pilota i què passa quan hi ha una persona morta.



4.4 La vaca Paca

Breu definició	Joc de rotllana i repetició.
Edat participants	A partir de 10 anys
Espai	Exterior o interior
Material	Tap de suro, 1 encenedor o pintura de cara
Temps aproximat	15 minuts per partida
Objectiu	Seguir la sèrie sense equivocar-se
Desenvolupament	Tothom està assegut en rotllana i amb un número assignat. Tots i totes són “la vaca Paca” i el número que tenim. Ara, hem de passar de jugador a jugador. Exemple: “La vaca Paca X a la vaca Paca Y. La vaca Paca Y a la vaca Paca Z...”. A qui s’equivoca se li pinta una taca. Es pot complicar el joc dient també el nombre de taques. Exemple: “La vaca Paca X a la vaca Paca Y amb F taques”. Variant: per complicar-ho, es pot fer un ritme amb les mans (picar de mans i de peus).

Font: Fundació Pere Tarrés, 2005





GÈNERE			
Serà obligatori dir tots els números del grup sense deixar-ne cap.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	No és necessari.	Espai tranquil sense distraccions.	No és necessari.
MATERIAL	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
NORMATIVA	No és necessari.	Per variant 1: si no poden fer el ritme i dir la frase, només diran la frase.	No és necessari.
HABILITATS	No és necessari.	Per variant 1: el ritme serà senzill i caldrà practicar-lo prèviament.	No és necessari.
SUPORT	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	No és necessari.	Auditiu: establir una seqüència amb gestos perquè s'entengui la frase i el número. Ex: mans al cap com si fossin orelles per dir "vaca", fer un gest amb el dit voldrà dir "a la" i amb els dits es fa la xifra.



4.5. La batalla de petons

Breu definició	Variant del joc del mocador amb petons.
Edat participants	A partir de 14 anys
Espai	Exterior o interior
Material	No és necessari
Temps aproximat	30 minuts per partida
Objectiu	Cada equip ha d'aconseguir més punts que l'equip contrari
Desenvolupament	Es fan dos equips per sexes: nois i noies. Estan asseguts i assegudes en cercle de manera intercalada. Als nois se'ls atorga una lletra i a les noies una xifra (o a la inversa). Al centre se situa un membre d'un dels equips (serà la persona que parerà). La persona que dinamitza crida un número i una lletra. A qui correspongui surt corrents al centre amb 2 objectius diferents: • El o la jugadora de l'equip contrari a qui para intenta fer-li un petó a qui està al centre. • El o la jugadora del mateix equip ha d'evitar que l'altre faci un petó al del centre fent-li un petó al contrari. Qui aconsegueixi el seu objectiu es col·loca al mig i el seu equip obté un punt. El joc acaba quan així ho decideix qui el dinamitza o quan s'arriba a una puntuació concreta.

Font: adaptat de Fundació Pere Tarrés, 2005





GÈNERE			
Suprimir la puntuació de tal forma que ningú guanya ni perdi. Així no es converteix en una guerra de sexes de debò. Fer equips mixtos.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	Fer-ho en un terreny, pla i llis. Si es considera necessari, escurçar la distància fins a la persona del centre (només per a la persona amb discapacitat).	Espai tranquil. Si es considera necessari, escurçar la distància fins a la persona del centre (només per a la persona amb discapacitat).	Visual: fer-ho en un terreny pla i llis. Si es considera necessari, escurçar la distància fins a la persona del centre (només per a la persona amb discapacitat).
MATERIAL	No és necessari.		
NORMATIVA	Per evitar xocs frontals, la persona del centre tindrà una mà estesa i l'objectiu ja no serà fer un petó sinó tocar-li la mà abans que l'altre li toqui la seva.	Fer coincidir els números i lletres amb persones amb habilitats físiques semblants.	Visual: augmentar la distància que ha de recórrer l'oponent (o reduir la de l'altre). La persona del centre el podrà guiar amb la veu.
HABILITATS	Es recomana que qui té la discapacitat estigui situat més a prop del centre. L'adversari haurà de fer una habilitat prèvia a començar la carrera (ex: 3 flexions). Modificar la manera de desplaçar-se de l'oponent (ex: amb passes de formiga).		Modificar la manera de desplaçar-se de l'oponent (ex: amb passes de formiga, a peu coix,...).
SUPORT	No és necessari.	No és necessari.	Visual: es correrà en parella (la parella també podrà jugar sola).
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc. Ex: exemplificar els moviments que cal fer a l'hora de fer el petó.	Visual: Per orientar-se, durant la carrera d'anada, el monitor o monitora el cridarà pel seu nom, i a la tornada, ho farà un o una companya. Auditiu: qui crida els números i lletres ho farà amb un cartell prou gran com perquè es vegi. Si s'opta per utilitzar només els dits d'una mà, els dos equips jugaran només amb números: un els parells i l'altre els imparells. Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions del joc.



5. Jocs de taula

5.1. Party&Co.

Breu definició	Joc de taula que combina mímica, dibuix, endevinar paraules i preguntes de cultura general.
Edat participants	A partir de 10 anys
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Paper i bolígraf. Es recomana una pissarra o un <i>papel·lògraf</i>
Temps aproximat	1 hora per partida
Objectiu	Arribar al final del recorregut del tauler abans que l'equip contrari
Desenvolupament	Cadascun dels equips col·loquen la seva fitxa a l'inici del tauler. Tiren el dau i es col·loquen sobre la casella que els ha tocat. Hauran de fer la prova que els toqui. La prova la fa el grup, així que la resta haurà d'estar en silenci. Mímica: fer endevinar a la resta del grup títols de pel·lícules, animals, estats d'ànim,... Però sense utilitzar paraules, sons ni dibuixos (prova amb temps). Dibuix (Pictionary): fer endevinar a la resta del grup objectes, accions,... però utilitzant només paper i llapis (prova amb temps). Tabú: fer endevinar a la resta del grup una paraula sense dir-ne 5 de relacionades (paraules tabú). Trivial (preguntes): es fa una pregunta sobre l'esplai, esport, actualitat, anècdotes, coses trivials,... Si el grup l'encerta, torna a tirar el dau. Variant: en lloc de tornar a avançar es donen punts per proves encertades, de manera que qui guanya pot ser qui faci més proves de manera correcta.

Font: adaptat del tradicional joc Party&Co.



GÈNERE			
Equips mixtos i com més paritaris millor. S'alternaran entre nois i noies a l'hora de fer les proves.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPai	No és necessari.	Espai tranquil i sense gaires distraccions.	No és necessari.
MATERIAL	Per dibuixar, llapis més grans i fàcilment manipulables.	El tauler i sobretot les targetes hauran de ser molt visuals i intuïtives (dibuixos,...). Per dibuixar, llapis més grans i fàcilment manipulables.	Visual: targetes en Braille. Auditiu: posar les preguntes en targetes que pugui llegir.
NORMATIVA	Serà obligatori que tothom contesti alguna de les preguntes / faci una prova.	Serà obligatori que tothom contesti alguna de les preguntes / faci una prova. Fer proves sense temps o donar més temps perquè puguin fer-les. Preguntes curtes i dibuixos senzills de dibuixar.	Serà obligatori que tothom contesti alguna de les preguntes / faci una prova. Visual: al dibuix, fer una descripció o utilitzar sons.
HABILITATS	Si tenen la mobilitat molt reduïda no podran fer la mímica ni dibuixar, però sí endevinar.	No és necessari.	No és necessari.
SUPORT	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
COMUNICACIÓ	Si hi ha problemes de parla: preveure un alfabet Bliss, sil·làbic,...	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions de la prova. Ex: donar exemple en cadascuna de les proves.	



5.2. Aualé

Breu definició	Joc tradicional africà (però que també es juga a l'Àsia i a Amèrica).
Edat participants	A partir de 10 anys
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Tauler d'aualé i 24 fitxes (llavors)
Temps aproximat	15 minuts per partida
Objectiu	Aconseguir que l'altre participant es quedi sense possibilitat de "llaurar" (moure fitxes)
Desenvolupament	El tauler té 12 forats en dues fileres, sis d'un costat per a un jugador i sis de l'altre per a l'altre participant. Es comença amb quatre fitxes en cada forat. Primer mou fitxa un d'ells i després l'altre ("llaurar"). Per llaurar es cullen totes les fitxes d'un dels forats i es deixen, una a una, en els següents forats seguint el sentit contrari a les agulles del rellotge. Quan al final d'un torn la darrera llavor es deixa en la filera o camp contrari, si allí hi ha dues o tres llavors, el jugador o jugadora que ha mogut en aquest torn aconsegueix quedar-se les fitxes del contrari. Però no es pot deixar sense llavors l'oponent si encara se'n poden deixar. El joc continua fins que algú ja no pot "llaurar" perquè no li queden fitxes per moure als seus forats. En aquest moment, el jugador que ha començat la partida es queda amb totes les fitxes que estiguin en joc en aquell moment. Guanya qui té més fitxes.

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán





GÈNERE			
No és necessari.			
DISCAPACITAT			
	FÍSICA	INTEL·LECTUAL	SENSORIAL
ESPAI	No és necessari.	Espai tranquil i sense distraccions.	
MATERIAL	No és necessari.	Tauler i llavors més grans que de costum.	Visual: tauler i llavors més grans que de costum perquè les pugui reconèixer més fàcilment.
NORMATIVA	No és necessari.	El rival començarà amb més llavors al seu camp perquè pugui aprendre la dinàmica abans de perdre.	No és necessari.
HABILITATS	No és necessari.	No és necessari.	No és necessari.
SUPORT	Si no hi ha mobilitat a les mans, el contrari serà qui faci els moviments.	No és necessari.	No és necessari.
COMUNICACIÓ	No és necessari.	Ser molt visual a l'hora de donar les explicacions de la prova. Ex: exemplificar com es fa un moviment i clarificar les instruccions.	No és necessari.



3.2. Activitats de sensibilització

A continuació es proposen un seguit d'activitats pensades especialment per treballar els tres eixos principals de la campanya: gènere, discapacitat i vulnerabilitat social. La majoria es poden **fer amb tots els grups del centre d'esplai**, i és recomanable que així es faci. Tanmateix, n'hi ha **algunes centrades més concretament en l'equip de monitores i monitors**. Es recomana que aquestes es vagin fent al llarg del curs, com si fos una formació continuada.

A l'hora de plantejar les activitats s'ha optat per mantenir la classificació per tipologia d'activitat però afegint una nova variable: la temàtica que es treballa. Tot i això, s'ha de reconèixer que en algunes hi són presents més d'una o totes tres: el gènere, la discapacitat i la vulnerabilitat social d'infants i joves. En aquest cas, s'ha optat per classificar-les com activitats que treballen la "diversitat" en general.

Graella d'activitats de sensibilització

TIPOLOGIA	GÈNERE	DISCAPACITAT	VULNERABILITAT SOCIAL
Activitats en rotllana	• Cavallers, princeses i dracs	• El joc de les cadires	
	• El secret		
Jocs de taula	• El parxís de la xocolata		
Dances i cançons		• "Tu ets el sol de la meva vida"	
Dinàmiques de grup	• Disney en imatges • Talla amb els "mals rotllos" • Els mites de l'amor • L'abús		• El termòmetre
		• Treu-te la màscara • Punxar les pors	
	• La botiga dels somnis • El xiclet del coneixement • Esculpint emocions • El mirall • Som com una ceba • Quiero • Ser i semblar		



1. Activitats en rotllana

1.1. Cavallers, princeses i dracs (gènere)

Breu definició	El joc de Pedra-Paper-Tisora, amb els rols canviats.
Edat participants	A partir de 8 anys / Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior
Material	No és necessari
Temps aproximat	A partir de 5 minuts
Objectiu	Trencar els rols clàssics de gènere
Desenvolupament	El joc és com el de Pedra-Paper-Tisora, però amb: Cavaller-Princesa-Drac. Qui guanya a qui? 1.El cavaller mata al drac 2.El drac es menja a la princesa 3.La princesa guanya el príncep Es creen dos grups i se situen un al davant de l'altre a una distància de tres a cinc metres. Cada grup decidirà quin rol agafa i a la de tres cada grup ha de representar amb un gest / expressió quin personatge ha escollit. Es donarà un punt a l'equip que guanyi la partida. I així successivament.

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán

Reflexió

Es tracta d'una activitat on es trenca el rol de gènere: és la dona qui guanya a l'home. Es pot utilitzar com a breu activitat per introduir el tema del gènere amb l'equip de monitores i monitors o amb el grup de joves. A partir d'aquí es pot reflexionar sobre els rols que sempre s'associen a homes i dones. Un punt de partida són els contes clàssics.

Amb infants no caldrà fer tota aquesta reflexió però sí apuntar com és que la dona pot guanyar al príncep, i si a la vida real és així.





1.2. El joc de les cadires (discapacitat)

Breu definició	Tradicional joc de rotllana però canviat de tal manera que cada participant assumeix un rol que li condiciona el moviment i la manera d'actuar.
Edat participants	A partir de 8 anys
Espai	Interior
Material	Una cadira menys que el nombre total de participants; aparell de música (opcional)
Temps aproximat	15 minuts per partida
Objectiu	Comprendre que una discapacitat no té per què ser "discapacitant"
Desenvolupament	Es disposen les cadires en un cercle, amb el seient mirant cap enfora. Sempre hi ha una cadira menys que el nombre total de participants. Cada participant ha d'assumir un rol determinat que limitarà el seu moviment i manera d'actuar. Fonamentalment, hi haurà persones amb el rol de patir discapacitat física, sensorial i intel·lectual. Així hauran d'anar a peu coix, més a poc a poc,... El joc es desenvolupa com el tradicional. Tothom anirà donant voltes al cercle mentre sona la música. Quan aquesta para de sonar tothom ha de buscar una cadira per seure. Qui es queda sense, està eliminat. Es treu una cadira i es continua jugant fins que només en quedi un.

Font: Down Lleida

Reflexió

El joc està pensat principalment per donar a entendre que la discapacitat, sobretot intel·lectual, no és un impediment per jugar. Si al grup hi ha una persona amb discapacitat, com per exemple Síndrome de Down, durant el joc ella no tindria més handicap que la seva pròpia situació i es demostraria que podria jugar sense problemes.





1.3. El secret (gènere, discapacitat i vulnerabilitat social)

Breu definició	Dinàmica de rotllana en què es treballa què se sent quan ets discriminat pel grup.
Edat participants	A partir de 8 anys / Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	1 mocador (fulard) o pilota
Temps aproximat	10 minuts per partida
Objectiu	1.Desenvolupar empatia amb una persona que se sent discriminada 2.Reflexionar sobre els motius que provoquen la discriminació d'una persona en relació al grup 3.Analitzar la nostra actitud en relació a la resta 4.Ser capaços de detectar casos de discriminació
Desenvolupament	Menys una persona, la resta de participants s'asseuen a terra amb els peus junts i els genolls aixecats de manera que quedi un túnel entre les cames. El túnel ha de quedar ben tancat, sense cap buit entre les persones. S'explica que aquest grup de persones amaguen un secret: el mocador. Però la persona que no és al cercle no ho sap perquè està discriminada. Aquesta persona ha d'esbrinar el secret posant les mans on vulgui o assenyalant la persona que el té amagat. Mentrestant, la resta del grup es va passant el mocador per sota de les cames. No hi ha límits de direcció dins del túnel, però no pot rodar per fora del túnel. Quan la persona troba el mocador, s'integra al grup i a qui li ha descobert passa a ser qui l'ha de trobar. Després de diverses partides, s'aturarà el joc i es farà la reflexió. Es poden plantejar les següents preguntes: 1.Com s'han sentit les persones que han hagut de descobrir el secret? 2.I les persones que formaven part del grup? Feien algun tipus de comentaris? Quins? 3.Ens hem sentit discriminats o discriminades alguna vegada? Quan? Per què? Coneixem el motiu? Tenien motius per discriminar-nos? 4.La resta, heu discriminat algú en algun moment? Quin era el motiu? Era realment just? Variant: El psicòleg

Font: Eli Carrasco (Estris núm. 104, 1999)

Reflexió

Es tracta de veure que qualsevol detall serveix per discriminar, fins i tot una activitat. Cal fer notar el sentiment d'impotència, incomprensió i solitud de la persona discriminada i, per contra, com el grup sencer no s'escandalitza, ho troba "normal".



2. Jocs de taula

2.1. El parxís de la xocolata (gènere, discapacitat i vulnerabilitat social)

Breu definició	Joc del parxís en què cada participant juga amb normes diferents en funció del seu personatge, simulant una situació de discriminació actual: gènere, discapacitat o vulnerabilitat social.
Edat participants	A partir de 10 anys
Espai	Interior (tranquil)
Material	Un parxís per cada 12 participants i 2 daus per tauler Fitxa de normes Fitxes de personatges Fitxa de recopilació d'informació de personatges
Temps aproximat	1h30
Objectiu	1. Conèixer la situació de persones que pateixen les conseqüències de les desigualtats i la discriminació. 2. Analitzar superficialment les causes de les desigualtats i la discriminació.
Desenvolupament	Es pot jugar en grup o individualment. En tot cas, cada color correspon a un personatge amb unes circumstàncies desconegudes per la resta i que condicionen el seus moviments. L'objectiu de cada jugador és aconseguir tenir una bona vida. Això es representa fent arribar les quatre fitxes a la darrera casella, al centre del tauler. Qui ho aconsegueixi serà qui més lluny haurà arribat en la vida. Durant aquest camí, la resta de participants han d'anar esbrinant quines són les circumstàncies (handicaps) de la resta. Per contextualitzar la partida, el dinamitzador o dinamitzadora explica que hi ha 4 personatges (Maria, Carlos, Sara i Jonathan). Són quatre infants que volen jugar, tenir bona salut, créixer i construir un bon futur per ser feliços. Però les seves circumstàncies són diferents. A mesura que el joc avança cada grup ha d'anar anotant tot allò que esbrinin sobre les circumstàncies de la resta (com són i com viuen). És igualment important que anotin què senten en la pell del seu propi personatge. Al final de la partida es posen sobre la taula les fitxes de cada personatge perquè les contrastin amb les seves anotacions.

Font: *Jocs de Pau*, 2006



Reflexió

Els colors dels equips condicionen els seus handicaps, de la mateixa manera que el moment, circumstàncies i el lloc de naixement condicionen la vida.

A l'hora de fer la reflexió es poden establir paral·lelismes entre el joc i la vida real:

1. Què us ha impactat més de tot allò que li ha passat al vostre personatge? I en comparació amb els altres personatges?
2. Com us heu sentit? (és important partir de les emocions)
3. Qui s'ha sentit discriminat / exclòs?
4. Quines han estat les circumstàncies de cada un dels personatges? Què tenen en comú? Què tenen de diferent?

També es podrà enfocar de cara a les diferències per raons de gènere, econòmiques, d'origen i condicions físiques i mentals. Possibles preguntes:

1. Quins tipus de desigualtats heu detectat en el joc?
2. Existeixen aquestes desigualtats al teu barri / ciutat?
3. Quines són les que es produeixen en realitat?
4. Quines són les causes?
5. Com es podrien reduir les desigualtats?





Taula de normes

Maria (Vermell) (Dona)	Sara (Blau) (amb discapacitatat....)	Carlos (Groc) (Nouvingut)	Jonathan (Verd) ("Normal")	Concepte amb què relacionar la reflexió
Per treure una fitxa a jugar cal treure un 5 (com al parxís de sempre). Si surt un doble 5 poden sortir dues fitxes a jugar.				
Només pot avançar fins un màxim de 10 caselles per jugar. Si els daus treuen més de 10 només n'avançarà 10. La resta les regalarà al Jonathan (verd).	Només pot avançar fins un màxim de 8 caselles per jugar. Si els daus treuen més de 8 només n'avançarà 8. La resta les regalarà al Jonathan (verd).	Només pot avançar fins un màxim de 5 caselles per jugar. Si els daus treuen més de 5 només n'avançarà 5. La resta les regalarà al Jonathan (verd).	Si treu un 9 avançarà el número que indiquin els daus i tres caselles més.	Tots i totes naixem iguals, amb els mateixos drets.
Quan una fitxa arribi al final es llegirà alguna cosa que la Maria ha fet a la vida (veure fitxa de vida).	Quan una fitxa arribi al final es llegirà alguna cosa que la Sara ha fet a la vida (veure fitxa de vida).	Quan una fitxa arribi al final es llegirà alguna cosa que el Carlos ha fet a la vida (veure fitxa de vida).	Quan una fitxa arribi al final es llegirà alguna cosa que el Jonathan ha fet a la vida (veure fitxa de vida).	Per aconseguir el mateix alguns han de lluitar molt més que altres.
Si treu un 10 haurà de recollir els seus germans a l'escola. Es quedarà un torn sense tirar perquè trigarà més a fer els deures.	Si treu un 10 no passa res. Cada setmana haurà d'anar a l'especialista. Però li servirà per no perdre el ritme de la classe. No perd cap torn.	Si treu un 10 haurà de quedar-se després de l'escola per repassar català i matemàtiques. Després haurà de preparar el sopar per als seus tres germans petits. Es quedarà dos torns sense tirar perquè li costarà més assolir el nivell de l'escola.	Si treu un 10 podrà quedar amb els seus amics després de l'escola. Tindrà temps de sobres per fer els deures. No perd cap torn.	Per reflexionar sobre oportunitats i expectatives de cada personatge en funció de la seva situació (veure fitxa de vida).
				Les diferents responsabilitats i deures que ja tenen des de ben petits.



Taula de normes

Maria (Vermell) (Dona)	Sara (Blau) (amb discapacitat....)	Carlos (Groc) (Nouvingut)	Jonathan (Verd) ("Normal")	Concepte amb què relacionar la reflexió
Per accedir a una bona feina necessitarà ser llicenciada i tenir un màster. Haurà de treure dos 7.	Per accedir a una feina haurà de demostrar molta constància i que l'empresa superi alguns prejudicis. Necessitarà treure tres 7.	Per accedir a una feina en condicions haurà de tenir el nivell C de català, la documentació en regla, que l'empresa superi alguns prejudicis. Haurà de treure tres 7.	Per accedir a una bona feina necessitarà ser llicenciat. Haurà de treure un 7.	Les oportunitats laborals seran diferents en funció del gènere, condició física/mental i origen.
Si treu un 6 haurà de quedar-se a casa per baixa maternal i retrocedirà a dues caselles.	Si treu un 6 haurà de quedar-se a casa per baixa maternal i retrocedirà a dues caselles.	Si treu un 6, tothom el felicitarà pel naixement del seu fill o filla. No agafarà la baixa de paternitat i no perdrà temps a l'empresa. No li passa res.	Si treu un 6, tothom el felicitarà pel naixement del seu fill o filla. No agafarà la baixa de paternitat i no perdrà temps a l'empresa. No li passa res.	Repartició de rols en la maternitat (per exemple).
Quan coincideixen dues fitxes de diferent color en una mateixa casella no passa res.				



Fitxa de vida

Maria (dona)	Sara (amb discapacitat....)	Carlos (nouvingut)	Jonathan ("normalitzat")
S'ha casat i ha tingut dos fills i una filla.	S'ha independitzat i viu en un pis tutelat amb dues amigues més.	Ha pogut establir-se amb la seva família i té dos fills en un pis de 45 m².	S'ha casat tres vegades i ha tingut dues filles.
Sap fer els millors pastissos del barri.	S'ha tret un títol de formació superior (universitària, grau superior o grau mitjà).	Ha aprovat el Nivell C de català.	Sap fer els millors combinats del barri.
Ha arribat a ser la coordinadora de l'àrea del departament de la seva empresa.	Treballa de secretària en un Centre d'Atenció Primària.	Treballa d'oficial de 1a en una empresa constructora.	Ha arribat a ser vice-president del Consell Directiu de la seva empresa.
S'ha fet càrrec dels pares del seu marit quan s'han posat malalts.	Ha estat monitora del grup de petits del seu esplai.	És membre de la comissió organitzadora de la Festa Major del seu barri.	Té un "handicap" 7 de golf i cada setmana juga a futbol amb un grup d'amics.





3. Danses i cançons

3.1. “Tu ets el sol de la meva vida” (discapacitat)

Breu definició	Reflexió al voltant de la discapacitat a través de la música.
Edat participants	A partir de 12 anys / Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Reproductor de música, la cançó de Noè Rivas, paper i bolígraf
Temps aproximat	1h
Objectius	Reflexionar sobre la discapacitat i tots els aspectes positius que pot aportar a la persona
Desenvolupament	Es posa la cançó de Noè Rivas “Tu ets el sol de la meva vida” i es llegeix la reflexió que fa l'autor. Tot seguit es plantegen les següents preguntes relacionades amb la discapacitat: Reconeixes els tipus de discapacitat als quals fa referència la cançó d'en Noè Rivas? A què creus que fa referència l'autor quan diu “d'ençà que ens vam conèixer ja res no ha estat igual”? Com faries realitat el món que desitja en Noè Rivas? Posa exemples concrets vinculats al món del lleure i l'esplai. Qui pot fer aquest nou món segons en Noè Rivas? I tu, què en penses? Posa-hi nom i cognoms.

Font: Borja Castellet Lorán





Cançó: "Tu ets el sol de la meva vida"

Si pogués demanar un desig
ben segur demanaria forces
perquè d'ençà que ens vam conèixer
ja res no ha estat igual.

Potser el sol, rei de la vida,
no et deixa veure la llum del dia,
doncs junts haurem de pintar
nous colors que puguís tocar.

xiulet

Potser el teu cos es mou a altres ritmes
i no pas al que tu voldries,
aleshores haurem de crear
noves músiques per ballar.

Potser no sents tots aquests sons
que tothom diu que ara ressonen,
doncs junts haurem d'inventar
noves formes per parlar.

xiulet

Tu has fet créixer en mi
la tendresa i la il·lusió
i tu m'has ensenyat
a valorar cada instant.

Si pogués demanar un desig
ben segur demanaria forces
perquè d'ençà que ens vam conèixer
ja res no ha estat igual.

xiulet

I si pogués somniar
imaginaria un món
sense obstacles, sense pors,
i pensat per a tothom.

Tots junts el podem fer,
tots plegats l'hem d'exigir,
potser així podrem crear
un món molt més humà.

xiulet

Lletra i música: Noè Rivas

Veu: Noè Rivas

Guitarra: Eugeni Gil

Flauta travessera: Vador Boix

Trompeta: Néstor Munt

Baix: Eduard Altaba

Lletra i música: Noè Rivas

Reflexió

"He tingut la gran sort a la vida de poder compartir estones amb famílies que tenen fills discapacitats, amb persones discapacitades i amb educadors que es dediquen a ells. De tots he pogut aprendre la lluita que significa viure el dia a dia, què significa lluitar contra totes les injustícies d'aquesta nostra societat que, o bé els ignora, o bé els posa mil i una traves de tota mena, o bé actua amb un paternalisme que no duu enlloc.

Com a persona he volgut entendre i aprendre el seu procés: des del coneixement del fet, passant pel temps d'acceptació i assumpció de la realitat, fins al procés de plantejar-se la vida amb altres paràmetres, amb altres estratègies...

Com a músic he volgut dedicar-los-hi aquest petit homenatge, aquest reconeixement.

Gràcies".

Noè Rivas

En Noè Rivas comença cantant que la vida li ha canviat des que coneix persones amb discapacitat. L'han omplert de vida i de ganes per gaudir-ne. No obstant això, fins i tot més important que la seva percepció personal, cal remarcar la part final de la cançó. En ella es fa referència a un món sense obstacles que dificultin la inclusió de persones amb discapacitat. Per exemple, la supressió de barreres arquitectòniques, però també les que aixequen els prejudicis. Aquest punt està relacionat amb la por: cal trencar tabús, perdre la por a equivocar-se. Si no surt una vegada, no passa res.

Tot això és necessari per construir un món en què tothom hi tingui cabuda en igualtat de condicions. Però per fer-ho, el mateix Noè Rivas demana la col·laboració de tothom: grans i petits, governs, entitats i ciutadania. L'esplai forma part d'aquest "tothom".



4. Dinàmiques de grup

4.1. Disney en imatges (gènere)

Breu definició	Dinàmica que pretén deixar entreveure els rols de gènere existents a la nostra societat i veure el nostre grau d'acceptació.
Edat participants	A partir de 8 anys
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Televisió, papers i llapis
Temps aproximat	1h30
Objectius	Posar sobre la taula la vigència d'alguns dels tradicionals rols de gènere. Identificar i trencar amb els rols tradicionals de gènere més subtils que existeixen encara avui en dia.
Desenvolupament	Es trien talls d'imatges de pel·lícules de Walt Disney com La Ventafocs, la Blancaneus o La Sireneta en què es vegi clarament quin és el rol que ocupen la dona i l'home. Algunes preguntes a plantejar a mesura que passem les imatges: Què fa sempre la noia? I el noi? Us resulta habitual que la noia reculli la casa i l'home treballi? La pel·lícula reflecteix el que es veu a casa? Variant per a adolescents: es combinen les imatges de Walt Disney amb anuncis de TV dels darrers 50 anys. Ex: neteja, alimentació, bellesa, moda, automobilisme, refrescos,... La perspectiva de 50 anys permet preguntar-se, a més, si ha canviat alguna cosa. També es pot fer amb lletres de cançons. El <i>reggaeton</i>, per exemple, té lletres molt explícites. Es poden utilitzar els vídeos de l'apartat de la bibliografia i que són d'accés lliure per Internet.

Font: Borja Castellet Lorán

Reflexió

Els rols reflectits a les pel·lícules o a la publicitat encara estan molt marcats en la societat actual, tot i que potser ara són menys evidents. Tanmateix, la qüestió no és emfatitzar tant això com preguntar-se si aquests rols estan acceptats com a "normals" pels infants i joves.



4.2. Talla amb els “mals rotllos” (gènere)

Breu definició	Dinàmica de grup al voltant de la violència a la parella. És una bona eina per exemplificar l'existència dels rols de gènere. S'utilitza un còmic per introduir el tema de la violència contra les dones en l'àmbit de la parella.
Edat participants	A partir de 15 anys / Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Còmic “Assegura't” (Capítol: Violència masclista en l'àmbit de la parella), paper i bolígraf
Temps aproximat	2h
Objectius	1.Introduir el tema de les relacions abusives de parella. 2.Reflexionar sobre quines són les característiques d'una relació abusiva de parella. 3.Detectar i valorar situacions de risc i establir mecanismes de seguretat, d'autoprotecció i de detecció precoç.
Desenvolupament	Es demana que un grup de persones voluntàries llegeixin el còmic (una per personatge). Un cop acabada la lectura, esperem més o menys un parell de minuts en silenci i plantegem les preguntes següents: 1. Què us ha semblat la història del còmic? 2. Creieu que pot passar això que explica el còmic? 3. Coneixeu alguna persona que hagi viscut una situació semblant? Podríeu explicar-la? 4.Com actuaríeu si estiguéssiu en el lloc de la noia? 5. Creieu que són útils els consells de seguretat que es donen en el còmic? Hi haviessis reflexionat mai? 6. Què significa l'autoprotecció? Quines accions poden ajudar-nos a autoprotegir-nos? 7. Creus que les amistats de la noia també són un element de seguretat en algun moment de la història? 8. De qui depèn la nostra pròpia seguretat?

Font: campanya Talla amb els mals rotllos. Generalitat de Catalunya, 2010

Reflexió

L'àmbit de la parella és un espai en què, encara que sembli mentida, els rols de gènere encara es mantenen. No s'exerceix una violència física explícita però sí un maltractament psicològic. S'estableix una relació de dominació per part d'un dels membres.

Afortunadament, és probable que en un centre d'esplai no es donin cap d'aquestes relacions, però malauradament sí que es poden donar amb joves de l'esplai fora d'aquest àmbit: a l'escola, amb la colla o a la família. Cal estar alerta, treballar-ho i tractar-ho. El lleure és un espai propici per fer aflorar aquestes situacions. La informalitat acostuma a crear un clima que permet expressar-se millor i més obertament.

Malgrat que el còmic il·lustra la situació en una parella heterosexual, també es pot donar en una homosexual. Així mateix, tot i no ser tan freqüent, el rol de dominació també el pot exercir la dona i no l'home.



4.3. Els mites de l'amor (gènere)

Breu definició	Dinàmica de grup al voltant de la violència en el marc de la parella. És una bona eina per exemplificar l'existència dels rols de gènere. S'utilitza un còmic per introduir el tema de la violència contra les dones en l'àmbit de la parella.
Edat participants	A partir de 14 anys / Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Còmic "Assegura't" (Capítol: Violència masclista en l'àmbit de la parella), paper i bolígraf, qüestionari.
Temps aproximat	2h
Objectius	Analitzar els tòpics referents a l'amor romàntic i la seva importància en l'establiment de les relacions de parella. Desmuntar falses creences en relació amb les relacions amoroses.
Desenvolupament	Després de llegir el capítol del còmic es passa el següent qüestionari en què s'ha de respondre, de manera individual, si es considera que les afirmacions són vertaderes o falses. Variant de dinàmica: les preguntes es poden fer oralment. En aquest cas, es dibuixa una línia al terra, separant l'espai en dos: "vertader" i "fals". Es formula la pregunta i cada participant s'ha de posicionar. Tot seguit el dinamitzador o dinamitzadora demanarà a algú que expliqui perquè s'ha col·locat en un cantó o en l'altre.

Font: campanya Talla amb els mals rotllos. Generalitat de Catalunya, 2010





Qüestionari

AFIRMACIONS		Vertaderes (V) Fases (F)
1	L'amor és química que no es pot controlar.	
2	Els nois i les noies difícils d'aconseguir tenen molt d'atractiu.	
3	En l'amor sempre hi ha gaudi i patiment. I és bo que sigui així.	
4	L'amor és una fletxa que et colpeix.	
5	En una relació amorosa, estabilitat i passió no són compatibles.	
6	L'amor va i ve sense avisar.	
7	L'amor dura entre 3 i 6 anys, després és amistat.	
8	Els nois forts i les noies guapes són més atractives, independentment dels seus valors personals.	
9	Els sentiments d'amistat, estima i tendresa fan monòtona una parella.	
10	L'amor és un instint.	
11	Els nois durs i amb caràcter fort lliguen molt.	
12	L'amor és impossible de parar, encara que ens faci mal.	
13	L'amor és històric, cultural i social. En cada societat es viu d'una manera.	
14	En aparença, triem, però en realitat ens enamorem d'acord amb el que es considera atractiu en la nostra societat.	
15	L'amor és bogeria.	
16	La gent amb caràcter i una mica agressiva és més apassionada.	
17	L'estabilitat en la parella és avorrida.	
18	La tendresa i l'amistat fan ensopida una relació.	
19	Les discussions fan divertida una relació, en són la sal.	
20	Els nois que van de machos lliguen més.	
21	Quan tens problemes, millor no explicar-ho a la gent per no preocupar ningú.	
22	Si conec algú per internet i quedem, no cal que ho sàpiga ningú del meu entorn, és excitant tenir secrets i en l'amor de vegades s'han de córrer riscos.	

Font: campanya Talla amb els mals rotllos. Generalitat de Catalunya, 2010

Reflexió

En l'amor i en la parella no tot són flors i violes. Hi ha molts falsos mites que donem per bons i, segurament per això, tendim a cercar-los. Si no s'aconsegueixen, se succeeixen les frustracions, malentesos, baralles,...

Afortunadament, és probable que en un centre d'esplai no es donin cap d'aquestes relacions, però malauradament sí que es poden donar amb joves de l'esplai fora d'aquest àmbit: a l'escola, amb la colla o a la família. Cal estar alerta, treballar-ho i tractar-ho. El lleure és un espai propici per fer aflorar aquestes situacions. La informalitat acostuma a crear un clima que permet expressar-se millor i més obertament.



4.4. L'abús (gènere)

Breu definició	Dinàmica de grup al voltant de la violència en el marc de la parella. És una bona eina per exemplificar l'existència dels rols de gènere. S'utilitza un còmic per introduir el tema de la violència contra les dones en l'àmbit de la parella.
Estat participants	A partir de 14 anys / Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Còmic "Assegura't" (Capítol: Violència masclista en l'àmbit de la parella), paper i bolígraf, qüestionari.
Temps aproximat	2h
Objectius	1. Aprendre a fer visibles les conductes abusives. 2. Aprendre a reconèixer els indicadors d'abusos precoçment per tal de poder-los aturar a temps. 3. Entendre que la violència és un procés i no un fet puntual.
Desenvolupament	Es passa el següent qüestionari i es contesta individualment. Cal explicar el perquè. Tot seguit es plantegen les següents preguntes: 1. Havies sentit algun cop les frases que has assenyalat com a abús? 2. Algun cop te les han dirigit a tu o a persones del teu voltant? Com hi vas respondre o com hi va respondre la persona afectada? 3. Creus que és exagerat qualificar-les de maltractament? Argumenta la teva resposta. Variant de dinàmica: les preguntes es poden fer oralment. En aquest cas, es dibuixa una línia al terra, separant l'espai en dos: "abús" i "no abús". Es formula la pregunta i cada participant s'ha de posicionar. Tot seguit el dinamitzador o dinamitzadora demana a algú que expliqui perquè s'ha col·locat en un cantó o en l'altre.

Font: campanya Talla amb els mals rotllos. Generalitat de Catalunya, 2010



Qüestionari

A	Posa una 'A' d'abús a les frases que consideres que ho són i explica el perquè, després contesta les preguntes
	No vols que surti amb les meves amistats.
	No t'alegres de les coses que faig bé.
	Quan discutim, crides i m'insultes. No m'escoltes quan t'explico els meus problemes.
	No t'importa que tingui amistats de l'altre sexe.
	No t'agrada que porti roba ajustada.
	Decidim entre els dos què fem quan sortim.
	Em dius sovint que sóc teu/teva.
	Em mires els missatges del mòbil sense permís.
	No t'agrada que faci coses sense que ho sàpigues.
	Em dius que no podries viure sense mi.
	Sols pressionar-me per mantenir relacions sexuals quan no en tinc ganes.
	T'enfades quan miro altres persones.
	Acostumes a decidir les <i>pelis</i> que veiem.
	Sempre vols que sortim amb les teves amistats, mai amb els meves.
	No t'agraden les meves amistats.
	T'agrada veure'm amb roba bonica.
	T'enfades quan altres persones em miren perquè els agrado.
	No t'agrada que balli amb altres persones que no siguis tu.
	Si no vull tenir sexe, t'enfades.
	T'agrada demostrar que ets més fort que jo.
	Sovint tens gelosia.
	Em recordes sovint les coses que saps fer i que jo no sé fer.
	T'enfades sovint amb mi.
	Em fas carícies, abraçades i petons.
	Em parles amb respecte.
	Em crides, de vegades davant d'altres persones.
	Ho passem bé junts, rius amb mi.
	Vols que faci les teves tasques.
	Sempre vols tenir raó.
	T'agrada que tingui les meves amistats.
	T'agrada que fomenti les meves afeccions.
	Vols que estigui només amb tu.
	Quan visquem junts, t'agradaria que no treballés i que atengués la casa.
	Et molesta que tingui més èxit que tu en els estudis.

Font: campanya Talla amb els mals rotllos. Generalitat de Catalunya, 2010

Reflexió

Hi ha moltes formes de violència. No totes deixen una marca visible, però sí que van calant a poc a poc fins fer una gran ferida interior. I la majoria són accions aparentment inofensives. No ho són i encara menys quan es tornen repetitives i/o s'acumulen.

Afortunadament, es probable que en un centre d'esplai no es donin cap d'aquestes relacions, però malauradament sí que es poden donar amb joves de l'esplai fora d'aquest àmbit: a l'escola, amb la colla o a la família. Cal estar alerta, treballar-ho i tractar-ho. El lleure és un espai propici per fer aflorar aquestes situacions. La informalitat acostuma a crear un clima que permet expressar-se millor i més obertament.

Malgrat que el còmic il·lustra aquesta situació en una parella heterosexual, també es pot donar en una d'homosexual. Així mateix, tot i no ser tan freqüent, el rol de dominació també el pot exercir la dona i no l'home.



4.5. El termòmetre (vulnerabilitat social)

1/2

Breu definició	Dinàmica per mostrar perquè actuen com actuen infants i joves en situació de vulnerabilitat i la nostra manera de posicionar-nos i actuar davant seu.
Edat participants	Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Llistat de frases, corda o cinta de pintor per marcar la línia al terra
Temps aproximat	A partir de 45 minuts
Objectius	1. Entendre com exterioritzen les seves inquietuds, pors i mancances infants i joves en situació de vulnerabilitat. 2. Comprendre que actuar amb empatia no va renyit amb mantenir-se ferm i constant amb la nostra manera de fer. 3. Comprendre que en un centre d'esplai s'educa i que, per tant, l'equip de monitores i monitors esdevé un referent per a aquests infants i joves.



Desenvolupament	Es dibuixa una línia recta en la que se situen els i les participants de l'activitat (termòmetre). Qui dinamitzi l'activitat se situa en un extrem i enuncia una frase. Cada participant ha de situar-se al llarg de la línia en funció del grau d'acceptació de la frase. Si hi està completament d'acord, al costat del dinamitzador o dinamitzadora. Si no, anirà allunyant-se gradualment en funció del grau de desacord. Tot seguit es demana que algú expliqui per què s'ha situat on ho ha fet. Algunes de les propostes (entre parèntesi alguna reflexió al respecte): 1. Els infants estan acostumats a fer el que vulguin. Ningú els controla. (Malgrat això, nosaltres som els seus referents). 2. És estiu i no cal ser tan estrictes amb els límits. (Han de percebre els límits, de manera clara i objectiva; no és una imposició sinó una necessitat de convivència i pel seu bé). 3. Durant les colònies, els monitores i monitors es poden dutxar dia sí i dia no. És una setmana i, total, no passa res. Tenim coses més importants al cap. (Tal com som eduquem. Per tant, no podem treballar els hàbits (ex: higiene) sinó ho fem nosaltres abans). 4. L'agressivitat dels infants és la seva manera d'expressar-se. Per això no cal prendre-hi mesures; simplement deixar que se'ls passi. (Al contrari, cal aprofitar aquests moments per mostrar altres maneres d'expressar-se. No per això hem de tolerar els insults i les baralles). 5. Els infants estan necessitats d'afecte. Cal protegir-los durant el temps que estan al centre. (Cal transmetre afecte, però marcant límits entre ells i nosaltres). 6. Sempre és millor el reforç positiu que el càstig. (A l'hora de marcar els infants, cal ser el més clar i objectiu possible. Si no, acabarà pensant, com molta gent, que són dolents, que no tenen solució i la seva autoestima baixarà. Cal destacar les seves pròpies qualitats). 7. Quan un infant no vol fer una activitat és perquè no li agrada. (Pot ser per manca d'autoestima, per a equivocar-se; importància del reforç positiu. Cal destacar les seves pròpies qualitats). 8. Les normes són sempre igual per a tothom. (Tot i oferir un tracte individualitzat, són normes de convivència. No seguir-les també té les mateixes conseqüències per tothom). 9. Els infants són massa petits per treballar el descobriment del seu jo, l'auto-concepte. (Al contrari. Així els acompanyem en el disseny de la seva vida personal. Però tot en la seva mesura). 10. Per crear vincles de confiança amb el noi o noia hem de cedir de tant en tant a les seves preferències. (No cal oblidar que som els seus referents; però no tots els monitores i monitors arribaran a connectar per igual amb l'infant). 11. Els infants no tenen res més a fer que anar a l'escola i jugar amb els amics. (Els infants són nens, hi volem que visquin com a tals). Nota: per elaborar les frases es pot partir del requadre de les característiques dels infants de l'apartat 1 de la campanya (p.11)
-----------------	--

Font: Borja Castellet Lorán

Reflexió

Un infant en situació de vulnerabilitat pot respondre violentament o amb negació a tot allò que desconeix, que no es veu capaç de fer o si li costa relacionar-se amb la resta. Fins i tot ho pot exterioritzar amb malalties fictícies. Solem interpretar aquesta violència com una manca d'hàbits, mala educació,... Per exemple, quan desobeeix pot ser per cridar l'atenció, o si es nega a fer una activitat dient que és una porqueria, serà perquè potser no es veu capaç de fer-la o perquè li costa tenir contacte físic amb companyes i companys.

L'equip de monitores i monitors ha de saber gestionar-ho perquè es puguin sentir còmodes dins del grup i no el distorsionin. Serà necessari un treball amb el propi grup d'infants per poder superar aquestes situacions. Per exemple, es podrà treballar la resolució de conflictes de manera no violenta.



4.6. Treu-te la màscara (discapacitat i vulnerabilitat social)

Breu definició	Dinàmica per mostrar perquè actuen com actuen infants i joves en situació de vulnerabilitat i la nostra manera de posicionar-nos i actuar davant seu.
Edat participants	Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Fulls de paper, colors i <i>blue-tack</i>
Temps aproximat	1 hora
Objectius	1. Conèixer els infants amb qui treballarem. 2. Aprendre quina ha de ser la nostra actitud davant d'infants amb aquestes característiques.
Desenvolupament	En un full de paper cada monitor i monitora dibuixa el rostre d'un infant en situació de vulnerabilitat. És important fixar-se en la seva expressió (tristesa, alegria, passotisme,...) També es pot fer amb els rostres de persones amb discapacitat. Després es pengen a la paret i es van comentant, contestant fonamentalment a la pregunta: per què s'ha dibuixat així? És molt important el rol de qui dinamitzi per intentar no caure en conclusions precipitades i plenes de tòpics.

Font: Borja Castellet Lorán

Reflexió

Resulta molt interessant observar com ens imaginem un infant sense conèixer-lo, i com això es plasma sobretot en la seva mirada. És molt probable que surtin cares tristes, grises,... Cal treure'ns del cap aquesta idea. De ben segur que el seu context personal i familiar és complex, que la seva vida no és senzilla ni divertida, però hem d'intentar, com a mínim, que al centre d'esplai sí que ho sigui.





4.7. Punxar les pors (discapacitat i vulnerabilitat social)

Breu definició	Dinàmica per treure la por a treballar amb infants en situació de vulnerabilitat i/o amb discapacitat.
Edat participants	Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Fulls de paper, bolígrafs, globus i cordill
Temps aproximat	A partir de 45 minuts
Objectius	1.Comprovar que moltes de les pors són infundades i tenen solució. 2.Comprovar com moltes de les pors són compartides per la resta de l'equip.
Desenvolupament	En un paper s'escriu què ens fa por a l'hora de tractar amb infants i joves en situació de vulnerabilitat i/o amb discapacitat. Es col·loca un paper en cada globus, s'inflen i es lliquen als turmells de cada monitor i monitora. Tot seguit cadascú haurà d'intentar rebentar els globus de la resta evitant, si pot, que li facin explotar els seus. Un cop tenim tots els papers per terra, s'intenten agrupar per temàtiques (per no repetir-se). Es discuteix cada paper obertament amb l'objectiu de perdre possibles pors, desmitificar i buscar conjuntament una possible solució. És molt important el rol de qui dinamitzi per intentar no caure en conclusions precipitades i plenes de tòpics.

Font: Borja Castellet Lorán

Reflexió

La por és símptoma de desconeixement, del desconegut. Per tant, millor conèixer per trobar solucions. I millor si aquestes són compartides per tothom. Sempre serà més productiu pensar-les en grup que individualment: no només les coneixerà tothom, sinó que seran més eficients i compartides.





4.8. La botiga dels somnis (gènere, discapacitat i vulnerabilitat social)

Breu definició	Dinàmica sobre què pot aportar cadascú i cadascuna al grup.
Edat participants	A partir de 12 anys / Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Fulls de paper i bolígraf
Temps aproximat	1 hora
Objectius	1.Ser conscient de les pròpies necessitats. 2.Oferir les pròpies habilitats al grup.
Desenvolupament	En una botiga es venen qualitats. Cada participant hi va per adquirir aquelles que creu que li manquen. A canvi en dóna una de les seves. En cas que un o una dels membres del grup quedi bloquejat, la resta del grup l'ajudarà. Qui dinamitzi l'activitat haurà de personalitzar al màxim els productes escrivint habilitats que creu que cal treballar més. No obstant, algunes podrien ser: • Animar a les persones • Ser realista • Saber delegar • Molta implicació en el projecte • Treballar constantment • Treballar discretament • Valorar les opinions de la resta • Dedicar temps a l'organització • No creure's imprescindible • Tranquil·litat • Dedicació • Fermesa en les decisions preses • Comprensió • Creativitat • Seguretat a l'hora de fer la feina • Paciència • Atreviment • Prudència • ... Variant: la subhasta silenciosa. Per grups, es passa la llista de qualitats i es dóna un màxim de diners per a apostar. Es fa una selecció dels ítems que es creuen més imprescindibles i s'atorga una quantitat màxima per apostar-hi. Tot seguit es fa la votació. Cada grup ha d'apostar en funció de les seves prioritats.

Font: Agrupament Escolta Sant Adrià (Barcelonès) a www.elrebot.escoltesiguies.cat



Reflexió

Es una activitat ideada principalment per fer cohesió de grup, veure què necessita el grup i què no, i comprovar que la unió de tothom suma i no resta; la unió fa la força!

Es pot explicar el *Dilema del presoner* com a metàfora de la cooperació i de que la suma de tothom no serà 0 sinó positiva.

La policia arresta dos sospitosos d'un crim. En un principi tots dos hi han participat, però no tenen proves contra ells. Així que intenten fer un tracte. Això, però, els dos sospitosos no ho saben. Els interroguen per separat i els ofereixen el mateix tracte:

- Si un dels dos confessa i el còmplice no, el còmplice serà condemnat a la pena total, 10 anys, i el primer serà alliberat.
- Si per contra, un dels dos calla (no confessa) i el còmplice confessa, el primer rebrà aquesta pena, 10 anys, i el còmplice sortirà lliure.
- Si ambdós callen (no confessen), els tancaran només 6 mesos per un càrrec menor.
- Si ambdós confessen, tots dos seran condemnats a 6 anys.

Cada presoner mira pels seus propis interessos amb la por que l'altre el traeixi i confessi. Per tant, finalment tots dos confessen i són condemnats a 6 anys de presó. És l'única manera que té el presoner d'evitar els 10 anys de presó; sobretot perquè no confia en que l'altre es mantingui callat.

	El presoner B calla	El presoner B confessa
El presoner A calla	Ambdós són condemnats a 6 mesos	A és condemnat a 10 anys B surt lliure
El presoner A confessa	A surt lliure B és condemnat a 10 anys	Ambdós són condemnats a 6 anys

*Nota: és important tenir en compte que no poden parlar i, sobretot, que desconfien l'un de l'altre.





4.9. El xiclet del coneixement (gènere, discapacitat i vulnerabilitat social)

Breu definició	Joc de coneixença
Edat participants	A partir de 6 anys
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	No és necessari
Temps aproximat	A partir de 15 minuts
Objectius	Conèixer la resta del grup. Comprovar que hi ha més coses que ens uneixen que no que ens separen.
Desenvolupament	Els i les participants de l'activitat han de caminar lliurement per l'espai seguint les instruccions del dinamitzador o dinamitzadora. En primer lloc, dóna l'ordre que es facin parelles i s'expliquin en no més de 15-30 segons qui son, on viuen, quin és el seu menjar preferit,... I tota aquella informació bàsica que considerin necessària. Després d'haver fet això tres o quatre vegades, es passa a la segona part de l'activitat. Aquesta vegada, l'ordre començarà de la següent manera: "Agrupau-vos en funció de..." Per exemple, qui prefereixi anar a la muntanya o, en canvi, al mar; a li agradi més la pasta o la carn; ... Algunes possibles unions (<i>xiclets</i>): mar o muntanya; color de sabates; edat; menjar favorit; escola a la que van / Universitat / amb o sense estudis; color preferit; interessos musicals. Això sí, les preguntes no poden fer esment a temes físics, de gènere o de nacionalitat. Al final de la dinàmica es fa una reflexió sobre aquells aspectes que ens han unit. Ha estat el fet de ser noi o noia, el país de procedència o la condició física, intel·lectual o sensorial?

Font: adaptat per Borja Castellet Lorán

Reflexió

Amb aquesta activitat es constata que independentment de la nacionalitat, gènere o condició física, tenim més coses en comú del que podem arribar a pensar. Per exemple, a qui li agrada el pasta també li pot agradar el taronja. Una cosa no treu l'altre. Per exemple, ser dona no impedeix deixar de ser intel·ligent, arribar a guanyar més o menys diners; ni està relacionat amb cap discapacitat. Això ens ha de permetre conèixer i, fins i tot, complementar-nos.



4.10. Esculpint emocions (gènere, discapacitat i vulnerabilitat social)

Breu definició	Dinàmica sobre la diversitat.
Edat participants	A partir de 12 anys / Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Plastilina, paper i bolígraf
Temps aproximat	1h30
Objectius	1.Reconèixer que existeixen diferents tipus d'emocions i que unes són més profundes que d'altres. 2.Saber reconèixer les emocions pròpies.
Desenvolupament	Cada participant ha d'escollir un sentiment que modelarà amb plastilina com si fos una escultura. Posteriorment haurà d'escriure una història sobre l'escultura i comentar-la amb la resta del grup.

Font: Maria Valencia

Reflexió

Tothom tenim emocions. Les emocions no són ni bones ni dolentes. Són part de l'ésser humà. Allò que pot esdevenir positiu o negatiu és què fem amb elles. Si la por ens paralitza i no ens podem moure ni parlar, no serà la por la responsable, sinó la manera com el nostre cos respon a aquella por.

Aprendre a expressar les nostres emocions, sense fer mal a l'altre, és una forma de construir un món on les persones puguin conviure tot i les seves diferències.





4.11. El mirall (gènere, discapacitat i vulnerabilitat social)

Breu definició	Dinàmica per valorar-nos a nosaltres mateixos.
Edat participants	A partir de 14 anys / Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Una capsa amb un mirall al fons
Temps aproximat	1h 30
Objectius	1.Desenvolupar la valoració positiva de tota forma de vida. 2.Expressar verbalment les valoracions positives. 3.Obrir la percepció a nous punts de vista. 4.Reconèixer les sensacions corporals i les correlatives emocions que acompanyen les situacions en què les persones se senten valorades.
Desenvolupament	Es diu que a la capsa hi ha una persona molt famosa. Es tria algú encarregat de guardar la capsa. L'obre per saber qui s'amaga sota la capsa i es troba amb el seu reflex. La resta ha d'esbrinar de qui es tracta fent preguntes de Sí o No. Es pot començar amb fotos de personatges reals i acabar amb el mirall. Si es vol que més d'una persona pugui tenir la capsa, el que es pot fer és permetre un nombre màxim de preguntes, després de les quals tothom apuntarà el nom de la persona amb qui està pensant en un paper. Així ningú desvetllarà el secret. Posteriorment, es comença una reflexió al voltant de la diversitat i de les virtuts de cadascú. Es pot relacionar amb el tema del gènere, persones amb discapacitat i en situació de vulnerabilitat social: tots i totes som igual d'importants, amb les nostres febleses i virtuts. Algunes preguntes poden ser: • Què hem observat en obrir la caixa? • Qui era la persona famosa? Hi està tothom d'acord en aquesta resposta? • Per què diem que la persona és famosa?

Font: Adaptat per Borja Castellet Lorán

Reflexió

Hem de reflexionar sobre el fet que cadascuna i cadascú som una persona famosa, important. I cada persona tenim un tresor de gran valor que cal cuidar. És important cuidar-nos a nosaltres mateixos i cuidar les persones que tenim al nostre voltant, independentment de la seva situació i condició.

**4.12. Som com una ceba (gènere, discapacitat i vulnerabilitat social)**

1/2

Breu definició	Dinàmica d'autoconeixement, coneixement del grup i foment de la diversitat.
Edat participants	A partir de 8 anys
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Foto del grup, fotos de cada membre (actual i antiga), canyes o llistons i cordill de cotó o fil de niló per preparar l'estructura del mòbil abans de l'activitat, endevinalla i diagrama de la ceba, cartolines, tisores, pegament i retoladors.
Temps aproximat	2h
Objectius	1. Prendre consciència que la identitat és múltiple i canviant. 2. Aprofundir en el coneixement mutu. 3. Fomentar el sentiment de pertinença al grup.



Desenvolupament	1a part El dia anterior a l'activitat es demana que cada infant/jove porti dues fotos seves (actual i antiga). Es presenta l'activitat amb l'endevinalla de la ceba. Es relaciona amb la identitat i els convidem a pensar en possibles pertinences seves vinculades a diferents categories de la identitat: relacions familiars, personalitat, aficions, grups als quals pertanyem, gustos, creences,... Es demana a cada infant/jove que ompli la seva ceba i es deixa penjada a la paret. Amb les fotos s'organitza una partida de memory. Cada participant ha de treure una parella de fotos (actual i antiga) que no sigui d'ell o d'ella. Finalment, cada participant ha de relacionar les fotos amb les cebes exposades a la paret. <i>Valoracions:</i> • Ens ha costat identificar les nostres diferents pertinences? Érem conscients que som tantes coses alhora? • Coneixíem totes les pertinences dels nostres amics i amigues? N'hem descobert de noves? • Quines pertinences compartim? Quines ens poden enriquir els uns als altres? N'érem conscients? 2a part A partir de la foto de quan eren petits es demana que pensin quina seria la seva ceba corresponent en el moment que els van fer la foto i que omplin novament la seva cartolina de la ceba però ara per l'altra cara, amb la seva foto de petits enganxada al mig. <i>Valoracions:</i> • Som els mateixos ara que fa uns anys? En quines coses hem canviat? • Serem els mateixos d'aquí a uns anys? En quines coses imaginem que canviarem? Part 3 Un cop totes les cebes estan completades per davant i per darrere, es convida totes els infants a penjar-les en un mòbil gegant col·lectiu; cadascú hi penja la seva. Entre tot el grup escollim una foto, títol o un altre element que simbolitzi tot el grup per situar-lo en un espai central del mòbil. Finalment, decidim on penjar el mòbil i el pengem. <i>Valoracions:</i> • Com t'has sentit en veure't penjat entre els teus companys? Com et sents en veure tot el mòbil acabat i penjat? • Tens sensació de pertinença al grup? Com és aquesta sensació? • És important per tu sentir-te part del grup? Què necessites per sentir-t'hi? Vols demanar alguna cosa al grup? • Què estàs disposat a aportar-hi?
-----------------	---

Font: Jocs de pau, 2006

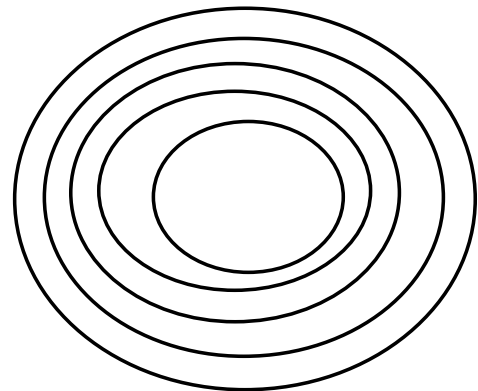


Endevinalla

Tinc moltes i moltes capes,
I totes semblen iguals
Per aquell qui no vol veure
Que sóc única i original.

Sóc llarga i també rodona
Sóc blanca, i també verda
M'amago sota la terra
Però sempre em deixo veure.

M'acompanya la tragèdia
Faig plorar aquell qui em vol
Quan agafa un gabinet
Per trencar-me fins al cor
La vellesa em dóna estatus
Al febrer em busquen tots
Deixo de ser una...
Per convertir-me en...!
(la ceba)



Imatge

El dibuix s'ha de dibuixar en una cartolina i per les dues cares.
A cada capa indicar una pertinença de més a menys valorada.

Reflexió

“El mòbil simbolitza el grup des de la seva diversitat, en que cadascú es mou al seu ritme, però en harmonia amb el grup. Cadascú dóna voltes sobre ell mateix o canvia de posició de pertinences en funció de les corrents del moment (activitats que fa, grups en què està,...) però sempre des de l'acceptació i reconeixement propi i del grup (les peces no cauen del mòbil) això forma part de créixer” (Jocs de Pau p.289).





4.13. Quiero (gènere, discapacitat i vulnerabilitat social)

Breu definició	Dinàmica de reflexió per trencar estereotips.
Edat participants	A partir de 14 anys / Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Poesia <i>Quiero</i> de Jorge Bucay, paper i bolígrafs
Temps aproximat	45 minuts
Objectius	1. Aprendre a escoltar (escolta activa). 2. Aprendre a treballar sempre a partir de les possibilitats (habilitats) de l'altre, no de les seves limitacions.
Desenvolupament	Es llegeix la poesia <i>Quiero</i> de Jorge Bucay i es fan diferents reflexions sobre ella: • Qui podria haver escrit aquest poema? Una dona, un noi amb discapacitat, un infant, jove, adult, una persona gran, una noia nascuda a Perú, cap d'aquestes,...? Què t'ho fa pensar? • Què vol transmetre el text? • T'has sentit mai limitat o limitada per l'actuació d'una altra persona? • Per què creus que és important tenir les regnes de la nostra pròpia vida, sense que altres decideixin per nosaltres, facin per nosaltres,...? • Formula el teu propi "Quiero"

Font: Maria Valencia i Vera

Reflexió

Generalment oblidem que la comunicació (i l'educació) és bidireccional. Tendim a sentir, però no a escoltar. I molt menys a fer escolta activa: anar més enllà d'escoltar el que diu, comprendre el seu missatge, interessar-se per allò que l'altre està dient i així fer-li saber, estar oberts al diàleg, a conversar. És el contrari a un monòleg.

L'empatia juga un paper molt important. Sovint la confonem amb el paternalisme i el "pobret". Per exemple, no per anar en cadira de rodes hem d'eximir algú de parar taula en unes colònies. Ni a un infant que prové d'una família desestructurada, permetre-li tots els capritxos o deixar-li passar que se salti alguna de les normes establertes. Com diu el poema: "vull que m'ajudis sense intentar decidir per mi" i "vull que em cuidis, sense anular-me".

Una altra conseqüència d'aquesta manca d'escolta activa és que acostumem a guiar-nos per patrons generals, estereotips, a donar per fetes moltes coses, sense atendre la particularitat de cadascú i cadascuna. Per això decidim sense consultar què és el millor per a cada infant o jove. S'ha de respectar la diferència. Com diu el poema "vull que m'escoltis, sense jutjar-me".

En resum, la discapacitat o la vulnerabilitat no vol dir manca d'autonomia. Al final, el poema ens ho recorda: "Vull que sàpigues, que avui, pots comptar amb mi". I, a més, "sense condicions".

Aquesta reflexió és aplicable a tothom: grans i petits, amb i sense discapacitat, homes i dones,...



Quiero

Quiero que me oigas, sin juzgarme.
Quiero que opines, sin aconsejarme.
Quiero que confíes en mí, sin exigirme.
Quiero que me ayudes, sin intentar decidir por mí.
Quiero que me cuides, sin anularme.
Quiero que me mires, sin proyectar tus cosas en mí.
Quiero que me abrases, sin asfixiarme.
Quiero que me animes, sin empujarme.
Quiero que me sostengas, sin hacerte cargo de mí.
Quiero que me protejas, sin mentiras.
Quiero que te acerques, sin invadirme.
Quiero que conozcas las cosas mías que más te disgusten,
que las aceptes y no pretendas cambiarlas.
Quiero que sepas, que hoy, podés contar conmigo.
Sin condiciones.

“Quiero” a Bucay, Jorge, *Cuentos para pensar*, Ed. RBA, 1997

[El poema també està disponible en CD d'àudio]





4.14. Ser i semblar (gènere, discapacitat i vulnerabilitat social)

Breu definició	Dinàmica de reflexió per trencar estereotips.
Edat participants	A partir de 14 anys / Equip de monitores i monitors
Espai	Exterior o interior (tranquil)
Material	Conte "Ser i semblar" d'Alejandro Jodorowsky, paper i bolígrafs
Temps aproximat	30 minuts
Objectius	Aprendre a no deixar-se guiar per les primeres impressions (estereotips)
Desenvolupament	Es llegeix el conte "Ser i semblar" i es fan diferents reflexions sobre el seu contingut: Quina és la idea principal del conte? Quantes vegades ens hem deixat portar per les primeres impressions? Quantes vegades aquestes primeres impressions resulten ser falses? Quines conseqüències té deixar-se dur per les primeres impressions? El físic d'una persona ens influencia? Però, fins a quin punt és irrellevant l'aparença? (vestir, higiene,...) Com a dinàmica es pot optar per fer dos grups: un que estigui completament a favor de ser fidel a les primeres impressions i l'altre tot al contrari. Cada grup haurà de discutir i fer un llistat d'arguments. Després es posaran en comú, de tal manera que cada grup haurà d'intentar convèncer l'altre. Variant: si l'activitat es fa amb l'equip de monitores i monitors es pot plantejar el debat de si cal saber la realitat completa de tots els infants del centre. Ex: la situació familiar. Com condiona la nostra manera de veure l'infant? És necessari saber-ne tots els detalls?

Idea original: Maria Bassas Bullich.

Desenvolupament de la dinàmica: Borja Castellet Lorán

Reflexió

Les aparences enganyen. Però tot i saber-ho, ens seguim guiant per les primeres impressions, obviant el valor real de cada persona.

De cara a l'equip de monitores i monitors no sempre és imprescindible conèixer la realitat completa d'un infant o jove. No obstant, això no vol dir deixar l'aparença completament de banda. A vegades, la manera de vestir d'un infant és indicatiu d'algun canvi en la seva vida, en la seva família. Per exemple, si de sobte deixa d'anar arreglat, el seu rostre i la mirada es noten tristos o cansats, si descuida la seva higiene,...

Ser i semblar

Un home que passava per davant d'una botiga, va veure que hi venien dos lloros, tancats a la mateixa gàbia. Un era molt maco i cantava meravellosament, mentre que l'altre estava en un estat llastimós i estava callat. El primer costava 50 iens i el segon 3.000 iens.

- L'home, sorprès per la diferència de preu, li va dir al comerciant:
- Doni'm el lloro de 50 iens!
- Impossible, senyor – respongué el venedor. No puc vendre els dos ocells per separat.
- Però, per què? Com explica vostè aquesta diferència de preu? El més lleig costa infinitament més que el més maco i, a més, no canta. Això és absurd.
- Ah! No s'equivoqui vostè! E lloro que vostè considera més lleig és el compositor!

Alejandro Jodorowsky, *La sabiduría de los cuentos*. Ediciones Obelisco, Barcelona, 2005.



3.3. Guia bàsica per adaptar espais

“Dissenyar sense discriminació, per a totes les persones, sense establir diferències, sense ressaltar la discapacitat” (Castillo, 2006).

Els 7 manaments per fer els espais i el centre més accessible (consells)

(Col·legi d'Arquitectes de Catalunya, 1991; Enrique Rovira i Cuyás, 2003)

Nota: Moltes de les propostes no només són útils per persones amb discapacitat, sinó per infants més petits, gent gran,...

1. *Dividir les plantes / espais en diferents colors.* A la porta fer-hi algun dibuix, posar quelcom amb tacte. Ajudarà a les persones que es guiïn millor pels aspectes visuals (TEA, SD,...). També a l'hora de separar el material (va igual de bé per als més petits, que no saben llegir ni escriure)
2. *Agafadors:* passamans, agafadors (portes i wc), baranes, estiradors a les portes i aixetes (haurien de ser d'alumini i a 0,85-0,95m i sense discontinuïtats [WC 0,45m amb agafadors a dreta i esquerra]).
3. *Rampes en llocs on hi hagi escales.* I quan hi ha una persona amb dificultats motores pensar en fer les activitats en una mateixa planta (baixa) i que no hagi de pujar moltes escales, ni molt sovint.
4. *Deixar els camins de pas nets d'obstacles.* Inclou mantenir les sales netes i endreçades per evitar canvis de lloc que provoquin que persones amb discapacitat visual, per exemple, no puguin orientar-se.
5. *Els cartells hauran de ser a alçades més baixes (1,20m).*
6. *Taules* de 0,80 d'alçada (pensar en que siguin obertes de baix (0,70m) per posar-hi les cames (aplicable a wc).
7. El *material* no és necessari que sigui gaire especial però sí pensar en, per exemple, utilitzar pilotes d'escuma, grans, de colors vius, per no fer mal i ser més fàcilment manejables. Igualment, amb els llapis o retoladors.





3.4. Guia per a famílies

Quan parlem d'infància en situació de vulnerabilitat i/o amb discapacitat, s'insisteix molt en l'acollida. Aquesta no es pot limitar només als infants i joves, o a l'equip de monitores i monitors, sinó que és igualment d'important fer-la amb **les famílies: totes les del centre**.

No cal crear cap protocol d'actuació general. Bastarà amb les reunions d'inici de curs: una amb la persona responsable de l'esplai i a la reunió de pares i mares.

Per norma general, totes les famílies sense excepció s'haurien de **sentir còmodes** i l'esplai hauria de **transmetre confiança**. Això passa per ser transparents i deixar molt clar des del principi que la voluntat de l'esplai és ser inclusiu. Per tant, que treballarem la igualtat d'oportunitats entre nois i noies, que no es faran diferències per raó de sexe, religió, procedència, ni tampoc per tenir o no una discapacitat,... És a dir, acceptarem infants i joves independent de la seva situació familiar, procedència o grau de discapacitat. Tot plegat **evitarà malentesos o futures queixes**.

En el cas de famílies amb fills o filles amb discapacitat o nouvingudes, és possible que assolir el nivell de confiança sigui més lent. Serà un **treball constant**. Caldrà que els donem a entendre que el seu fill o filla **no serà tractat diferent ni amb compassió**. No l'integrarem sinó que l'inclourem amb la resta del grup.

En el cas de famílies nouvingudes amb religions diferents haurem de deixar molt clar que es **respectaran, en la mesura del possible, les seves creences religioses**. Per exemple, per infants i joves musulmans, tenir una alternativa culinària a la carn de porc, com podria ser el gall d'indi. O pels sikhs, un menú vegetarià.

En famílies amb infants i joves amb discapacitat, un recel comú és la confidencialitat de les dades. No els agrada donar molts detalls sobre la situació del seu fill o filla. En aquest sentit, el centre d'esplai hauria de demostrar que complim amb la **Llei Orgànica de Protecció de Dades**. A més, hi ha determinades informacions sobre la salut o situació de la família que no facilitarem ni al propi equip de monitors i monitores a no ser que sigui estrictament necessari.

No obstant aquestes previsions, les famílies que porten a les seves filles i fills a l'esplai per voluntat pròpia generalment es mostren molt col·laboradores i receptives. La situació ha canviat. Les famílies ja no tanquen a casa al seu fill o filla, i cada vegada més l'inscriuen en centres d'educació "normalitzats". Per tant, els seus filles i filles estan habituats a conviure amb altres infants i joves que no tenen cap discapacitat. Ajudaran en tot moment a que l'acollida i seguiment de l'infant o jove sigui la millor possible.

Tanmateix, la situació pot ser diferent si les famílies han vingut recomanades per l'escola o serveis socials. Solen tenir molts recels envers els centres d'esplai: "gent jove, sense experiència ni titulacions universitàries, només fan que jugar sense pensar en la integritat física dels nens i nenes,...".

Generalment, aquests comentaris es donen per desconeixement, però també en famílies que encara no han superat el que es coneix com a **dol**. És a dir, que encara no tenen assumit que el seu fill o filla té una discapacitat. Això els fa actuar sempre amb recel, solen amagar informacions i fan veure que el seu fill o filla pot actuar exactament com la resta. En aquest cas, la tasca serà més costosa i necessitarem del treball amb l'escola i altres serveis públics que tractin amb l'infant: equip mèdic, serveis socials,...

Finalment, en el cas d'**infants derivats directament de serveis socials**, Càritas, Creu Roja,... o d'alguna altra institució similar, el contacte amb la família sol ser complicat o inexistent. Aquí la comunicació amb qui ha fet la derivació serà crucial.

D'altra banda, a més del contacte amb la família, hi ha un segon element a tenir en compte: **la coordinació i seguiment amb les escoles, instituts, serveis socials,...** Això ens permetrà establir una línia d'actuació comuna que serà beneficiosa per a infants i joves. Es tracta simplement de posar en comú estratègies i objectius específics a treballar amb cadascú i cadascuna.

Paral·lelament, serà un bon suport a l'hora de resoldre dubtes quan no sapiguem com enfocar algunes situacions que ens resultin complexes. En aquest sentit, una altra font molt valuosa d'informació i suport són les **entitats no lucratives** que treballen amb infància en situació de vulnerabilitat, amb persones amb discapacitat o que lluiten per la igualtat entre homes i dones.

Aquestes, a més de **facilitar informació, cedeixen materials i disposen de recursos pedagògics** molt en la línia de l'educació en el lleure; si bé molts estan enfocats a la sensibilització.

En darrer terme, cal afegir que tant amb les escoles, serveis socials i entitats sense ànim de lucre especialitzades no només seria recomanable contactar un cop s'hagi inscrit l'infant, sinó abans d'obrir les inscripcions per **donar a conèixer l'esplai**. És un pas més per obrir l'esplai a tothom.