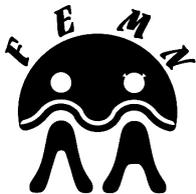


A hiker is seen from behind, walking on a dirt trail through tall, yellow-green grass. The hiker is wearing a dark blue t-shirt and dark pants. They have a large red backpack with a black top section and a red sleeping bag rolled up and attached to the bottom. A water bottle is visible on the right side of the backpack. The background consists of dense, tall grass and some trees on the left side.

atura' t(1)

PARTEIX | CONTEMPLA | CANTA | PREGA | COMPARTEIX | CONTEMPLA | CANTA | P



MOVIMENT
DE CENTRES
D'ESPLAI
CRISTIANS
CATALANS



presentació



Benvolguts monitors i monitores de la Fundació d'Esplais Santa Maria de Núria (FEMN). Tot i les pluges i tempestes d'aquesta primavera, finalment ha arribat l'estiu i amb ell la il·lusió de viure en equip la alegria de les colònies, campaments, rutes i camps de treball.

Ja des de fa mesos heu vingut planificant aquests dies de lleure i preparant un seguit d'activitats per a oferir als infants dels esplais dels nostres pobles i parròquies, un lloc bo dins les vacances, on puguin viure el temps lliure com una oportunitat per a créixer integralment com a persones.

El document de la Pastoral en l'Esplai (novembre 2014) en el bloc de Proposta Educativa del MCECC, ens indica que: "els monitors eduquen tot educant-se, procurant viure els valors, virtuts i opcions que proposen, sempre des de una perspectiva coherent amb l'ideari confessional que proposa el seu centre i el nostre Moviment".

Des de l'equip de la Fe de la FEMN, com a fruit de les nostres reunions periòdiques, us oferim aquest modest material que teniu a les vostres mans amb l'ànim de que us sigui d'utilitat, juntament amb el que ja teniu preparat, us serà un recurs més que us podrà servir en qualsevol moment.

Consta de 12 activitats pel darrer moment del dia, el Bona Nit, activitats que parteixen d'un text, uns punts a meditar i la corresponent dinàmica per dur-la a terme.

També vam veure la necessitat d'oferir-vos 8 benediccions de taula amb melodies de cançons conegudes per oxigenar una mica les que utilitzem habitualment, i renovar els nostres cançoners.

Esperem que aquest senzill material que us oferim de tot cor com un recurs més, sigui del vostre grat i tingui bona acollida. Tant de bo que es converteixi en un recurs pràctic a l'hora de pregar amb els infants i els adolescents, i que tot fent-lo anar us ajudi també en el vostre creixement personal i obertura cap al Transcendent, visible per a nosaltres els cristians en la persona de Jesús i els rostres del germà que tenim més a prop nostre, "Déu ens mira sempre amb ulls de nen perquè la seva mirada mai no deixa de ser transparent".

Us desitgem bones colònies d'estiu esperant que estiguin marcades per l'alegria, la festa, l'amistat, la creativitat, i una proposta d'educació integral que contempli la fe com a dimensió que dóna sentit a la nostra manera de viure, moure'ns i ser en el món. Agraïm la vostra dedicació i el treball previ que feu durant tot el curs per poder oferir una educació en el lleure de qualitat per a tota la nostra mainada.

Amb afecte,

L'Equip de la Fe de la FEMN
Juny de 2015

bonda nit!



Via Làctia de les Benaurances

ASPECTES A TREBALLAR

Activitat adreçada a l'equip de monitors.

Gaudir de les colònies i acompanyar a tots els nens és quelcom que ens agrada, ens omple i ens fa feliços.

Quines altres coses ens mouen?
Què busquem? Què volem per nosaltres i per als altres?

DINÀMICA

La Via Làctia de les Benaurances, on cada asteroide amb la seva llum (espelma) representa una benaurança.

Deixarem nou espelmes enceses a la sala o lloc on s'hagi triat per fer l'activitat.

Cadascú anirà amb una espelma als dits apagada i pul·lulant per l'espai; quan trobi una benaurança que li agradi parará el seu viatge i encendrà la seva espelma.

Quan tots els viatgers estiguin situats al seu asteroide, llegirem la benaurança i compartirem el fet d'haver triat aquell en especial.

«En veure les multituds, Jesús pujà a la muntanya, s'assegué i se li s'acostaren els deixebles. Llavors prenent la paraula començà instruir-los dient:

Feliços els pobres en l'esperit: d'ells és el Regne del cel.

Feliços els qui ploren: Déu els consolarà.

Feliços els humils, ells posseiran la terra.

Feliços els qui tenen fam i set de ser justos, Déu els saciarà.

Feliços els compassius, Déu se'n compadirà.

Feliços els nets de cor, ells veuran Déu

Feliços els qui treballen per la pau, Déu els anomenarà fills seus.

Feliços els perseguits pel fet de ser justos, d'ells és el Regne del cel.

Feliços vosaltres quan, per causa meva, us insultaran, un perseguiran i escamparan contra vosaltres tota mena de calúmnies.

Alegreu-vos-en i celebren-ho, perquè la vostra recompensa és gran en el cel.»

Un temps per tu



ASPECTES A TREBALLAR

Activitat per realitzar amb tot l'equip de monitors.
Facilitar el coneixement sobre d'un mateix.

DINÀMICA

El conte es pot llegir amb tot l'equip de monitors.

Es facilita un full a cada participant amb les qüestions a treballar.

En acabar es pot donar un temps perquè qui vulgui pugui compartir com s'ha sentit o explicar el que ha posat al full.

Estrellas y cometas

«Hay personas Estrella y hay personas Cometa.

Los Cometa pasan. Apenas son recordados por las fechas que pasan y vuelven. Los Estrella, en cambio, permanecen. Hay mucha gente Cometa. Pasa por nuestra vida apenas por instantes; no cautiva a nadie, y nadie la cautiva.

Es gente sin amigos, que pasa por la vida sin iluminar, sin calentar, sin marcar presencia. Así son muchos artistas. Brillan apenas por instantes en los escenarios de la vida. Y con la misma rapidez que aparecen, desaparecen. Así son muchos reyes y reinas: de naciones, de clubes deportivos o concursos de belleza.

También entran los hombres y mujeres que se enamoran y se dejan enamorar con la mayor facilidad. Así son las personas que viven en una misma familia y pasan al lado de otro sin ser presencia, sin existir.

Lo importante es ser Estrella.

Hacer sentir nuestra presencia, ser luz, calor, vida. Los amigos son Estrella. Los años pueden pasar, pueden surgir distancias, pero en nuestros corazones quedan sus marcas.

Ser Cometa no es ser amigo, es ser compañero por instantes, explotar sentimientos, aprovecharse de las personas y de las situaciones.

Es hacer creer y hacer dudar al mismo tiempo. La soledad es el resultado de una vida Cometa. Así son los Amigos: estrellas en nuestras vidas. Nadie permanece, todos pasan. Y nosotros también pasamos por los otros.

Es necesario crear un mundo de personas Estrella, verlas y sentir las todos los días, contar con ellas siempre, ver su luz y sentir su calor.

Se puede contar con los amigos. Ellos son refugio en los instantes de tensión, luz en los momentos oscuros, pan en los períodos de debilidad, seguridad en los pasajes de desánimo. Al mirar a las personas Cometa es bueno no sentirnos como ellas, ni desear el agarrarnos de su cola.

Al mirar a los Cometa, es bueno sentirse Estrella, dejar por sentada nuestra existencia, nuestra constante presencia, vivir y construir una historia personal.

Es bueno sentir que somos luz para muchos amigos y que ellos nos han iluminado a su vez.

Es bueno sentir que somos calor para muchos corazones y que esos corazones nos arroparon cuando el frío nos castigó.

Ser Estrella en este mundo pasajero, en este mundo lleno de personas Cometa, es un desafío, pero por encima de todo, una recompensa.

Ser Estrella es nacer, vivir, y no existir apenas.»

Portes uns dies "menjant" tot allò que ha de saber fer un bon responsable. Però ... i què ha de "ser" un bon responsable? Què ha de viure? Què ha de contagiar?

Tens un temps personal per donar-hi tombs. Busca un racó tranquil. Respira. Gaudeix del moment. Tens un espai per tu. Omple el que vulguis perquè aquest full és per tu, no s'ha de compartir amb ningú (uf!). Per tant sigues sincer/a amb tu mateix/a.

Comencem

Infància, adolescència, joventut, adult, ... En cada etapa de la vida has anat arreplegant el que tu has acabat essent avui. Intenta escriure el que has collit en cadascuna de les etapes.

Quins són els teus referents en el món del voluntariat, de l'esplai, colònies, escoltisme,...? Apunta els noms i què destaqués d'ells.

Ara

Tu seràs (o ja ets) referent pels teus monitors/es i nois/es. En quins valors concrets ets referent pels monitors/es? És a dir, quins són els valors que vius amb més intensitat en la teva vida i que, per tant, transmetes als monitors/es de l'equip?

Ja saps que ningú és perfecte en aquesta vida. Per tant, quines actituds de la teva personalitat t'hauràs de treballar per millorar a l'hora de treballar en equip?

Les conviccions personals per dedicar-me a ser responsable i fer de responsable ... quines són? Perquè m'hi he posat en això?

En quin moment estic davant el tema espiritual?

Demà

Després del rotllo d'avui em comprometo a l'esplai i al torn de colònies a... M'implico???

Les coses bones dels altres

ASPECTES A TREBALLAR

D'aquests contes amb valors en trobarem molts a la xarxa i amb recursos de materials amb valors. Aquest ens ha d'ajudar a treballar, al final d'aquesta jornada, a adonar-nos de les nostres limitacions i "egos", però sobretot a descobrir les coses bones dels altres.

DINÀMICA

Reunits tots, encetem el Bona nit fent la lectura d'aquest text, en forma de conte que els més petits ens agrairan.

Després podem dirigir als nens i xavals aquestes breus preguntes:

Cal dir de la persona que tenim al costat (cal seguir l'ordre d'una rotllana o similar, monitors inclosos) una virtut que el fa necessari i important en les nostres colònies.

I ara si som valents (i no vol ser una confessió) quantes vegades avui no hem estat una bona "eina" per als altres?

«Diuen que a la fusteria hi va haver una vegada una estranya assemblea. Va ser una reunió d'eines per arreglar les seves diferències. El martell va exercir la presidència, però l'assemblea li va notificar que havia de renunciar. La causa? Resulta que era massa sorollós. El martell va acceptar la seva culpa, però va demanar que també fos expulsat el cargol; va dir que calia donar-li moltes voltes perquè servís d'alguna cosa.

Davant l'atac, el cargol va acceptar també, però al seu torn va demanar l'expulsió de la llima. Va fer veure que era molt aspra en el seu tracte i sempre tenia friccions amb els altres. I la llima va estar d'acord, a condició que fos expulsat el metre que sempre se la passava mesurant als altres segons la seva mida, com si fos l'únic perfecte.

En això va entrar el fuster, es va posar el davantal i va iniciar seu treball. Va utilitzar el martell, la llima, el metre i el cargol. Finalment, la tosca fusta inicial es convertir en un bonic joc d'escacs. Quan la fusteria va quedar novament sola, la assemblea va reprendre la deliberació. Va ser llavors quan va prendre la paraula el xerrac, i va dir:

- "Senyors, ha quedat demostrat que tenim defectes, però el fuster treballa amb les nostres qualitats. Això és el que ens fa valuosos. Així que no pensem ja en els nostres punts dolents, sinó en la utilitat dels nostres punts bons".

L'assemblea va trobar llavors que el martell era fort, el cargol unia i donava força, la llima era especial per afinar i llimar asprors i van observar que el metre era precís i exacte. Es van sentir llavors un equip capaç de produir i fer coses de qualitat. Es van sentir orgullosos de les seves fortaleeses i de treballar junts.»

El càntir i la venedora d'aigua



DINÀMICA

Es llegeix i s'argumenta el text.

Tots tenim grans coses dintre del nostre cor i podem fer grans proeses.

Per grups, es reparteix una mica de planter: menta, julivert, farigola... Ho fem en un test o s'improvisa amb un material reciclat (bric de llet, ampolla de plàstic,...)

ASPECTES A TREBALLAR

**La pròpia confiança
i les nostres aptituds.
Responsabilitat.**

Durant el que dura la colònia s'han d'anar regant i es poden repartir l'últim dia.

«Una venedora d'aigua va cada matí al riu, omple dos càntrics i s'adreça a la vila per distribuir l'aigua als seus clients. Un dels càntrics, esquerdat, perd aigua; l'altre, ben nou aporta més guanys.

El pobre esquerdat, se sent inferior. Un matí decideix confiar-se a la seva senyora:

- Tu ja saps, digué, que sóc conscient de les meves limitacions. Com que arribo mig buit a la vila, perds diners per culpa meva. Perdona les meves febleses.

L'endemà, camí del riu, la venedora d'aigua s'adreça al seu càntric esquerdat i li diu:

- Mira la vorera del camí.

- És bonic, està ple de flors. - Respongué el càntric.

Tot seguit replicar la venedora:

- Gràcies a tu!

Ets tu qui, cada matí, regues les vores del camí.

He comprat un paquet de llavors de flors i les he sembrades per tot el camí.

I tu, sense saber-ho, sense voler-ho, les regues cada matí. No ho oblidis mai: tots estem un xic esquerdats, però Déu, si li demanem, sap treure meravelles de les nostres febleses.»

Una cançó per somiar



Escolta-la
amb el mòbil!

ASPECTES A TREBALLAR

Aquest bona nit el podem adaptar a moltes cançons i lletres que són alguna cosa més que música moguda, els cants ens volen transmetre moltes coses. Avui amb els valors de l'amistat, de la feina en grup, de saber somiar...q

DINÀMICA

Es llegeix i s'argumenta el text.

Tots tenim grans coses dintre del nostre cor i podem fer grans proeses. Si poden tenir la lletra millor, també els hi deixarem escoltar la cançó, sense tenir por a que es moguin, a deixar-se omplir pel missatge musical. Després tornem a la rotllana i molt breument podem mirar de respondre:

Amb qui t'agradaria viatjar i on?

Què és el que t'ha fet més feliç d'aquest dia?

Les dinàmiques es poden fer en gran grup o en petit grup, pels d'un mateix grup o de vegades per grups d'edat, que ens permet adaptar tota la dinàmica a la seva edat, aquesta experiència també ens pot anar bé per dedicar-hi alguns dels bona nit.

Vaig estar temptant la sort,
mesurant les paraules,
vaig flotant entremig dels records.
I flotant buscant el paradís,
retallant les distàncies que
em transporten a un món indecís.
Però jo mai seré feliç
com ho he estat aquesta nit.

Vaig flirtejant amb la por,
navegant entre dubtes
vaig somiant amb la teva escalfor.
I somiant que tu remes amb mi
fins que aquella incertesa
es fon quan se'ns creuen els camins.
Però jo mai seré feliç
com ho he estat aquesta nit.

Quan tot s'enlaira
toco els somnis de puntetes,
junts podem arribar més lluny, més lluny.
Un llarg viatge,
Il·lusions dins les maletes,
junts podem arribar més lluny, més lluny.

Quan tot s'enlaira
Benvinguts al llarg viatge (2012)
Txarango
Motivació estreta de pregaria.cat/prock

El pot

DINÀMICA

Introduïm aquesta activitat dient que anem a fer un experiment.

La persona que la dinamitza primer l'explica i després el duu a la pràctica.

Un cop realitzat es llegeix el text que justifica la prova que hem fet.

Mentrestant, es pot acompanyar d'una música tranquil·la.

En acabar és donar un temps per compartir les reflexions de les persones participants.

Dinàmica extreta de
tkollacardedeu.blog.cat

MATERIAL NECESSARI

Un pot gran de vidre.

Unes pilotes de golf i de ping-pong.

Una bossa de bales de vidre (*caniques*).

Sorra fina.

Aigua.

DESENVOLUPAMENT

1. Tirar les pilotes de golf dins del pot buit, fins que no n'hi càpiguen més.

Pregunta: Està el pot ple?

2. Tirar les *caniques* a dins el pot, fins que no n'hi càpiga cap més.

Pregunta: Està el pot ple?

3. Omplir-lo de sorra fins a dalt, de manera que ompli tots els espais buits.

Pregunta: Està el pot ple?

4. Buidar dos gots d'aigua dins del pot, fins dalt de tot.

Pregunta: Està el pot ple?

Aquest pot representa la nostra vida.

Les pilotes de golf són les coses més importants de la nostra vida. En primer lloc, DÉU. En segon lloc, la família, els amics, l'amor, la solidaritat, l'esperança, la fe, la solidaritat, la salut... Són coses que, encara que totes les altres les perdéssim, i només aquestes ens quedessin, les nostres vides encara estarien plenes.

Les "caniques" són les altres coses que ens importen, però que no són les més importants en la nostra vida: la feina, la casa... Si no hi són, podem viure igual; si hi són, tenim una vida més compacta.

La sorra representa les petites coses de la nostra vida. Ens omplen molt superficialment.

L'aigua representa l'Esperit Sant. Sempre intenta omplir-nos, sigui la manera que sigui que omplim el pot.

Si, enlloc de seguir el procés que hem fet, fem un altre: què passaria? Si podem primer la sorra, no hi hauria espai per a les "caniques", i ni molt menys per les pilotes de golf.

Per això aquest pot representa la nostra vida: si utilitzem tot el nostre temps, tota la nostra força en la sorra; és a dir, a les coses petites i que són totalment superficials, no tindrem ni lloc ni temps per a les coses realment importants. Les pilotes de golf, que són el més important, no hi cabrien de cap de les maneres.

Hem de parar atenció a les pilotes de golf a la nostra vida, i no deixar-les per a la última cosa. Perquè si seguim el procés que hem fet, ens hi cap tot a la nostra vida, sense deixar de banda cap de les coses importants.

Per això, cal parar atenció a les coses importants a la vida i no deixar-se enganyar per aquelles coses que ho semblen i no ho són. Ocupem-nos primer de les pilotes de golf, de les coses que realment importen. La resta, és sorra.

L'Esperit Sant sempre intentarà estar amb nosaltres, encara que fem les coses malament. L'aigua sempre entrarà al pot, estiguin com estiguin les parts que el componen.

Volem fer una bona sopa. Ens ajudes?

ASPECTES A TREBALLAR

Conte que sempre teatralitzem, aquest vesprada no cal, només fer-ne una bona lectura com d'obra de teatre (un moni pot fer de narrador i un altre els diàlegs), el que importa és la dinàmica, però cal que connectin amb la història. Han d'adonar-se que podem fer la millor sopa de les colònies amb tot allò que tenim a les nostres mans, que és molt, sempre i quan ho sapiguem sumar.

DINÀMICA

Fem lectura de la petita obra de teatre. Al mig de la gran rotllana i posem una gran olla, tindrem un macarró o similar per cadascú i a l'olla hi podem posar aigua.

Donem un temps perquè els xavals pensin com poden ajudar a fer la millor sopa per compartir amb tots (aquí els hem de motivar a dir actituds o coses que saben fer els xavals), segur que es repetiran moltes coses, aquí el més important és que pensin i s'adonin que ho poden fer millor.

Surten un per un i al tirar el macarró a l'olla diuen el seu compromís pel dia següent. Al proper Bona nit, abans de començar un altre dinàmica cal que es pugui dir si s'ha fet una bona sopa o no (depèn de com ha anat el dia).

La sopa de pedres.

«Diu que una vegada, fa molt temps d'això, hi havia un país que estava en guerra. I sabeu que les guerres sempre porten problemes, porten rancúnies, enveges, hi ha molts morts, molta sang. Però sobretot a les guerres hi falta el pa. La gent passa gana. No es cull el blat, no es fa farina i la gent es mor de gana.

Un bon dia, un soldat, fart de fer anar les armes, va decidir fugir de la guerra. I fugint, fugint, cansat i afamat, va arribar a un poble. Era alt com un sant pau i xuclat com un clau, i anava brut, esparracat i polsós. Semblava un sac d'ossos. Un fideu. Mort de fam, arribà a una casa, trucà a la porta i quan surt la mestressa diu:

-Mestressa, no teniu pas un tros de pa per a aquest soldat que ve mort de fam de la guerra? -
La mestressa de la casa se'l mira i diu:

-Però, que estàs tocat del bolet? Que t'has begut l'enteniment? No ho saps, que no hi ha pa? Però... com t'atreveixes...? Mal llamp t'arreglegui...!-

I a cops de guitzes i empentes el treu fora de la casa. Pobre soldat...! Prova fortuna en una altra casa, truca i diu:

-Mestressa, no teniu pas un tros de formatge per a aquest soldat que ve mort de fam de la guerra? -

La mestressa se'l mira de fit a fit i li diu:

-Però, que estàs boig? Que no saps que no n'hi ha, de menjar? Com t'atreveixes a demanar-ne? -

I és que la gent d'aquell poble estaven tips de la guerra miserable que els havia cremat els camps i se'ls havia endut els nois, i és per això que del soldat no en volien saber res. Li tancaven la porta als nassos tot cridant-li que se n'anés.

Ah!, però el soldat no es va donar per vençut... Travessà el poble de cap a cap i se n'anà al final del poble, on hi havia un safareig públic. Trobà unes quantes mosses i diu:

- Ei! Mosses! No em voleu pas ajudar a fer una sopa que faig de pedres?-

Les mosses van riure.

- Una sopa de pedres...? Però que estàs boig?-

I se lí'n reien. El nostre soldat, cansat, afamat i deprimat, es va asseure al costat de la font de la plaça del poble i, com que ja no sabia què fer, es va posar a plorar.

I també a puntades de peu i empentes el treu a fora. Pobre soldat...!

Ho va provar en un altre porta, en dues, en tres, en quatre i en cinc. I a totes les portes va rebre la mateixa resposta:

-Estàs tocat del bolet! Estàs boig! Fora, fuig d'aquí...!-

Plorava i plorava fins que un nen se li va acostar, i després un altre i un altre encara.

- Soldat, què tens? Perquè plores?-

-És que jo volia fer una sopa de pedres, que és una sopa que jo sé fer i que em surt molt bona, però no puc fer-la.- respon el soldat.

-Que et podem ajudar? - pregunta en Martí.

- I tant, mainada...! Mireu, necessito que em porteu una perola grossa, aigua, un grapat de pedres i llenya per a fer foc.- El soldat respon.

En un tres i no res tots els vaillets van anar a buscar les coses que havia demanat el soldat. Encenen foc, posen la perola al damunt, i hi fiquen aigua i pedres. L'aigua es començà a escalfar. Els vaillets estaven impacients i deien:

-Podem tastar la sopa?-

-Calma, calma!- exclama el soldat.-

La sopa s'anava escalfant, i al cap de poc, el soldat posà els dits a dins, la tastà i diu:

-Mmmmm...! Que bona... Jo diria, però, que hi falta un punt de sal.-

Una noia que es deia Elisabet digué:

-Però, si jo en tinc a casa meva...!-

Es posà a córrer cap a casa seva i, d'amagatotis de la seva mare, agafà la sal i la portà al soldat, que la tirà a l'olla. Al cap d'una estona, el soldat tornà a tastar la sopa i digué:

-Que bona...! Però jo diria que li falta una mica de tomàquet.-

Un noi que es deia Lluís li fa:

-Però si jo en tinc a casa meva! Hi vaig de seguida.-

I també faltarien patates i arròs.

- Doncs jo puc treure les patates de l'hort.-digué l'Anna.

- I jo a casa hi tinc arròs. El vaig a buscar!- exclamar l'Ester.

Mentre, la Fina es preguntava que podia portar.

- No tens pas enciam?- li va demanar el soldat.

-Sí que en tinc! Ara hi corro!-respongué la Fina.

I aquells vailets van anar portant pastanagues,

cebes, mongetes, cigrons, naps, cols, apis, llenties, i fins i tot un va portar un tros de pollastre.

La plaça ja era plena de tots els nens del poble i al mig hi havia el soldat que remenava l'olla amb molta cerimònia. La tornà a tastar, en tragué les pedres amb una cullera i digué:

-Aquesta sopa ja està. Mmmmm...! Quina sopa més bona! Ens ha quedat boníssima! És la millor sopa de pedres que he tastat mai!-

Tots els nens aplaudien i saltaven fent crits per la plaça.

-Ara aneu a casa vostra i dieu als pares, avis i oncles que vinguin amb plats i culleres, que avui hi ha sopa de pedres per a tothom!- exclamar el soldat.

Va haver-hi sopa per a tothom. Ningú se'n va quedar sense en aquell poble.

I així va ser com gràcies als nens, aquell soldat i tot el poble van poder menjar per tota la gana que tenien, contents i fent festa.

I des d'aquell dia, tota la gent del poble, grans i petits, gràcies a un soldat desconegut, va aprendre a compartir una mica més el que cadascú tenia.»



Vols que en Jordi
t'expliqui aquest conte?

ASPECTES A TREBALLAR

Diàleg.

Buscar estratègies no violentes per resoldre una dificultat.

És una dinàmica per realitzar amb l'equip de monitors al principi de les colònies per fomentar el sentiment de grup també es pot adaptar al grup de joves que tinguem a les colònies.

Algunes reflexions i propostes

Com s'han sentit els voluntaris (exclosos, impotents, etc...) Com s'han sentit els membres del cercle? És més fàcil formar part d'un grup que entrar a un grup tancat?

La violència cultural de la nostra societat fa que, normalment, el primer que se'ns acudeixi davant d'un problema sigui actuar amb violència. Però hi ha més estratègies no violentes.

El grup tancat

DINÀMICA

Es fan sortir tres voluntaris del lloc on realitzem la dinàmica. Els altres fan un cercle drets, agafant-se, i se'ls i diu que no hi han de deixar entrar a ningú. Només els han de deixar entrar si els hi demanen "si us plau". Es fa entrar un dels voluntaris i se li diu que ha d'intentar entrar dins el cercle. Després es fa passar el segon voluntari i, finalment al tercer, i se li diu que abans d'entrar demani "si us plau".

He après

ASPECTES A TREBALLAR

Esbrinar les pròpies capacitats per aprendre de nosaltres mateixos.

DINÀMICA

En petit grup, llegim el text pausadament. Repartim un full on els nens escriuran el què han après durant el dia o durant el temps que porten de colònies.

Es comparteix i es dóna gràcies per totes les petites coses que gràcies a Déu, la nostra voluntat i els companys hem pogut aconseguir.

«HE APRÈS... Que ésser feliç és més important que ésser correcte...

HE APRÈS... Que mai no has de dir no, al regal que et poden donar.

HE APRÈS... Que sempre puc pregar per algú, quan no tinc una altra manera d'ajudar-lo.

HE APRÈS... Que algunes vegades, tot el que podem necessitar és una mà per a sostenir i un cor a entendre.

HE APRÈS... Que els diners ens poden donar un "status social" però no compren la classe.

HE APRÈS... Que cal ser feliços, encara que Déu no ens doni tot el que li demanem.

HE APRÈS... Que les petites coses que esdevenen diàriament, són les que fan que la vida sigui espectacular.

HE APRÈS... Que no importa com de seriosa o formal sigui la vida, tots necessitem un amic amb qui puguem compartir unes rialles.

HE APRÈS... Que Déu no ho va fer tot en un sol dia... ¿Què em fa pensar, doncs, que jo sí que puc?

HE APRÈS... Que és l'amor, no el temps... que guareix totes les ferides.

HE APRÈS... Que cada persona que coneixes, mereix ser regalada amb un somriure.

HE APRÈS... Que les oportunitats mai no es perden, algú altre prendrà aquella que tu has deixat passar.

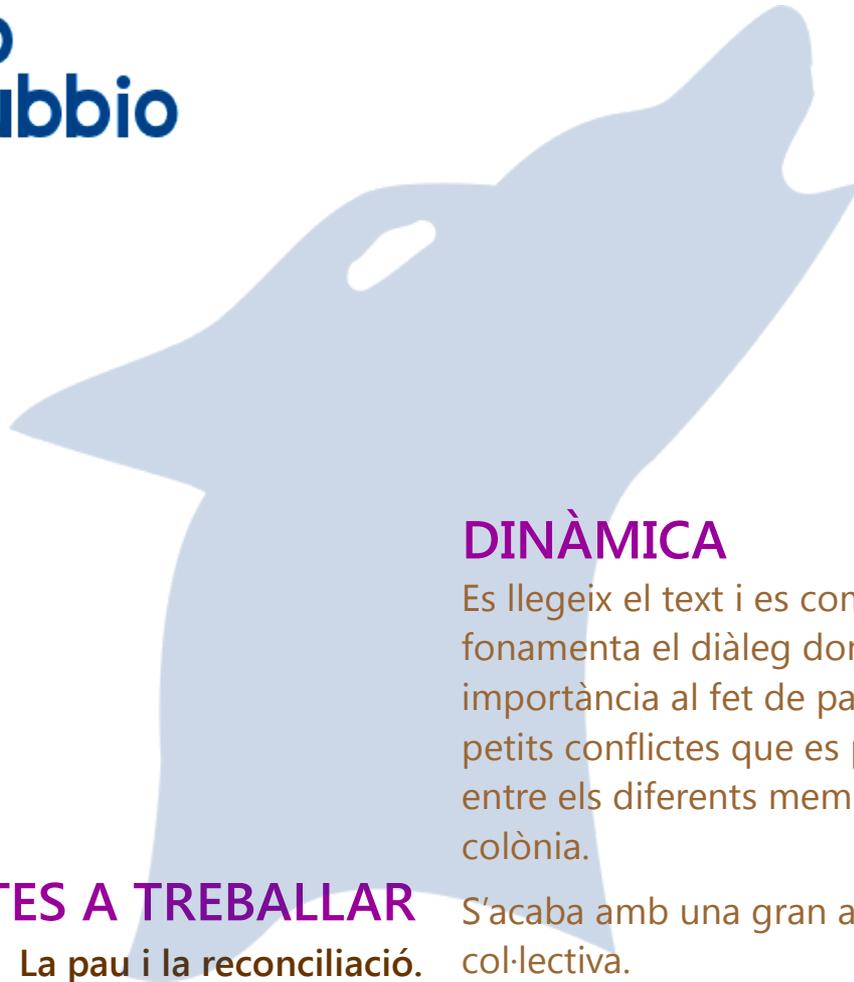
HE APRÈS... Que cal dir paraules suaus i tendres, perquè, més endavant, te les pots engolir.

HE APRÈS... Que un somriure, és la manera més barata de lluir molt més.

HE APRÈS... Que no puc escollir com sentir-me, però puc escollir el que he de fer per sentir-me bé.

HE APRÈS... Que tots volen ser al cim de la muntanya, però que tota la felicitat i les experiències agradables, s'esdevenen quan hom està escalant. "

El llop de Gubbio



DINÀMICA

Es llegeix el text i es comenta. Es fonamenta el diàleg donant importància al fet de parlar dels petits conflictes que es puguin tenir entre els diferents membres de la colònia.

ASPECTES A TREBALLAR

La pau i la reconciliació.

S'acaba amb una gran abraçada col·lectiva.

«En el temps en que Sant Francesc estava per la ciutat de Gubbio, va aparèixer a les contrades un grandíssim llop, terrible i ferotge, que no només devorava els animals, sinó també molestava a les persones.

Fins al punt que tenia aterrits a tots els ciutadans, ja que molts cops s'acostava a la ciutat. Tothom anava armat, com si anessin a la guerra. Perseguien al llop per les valls, camins i boscos.

Sant Francesc, mogut per la compassió de la gent del poble, va voler sortir a enfrontar-se amb el llop. Desatenent els consells dels habitants.

Es va fer la senyal de la Creu i va sortir al seu encontre. Un cop se'l va trobar el va cridar:

- Vine aquí germà llop! Jo t'ho mano! El llop va deixar de córrer, es va apropar mansament com un corder i se li postrar als peus.

- Germà llop, tu estàs fent mal a aquest poble. Has causat molts mals de cap, matat el bestiar i assetjat a les persones. Per tot això et mereixeries un bon càstig. Tota la gent murmura i crida en contra teva i tota la ciutat és enemiga teva. Però jo vull, germà llop, fer les paus entre tu i els habitants del poble de manera que tu no les ofenguis més i ells et perdonin les ofenses passades; i et deixin de perseguir.

Davant d'aquestes paraules, el llop, amb el moviment del cos, de la cua i de les orelles, manifestava acceptar i voler complir el que deia Sant Francesc. Llavors ell l'hi digué.

- Germà llop, ja que estàs d'acord en mantenir la pau, et prometo que la gent de la ciutat et proporcionarà el que necessitis de manera que no passis ja més gana. Per què sé molt bé que ha sigut per gana tot el mal que has fet. M'ho promets?

El llop, inclinant el cap, es va fer entendre clarament que ho prometia.

Aquest va aixecar la pota del davant i se la va posar mansament sobre la ma de Sant Francesc.

Tot seguit va tornà a la ciutat amb el llop i va reunir tota la gent a la plaça.

- Escolteu! El germà llop m'ha promès i donat la seva paraula de fer les paus amb vosaltres si us comprometeu a donar-li de menjar i deixar d'assetjar-lo.

Tota la gent va estar d'acord i es van posar contents.

El llop va seguir vivint molts anys a Gubbio, entrava a les cases d'una porta a l'altra, sense causar mal a ningú, la gent l'alimentava i ell els feia companyia."

DINÀMICA

En una sala amb les llums apagades, hi ha escampats ninots de paper (com les llufes dels Innocents).

Cada ninot té escrit el nom d'un nen/a o d'un monitor/a i a sobre del ninot hi ha una espelma.

Els nens/es o monitors/es han d'entrar a la sala, buscar el seu ninot, anar en un racó, i amb un bolígraf, escriure tres virtuts i tres defectes/aspectes a millorar. Quan ha acabat, es queda el ninot, apaga l'espelma, la deixa en un racó (on hi ha totes les espelmes i els colors) i surt de la sala.

A la sala hi haurà una música suau que ajudi a la realització d'aquesta dinàmica.

ASPECTES A TREBALLAR

Reflexionar sobre tres virtuts i tres defectes/aspectes a millorar de cadascun de nosaltres.

Una aposta pels infants i els valors

ASPECTES A TREBALLAR

Aquest és el testament del fundador de l'escoltisme, Baden Powell (1857-1941).

Un fragment que ens pot donar joc a l'hora de treballar valors.

Un lectura compartida amb els membres de la colònia o campament ens pot ajudar a treballar els valors de la felicitat, el compromís, la fe en Déu i en els altres, el ser positiu,...

DINÀMICA

Reunits tots, encetem el Bona nit fent la lectura d'aquest text.

Després podem dirigir als nens i xavals aquestes breus preguntes (pensem que és un bona nit i no un màster de filosofia):

Quins valors apunta el fundador de l'escoltisme (moviment que treballa en l'educació en l'oci dels nens)? Entre tots en podem trobar uns quants!!!

Posem pel llistat dels valors que hem recollit moments del dia en que s'hagin vist fer (important les vivències dels xavals, si no arranquen els nens, monitor a trencar el gel)

Avui on heu trobat la felicitat? Algunes intervencions...

«Estimats Escoltes:

Si mai heu vist el conte "Peter Pan", recordareu que el cap dels pirates sempre estava fent el seu últim discurs de comiat per por de què, quan li arribés l'hora de la mort, no fos a temps de donar-lo a conèixer.

Això és el que em passa a mi, i per tant, encara que en aquest moment no m'estic pas morint, ho faré un d'aquest dies i voldria dir-vos uns mots de comiat. Recordeu: aquests seran els últims mots que sentireu de mi, per tant, mediteu-los.

He tingut una vida molt feliç, i voldria que també la tinguéssiu cadascun de vosaltres. Estic convençut que Déu ens posa en aquest món tan meravellós per a ser feliços i gaudir de la vida.

Però la felicitat no s'obté pas fent-se ric, ni tan sols reeixint en la carrera ni satisfent tots els gustos.

Un bon pas cap a la felicitat és fer-se sa i fort mentre sou nois, perquè pugueu ésser útils i, per tant, gaudir de la vida quan sigueu homes.

L'estudi de la natura us demostrarà quantes belleses i meravelles ha posat Déu en el món de que gaudiu. Acontenteu-vos amb la part que us ha tocat i traieu-ne d'ella el millor partit que pugueu. Mireu sempre el cantó bo de les coses, i no pas el dolent.

Però el camí autèntic per arribar a la felicitat és fent felicitat a l'altra gent.

Procureu deixar aquest món millor de com l'heu trobat, i així, quan us arribi l'hora de la mort, podreu morir feliços pensant que no heu malgastat el temps, sinó que heu fet tot el possible per fer el bé.

Estigues "Sempre a Punt" per a viure feliços i per morir feliços; sigueu fidels, sempre, a la vostra Promesa Escolta –àdhuc quan ja no sigueu nois– i Déu us hi ajudarà.

El vostre amic»

Olave Baden-Powell

A TAULA!





Oh! Senyor, oh! Senyor,
us donem gràcies per aquest dinar,
Oh! Senyor, oh! Senyor,
us donem gràcies per aquest sopar,

SolM, ReM,
mim, DoM

I beneeix, aquests aliments,
I beneeix, aquests aliments,

SolM, ReM, mim, DoM

(x2)

Beneïm la taula a ritme de...
LET IT GO (B.S.O. Frozen)

Beneïm la taula a ritme de...
Y.M.C.A (Village People)

Gana! Ha arribat el moment,

DoM

Tenim gana! Agafo els plats i els coberts,

lam

Tenim gana! Em rento molt bé les mans,

FaM

I anem tots cap al men-ja-dor!

SoIM

NYAM, NYAM, NYAM, NYAM, NYAM!

Piquem de mans i et diem: Gràcies Senyor!

DoM

Piquem de mans i et diem: Gràcies Senyor!

lam

Per donar nos el pa, per donar-nos el vi,

rem

que són fruit del teu amor.

FaM, SoIM

(x2)

Agafo la llesca,
I la tomata,
La sal i l'oli... i ja està llesta!

lam

FaM

DoM, SoIM, lam

Ja tinc la tassa,
I poso el pinso,
Un raig de llet... i això és massa!

X2

Pro abans de menjar,
les gràcies Senyor et volem dar,
per aquest nou dia i per aquest esmorzar.
Va treu-te la son,
que aquí fora hi ha un món per descobrir,
l'alegria de viure
que a tots farem sentir!

lam

FaM

DoM, SoIM

Agafo la llesca...

Beneïm la taula a ritme de...
DANZA KUDURO (Don Omar)

Beneïm la taula a ritme de...
SARANDONGA (Lolita Flores)

Sarandonga, *nos vamo a comé*,

DoM, Sol7

Sarandonga, *un arró con bacalau*

DoM

Sarandonga, la xiruca, la xiruca,

Sol7

Sarandonga, la xiruca i el fulard!

DoM

Ja és l'horeta de la gana i tots venim famolencs,

Sol7, DoM

Ja es l'horeta de la gana i tots venim famolencs,

Sol7, DoM

les cuineres ja preparen –si!– uns plats molt suculents.

Sol7, DoM

Sarandonga...

Però abans donem les gràcies per aquests aliments,

Però abans donem les gràcies per aquests aliments,

Bon profit i moltes gracies, doncs, us donem Senyor!

Sarandonga...

Menjant -si menjant-
Sempre de tot -si de tot-
Creixeràs! Sa, fort, viu, ningú no et pararà!
(x2)

LaM

SoLM

Fa#m, DoM, Mi7

Mai, mai no deixis de menjar de tot,

Fa#m, Mi7, LaM

Puré, enciam i pebrot,
Llenties, bledes i cigrons,

SoLM

FaM, Mi7

Plats nets! Sempre nets!
Massa nens hi ha al món que passen gana,
No ho dubtis mai, mai, mai,

FaM

DoM, SibM, lam

LabM

Plats nets! Sempre nets!
Nosaltres que en tenim donem gràcies,
Gràcies Senyooooor...
Atxuua. atxuua, atxuua, atxuua...

Jesús!!

Beneïm la taula a ritme de...
BOLA DE DRAC Z (Chiho Kiyooka)

Beneim la taula a ritme de...
NOSA, NOSA (Michel Telo)

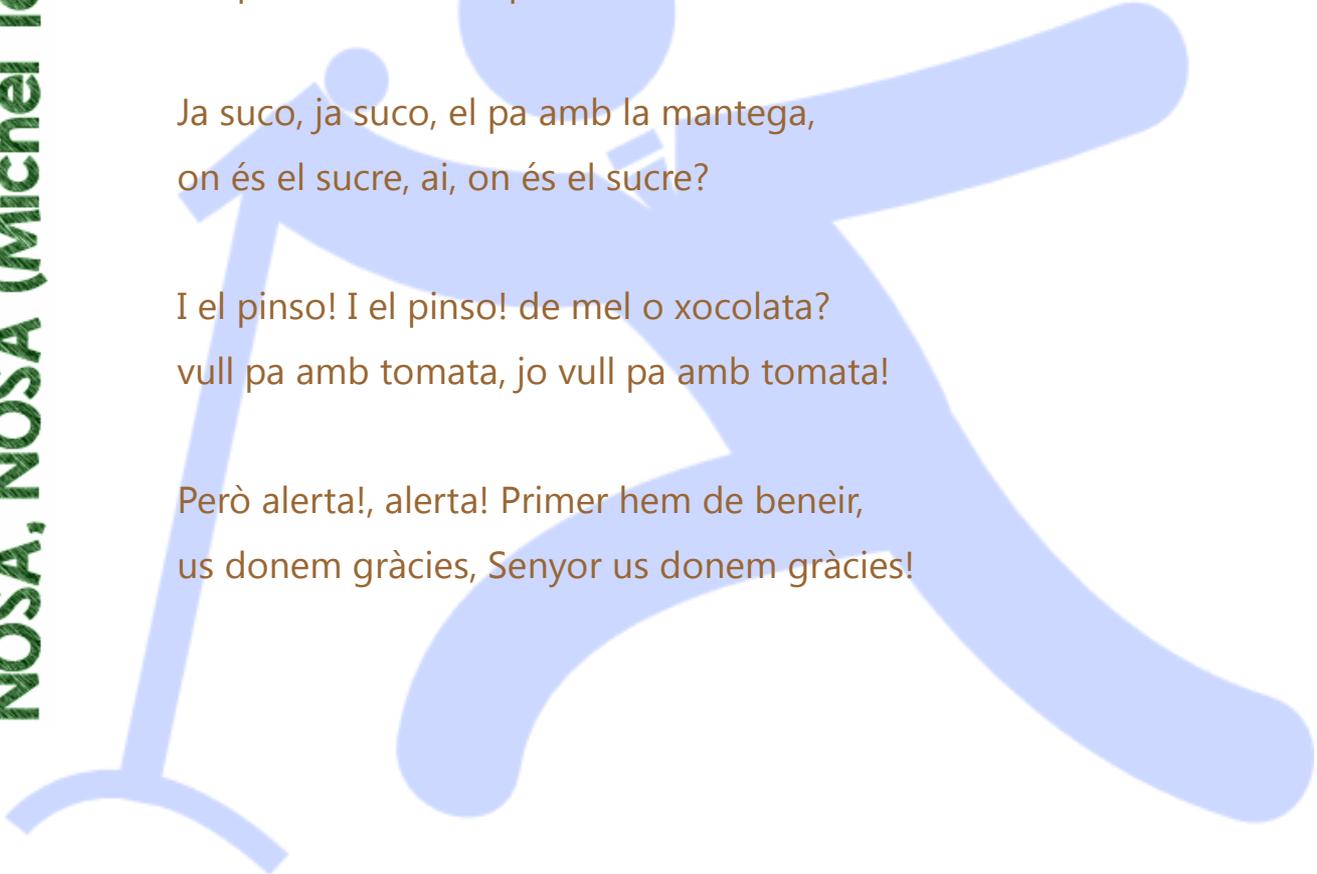
Nossi, nossi, Nocilla o Nutela?
ai, quina trio, ai, ai, quina trio?

DoM, SolM, lam, FaM

Ja suco, ja suco, el pa amb la mantega,
on és el sucre, ai, on és el sucre?

I el pinso! I el pinso! de mel o xocolata?
vull pa amb tomata, jo vull pa amb tomata!

Però alerta!, alerta! Primer hem de beneir,
us donem gràcies, Senyor us donem gràcies!



Ja tinc el plat i el got apunt,
amb els companys seient tots junts,
A l'aire es flaira ja el dinar/sopar
i les gràcies hem de do-o-nar.

DoM, SoIM, DoM

Ja tinc el plat i el got apunt,
amb els companys seiem tots junts,
A l'aire es flaira ja el dinar/sopar
i les gràcies hem de dar!

Picant el got a la taula

Cridant 'Heeey!

Cridant 'mmmm'

GRÀCIES, GRÀCIES OH, SENYOR! (x2)

Després de cada gràcies
dos picades de mans

(x2)

Beneïm la taula a ritme de...
LA PRESO DEL REI DE FRANÇA
(Elèctrica Dharma)

Homenatge a les cuineres

De totes les colònies i del món sencer,
entre fogons, paelles i olles també,

DoM, Sol7, DoM

DoM, Sol7, DoM

Mai no hi ha un plat que no tinguin controlat!
entre totes les receptes mai en fallen cap!

Són, les cuineres, són,

DoM, FaM

Les millors del món, les millors del món!

SolM, DoM

Són, les millors del món,
les millors, millors del món!!



Vols escoltar i assajar les cançons?
Descarrega-te-les des d'aquest codi QR
o des de l'adreça web
<http://www.lagataroja.cat/files/benediccions.zip>