

L'AUTÈNTICA FELICITAT NO COSTA DINERS



2017/2018

Tutories

APROFITA EL TEMPS LLIURE PER AL QUE DE DEBÒ ÉS IMPORTANT
Guanyes tu, guanya el planeta i guanya tothom.



PRIMÀRIA / Cicle Mitjà

PROFESSORAT

Introducció de la temàtica

Des de fa uns anys les campanyes d'educació per al desenvolupament dutes a terme en els nostres centres escolars tenen un denominador comú: el consum responsable, enfocat des de diferents punts de vista (l'alimentació, el medi ambient, la moda, etc.). Hem vist com els drets de milions de persones es vulneren com a conseqüència dels nostres patrons de consum, principalment els de les societats que vivim en països enriquits.

En aquest curs **volem ser propositius**, convidant a l'alumnat de les nostres escoles a dur a terme una **vida senzilla** amb la qual gaudir de valors i experiències que no girin en exclusiva al voltant del consum, per no danyar el medi ambient ni perjudicar les condicions de vida d'altres persones al món.

Ens hem acostumat a saturar el nostre temps amb entreteniments sofisticats o carregats d'adrenalina que causen estrès i generen residus, traslladant aquest model de vida a la infància. Sembla que estem oblidant com gaudir del nostre temps d'oci, dels plaers senzills de la vida.

Durant aquest curs volem traslladar al nostre alumnat que hi ha una altra forma de viure i gaudir del nostre temps lliure, que aprofundeix en valors com el **respecte**, la **solidaritat**, la **convivència**, la **senzillesa** o el **contacte amb la natura**.



Objectiu general de les tutories

Reflexionar sobre a què dediquem el nostre temps lliure i desenvolupar la capacitat d'optar per alternatives de lleure no consumistes i que no vulneren els drets humans i ambientals.

ACTIVITATS

Activitat 0. [vídeo central de campanya - NENS: **María I Mauro**

Temes que tracta: Materialisme, consum, senzillesa i austeritat

Temps estimat: 45'

Tipus d'activitat: Reflexió sobre el vídeo

Resum: Després de crear l'ambient adequat a l'aula, es projecta el vídeo. En acabat, ens col·loquem en rotllana i en situació d'escolta per participar a la reflexió que passarà al voltant d'un paper d'embalar.

Objectius:

- Conscienciar els infants en que el materialisme no és el més important.
- Promoure l'escolta i el respecte entre els companys i companyes.
- Promoure la participació en el diàleg creat a l'aula

Material:

- Imatge de la Maria (pels més petits)
- Imatge del Mauro (pels més petits)
- Paper d'embalar
- Retoladors per escriure al paper

Instrucciones: Per poder començar cal crear a l'aula un ambient relaxat i es demana l'atenció dels infants sobre el que es realitzarà a continuació.

o Es visionarà un vídeo on hi ha dos personatges, és important no donar cap més pista ni cap més referència del que veuran. Cal convidar-los a tenir els ulls i les orelles ben obertes i a prestar tota l'atenció.

Una vegada finalitzat el visionat ens col·locarem en semi-rotllana, així tots els integrants de l'activitat, mestra inclosa es veuran.

Es penjarà un paper d'embalar a la paret. Aquest estarà dividit en dues parts: a la part esquerra la Maria (en podem fer un dibuix o enganxar-hi una imatge) i la part dreta en Mauro. Serà qüestió d'iniciar una anàlisi del vídeo **comparant tots aquells elements diferencials entre un i altre**. Als primers cursos, amb els infants més petits (Infantil + 1er i 2on), caldrà que cada mestre/a dibuixi, representi o escrigui (depèn del nivell de lectura i escriptura) les idees que aniran sorgint. Als cursos més avançats (3er i 4rt i 5è i 6è) poden ser ells i elles mateixes qui surtin a expressar una idea o altra.

Qui dinamitzi l'activitat pot quedar més al marge, però sí és important que faci el paper d'escoltar, de recollir les idees. El dinamitzador/a de l'activitat pot conduir la reflexió a pensar en...:

PRIMÀRIA Cicle Mitjà

- si todo lo material que tenemos es tan importante
- si tot allò material que tenim és tan important
- sobre quin dels dos personatges del vídeo sembla gaudir més
- sobre quins jocs o activitats dels que han fet en Mauro i la Maria durant el cap de setmana, ens han engrescat més
- sobre què és el que ens agrada jugar més, què és el que ens fa riure més i si per allò necessitem o no joguines...



Activitat 1. L'ALEGRIA D'ALLÒ PETIT

Temes que tracta: Descobrir l'alegria en el que som i en allò petit

Temps estimat: 50'

Tipus d'activitat: Visualització vídeo. Reflexió

Resum: A partir del visionat del vídeo que descriu l'alegria d'uns nens a l'Àfrica en rebre material escolar, reflexionem amb els alumnes sobre els valors que tenim a la vida, sobre on busquem la felicitat (en l'ésser o en el tenir).

Objectius:

- Reflexionar sobre els nostres hàbits de consum i com la societat ens convida a trobar la felicitat en les coses que posseïm.
- Aprofundir en els aspectes de la vida que ens donen una veritable felicitat en la nostra vida quotidiana.
- Potenciar els aspectes de l'ésser per sobre dels del tenir.

Material:

- Enllaç de vídeo i projector <https://www.youtube.com/watch?v=zwKoqi9Zkdg>
- DIN-A3 per a grups cooperatius
- Folis de paper

Instruccions:

Es veu el vídeo (es pot projectar en diverses ocasions)

Es pot dialogar a través de les següents preguntes:

- Quins sentiments ens transmet aquest vídeo?
- Per què pensem que els nens estan tan feliços i tenen tanta alegria? Sentim nosaltres la mateixa alegria quan ens regalen alguna cosa?
- Valorem de veritat les coses que tenim cada dia a la nostra mà?

Després de la reflexió sobre el vídeo es proposa una activitat per grups cooperatius en la tècnica del foli giratori. Cada grup rebrà una làmina de DIN-A3 i en ella plasmarà en dues columnes les coses que ens fan feliços. En una columna hi haurà les coses relacionades amb el que som (família, amics, les coses que ens construeixen com a persones) i en l'altra les coses que tenim.

Després de completar la llista haurà de dialogar el grup amb quins cinc aspectes de la llista es quedaria si haguessin de triar els més importants per a ells en la seva vida. Aquells que els fan més feliços.

S'acaba l'activitat proposant als alumnes que durant la setmana busquin un compromís concret per potenciar l'ésser per sobre del tenir (passar més temps amb la família, ajudar de forma concreta a algun amic, jugar més amb els altres i no amb màquines...).



Activitat 2. VALORAR LES RELACIONS HUMANES COM A ALLÒ MÉS IMPORTANT DE LA VIDA

Temes que tracta: Potenciar les relacions humanes com la major font de sentit i de felicitat a la vida.

Temps estimat: 50'

Tipus d'activitat: Reflexió d'imatge. Dinàmiques. Escriure carta

Resum: A partir d'una imatge en què es veu a molta gent en un mateix espai, però cada un concentrat en aparells tecnològics es proposa una reflexió que ajudi a valorar les persones com el més important de la vida.

Objectius:

- Reflexionar sobre el valor que els altres tenen en la nostra vida.
- Afavorir actituds d'amistat i d'obertura cap als altres.
- Conscienciar sobre els aspectes negatius d'aïllar-nos amb els objectes que poseïm.

Material:

- Imatge
- Fulls per escriure cartes

Instruccions: Es projecta la imatge i a partir d'ella es provoca la següent reflexió:

- Què veiem en la imatge? És una escena familiar per a tu?
- Moltes vegades en el nostre entorn ens adonem que les persones cada vegada parlen menys entre elles i passen menys temps juntes. Aquest temps es dedica cada vegada més a objectes tecnològics (mòbil, tablets, psp ...)

La nostra felicitat està en els demés:

- Es proposa realitzar una sèrie de dinàmiques de jocs en què la interacció amb les persones és el més important. Pretenem passar un temps divertits junts. En aquest enllaç es proposa una gran varietat de dinàmiques. Es poden triar aquelles que ens agradin més o que millor s'ajustin a la nostra classe (3 o 4) <http://juegosydinamicasdegrupo.blogspot.com.es/p/diversion.html>



- Després de les dinàmiques es pot reflexionar amb el grup sobre l'alegria d'estar junts, de passar temps amb els altres.

Escriure una carta: Escollir una persona a qui estimem molt (familiar o amic) i escriure-li una carta en què li diguem l'important que és per a nosaltres, per què ens fa feliç estar amb ella. L'objectiu és ajudar a valorar la importància que les persones tenen en la nostra vida.

Activitat 3. PROPOSTES PER TENIR CURA DE LA CASA COMÚ.

Temes que tracta: El respecte cap a la casa comuna, i les accions per contribuir a la conservació del medi ambient.

Temps estimat: 50'

Tipus d'activitat: Lectura de textos i reflexió. Creació de mural en grup

Resumen: Es proposa una reflexió als alumnes sobre un estil de vida basat en la *Laudato si'* del Papa Francisco, compromès en la cura de la casa comuna.

Objectius:

- Apropar els alumnes a les idees que s'expressen al *Laudato si'* i en les implicacions de les mateixes.
- Conscienciar sobre hàbits respectuosos amb la cura del medi ambient.
- Potenciar el compromís amb la cura de la casa comuna.

Material:

- Textos proposats
- Cartolines

Instruccions: Es poden llegir en veu alta alguns dels textos del *Laudato si'* escrits pel Papa Francisc. Amb un o dos serà suficient, encara que s'adjunten més.

- a. Sant Francesc d'Assís "va manifestar una atenció particular cap a la creació de Déu i cap als més pobres i abandonats (...). En ell s'adverteix fins a quin punt són inseparables la preocupació per la natura, la justícia amb els pobres, el compromís amb la societat i la pau interior ". (10)
- b. "Els joves tenen una nova sensibilitat ecològica i un esperit generós, i alguns d'ells lluiten admirablement per la defensa de l'ambient, però han crescut en un context d'altíssim consum i benestar que torna difícil el desenvolupament d'altres hàbits. Per això estem davant d'un desafiament educatiu". (209)
- c. "És molt noble assumir el deure de tenir cura de la creació amb petites accions quotidianes, i és meravellós que l'educació sigui capaç de motivar-les fins a conformar un estil de vida. L'educació en la responsabilitat ambiental pot encoratjar diversos comportaments que tenen una incidència directa i important en la cura de l'ambient, com evitar l'ús de material plàstic i de paper, reduir el consum d'aigua, separar els residus, cuinar només el que raonablement es podrà menjar, tractar amb cura als altres éssers vius, utilitzar transport públic o



compartir un mateix vehicle entre diverses persones, plantar arbres, apagar els llums innecessàries “. (211)

- d. “Necessitem enfortir la consciència que som una sola família humana” (52). “No hi ha fronteres ni barreres polítiques o socials que ens permetin aïllar-nos, i per això mateix tampoc hi ha espai per a la globalització de la indiferència”. (52)
- e. “Cal tornar a sentir que ens necessitem els uns als altres, que tenim una responsabilitat pels altres i pel món, que val la pena ser bons i honestos.” (229)
- f. “Tots podem col·laborar com a instruments de Déu per a la cura de la creació, cadascun des del seu cultura, la seva experiència, les seves iniciatives i les seves capacitats”. (14)

Després de llegir els textos es convida a fer un mural cooperatiu sobre com podem tenir cura concretament i en la quotidianitat nostra casa comuna. Per a això es poden donar les següents pistes perquè els alumnes les puguin plasmar en les cartolines. A partir d'aquestes pistes, els alumnes podran elaborar el mural amb alguna d'aquestes idees i compromisos amb la casa comuna i la cura de la natura. Es pot decorar amb dibuixos i imatges oportunes.

1. Considerar els recursos naturals com a dons que Déu dóna a cada un per administrar amb saviesa i oferir a les següents generacions.
2. Posar els mitjans per tenir cura de la natura, evitant el malbaratament dels recursos naturals: aigua, aire, vegetació, animals, etc.
3. Prendre mesures per evitar la contaminació.
 - a. Utilitza menys aigua i no la contaminis.
 - b. Estalvia, recull i reutilitza l'aigua.
 - c. En higiene personal (neteja de dents, dutxa ...) no perdis l'aigua.
 - d. A casa i al jardí comprova i arregla aviat les pèrdues d'aigua.
 - e. Rega al matí o bé tard perquè l'aigua no s'evapori seguida.
 - f. No llencis l'oli per les canonades, porta-ho a reciclar.
 - g. No abuis dels detergents i fa servir aquells que siguin ecològics.
 - h. Si l'aigua de la teva ciutat o poble és bona, no compris embotellada.
4. Estalvia energia elèctrica
 - a. Apaga els llums innecessaris.
 - b. Utilitza bombetes de baix consum: LED.
 - c. Desconnecta els aparells elèctrics quan no els utilitzis.
 - d. Aprofita al màxim l'ús de la llum natural, i opta per energia renovable.
 - e. Revisa amb freqüència el bon ús dels aparells elèctrics.
5. Contamina menys
 - a. Estalvia combustible: gas, gasolina gasoil.
 - b. Utilitza el transport públic, camina o fa servir la bicicleta.
 - c. Fes servir moderadament l'aire condicionat i la calefacció (abrigar més i tenir-la més baixa o no encendre).
 - d. Utilitza productes de neteja ecològica.

6. Genera menys residus

- a. Redueix el consum de coses supèrflues.
- b. Evita utilitzar productes d'un sol ús: mocadors i tovallons de paper, bosses de plàstic (fes servir de tela), etc.
- c. Gasta menys paper: no imprimeixis alguna cosa si no hi ha veritable necessitat; imprimeix per les dues cares; no llencis les fulles escrites per una cara, reutilitza-les.

7. Recicla tot el que puguis

- a. Separa els residus i diposita'ls al seu contenidor respectiu.
- b. Reutilitza alguns deixalles com cartró, bosses, sobres
- c. Compra productes reciclats.
- d. Evita fer servir recipients d'alumini, de plàstic, de suro blanc (porexpan).

8. Altres suggeriments

- a. Planta algun arbre.
- b. No perdis aliments.
- c. Cuida la teva salut: fes exercici físic; evita el "menjar escombraries"; evita l'excés de carn, dolços i greixos; consumeix aliments frescos, ecològics i d'estació i, si pot ser, produïts a prop d'on vius, per evitar transports llargs que són molt contaminants.
- d. L'1 de setembre és la Jornada Mundial de Pregària per la Cura de la creació, si no pots celebrar aquest dia, fes-ho entre aquesta data i la festa de Sant Francesc.

Cada grup presentarà als altres el seu mural, explicant el què ha volgut plasmar en ell.

Activitat 4. TEMPS LLIURE: UNA OCASIÓ PER PENSAR EN ELS DEMÉS

Temes que tracta: Valorar el temps com a una oportunitat per ajudar els altres i construir un món millor.

Temps estimat: 50'

Tipus d'activitat: Visualització d'imatges. Presentació de testimonis. Lectura de text.

Resum: Es presenta el testimoni de dos voluntaris que dediquen el seu temps lliure a ajudar els altres i com descobreix en això una font d'alegria i felicitat.

Objectius:

- Descobrir la tasca dels voluntaris i la seva importància en la nostra societat.
- Valorar el temps com a una oportunitat per donar-nos als altres.
- Descobrir que hi ha més alegria a donar que a rebre.

Material:

- Projector d'imatges.
- Testimonis de voluntaris.
- Text de Gloria Fuertes.

Instruccions:

Es mostren les següents imatges de persones que en la nostra societat necessiten de l'ajuda dels altres.



Persones sense llar



Gent gran sola



Nens i nenes que viuen en la pobresa

Testimonis de l'evangeli

Escoltem testimonis de voluntaris que dediquen la seva vida i el seu temps a fer del món un lloc millor. El temps és un regal que podem donar als altres. Si tenim en el col·legi testimonis propers pot ser millor. Si no, s'adjunten els següents per poder compartir-los amb els alumnes.

<http://blogs.lainformacion.com/laregladewilliam/2011/12/05/voluntariado-para-todos-los-publicos-10-testimonios/>

Després d'escoltar alguns d'aquests testimonis, per grups recullen les idees que més els han agradat i els han cridat l'atenció i les comparteixen amb els altres.

Text de Gloria Fuertes. Los voluntarios

**Los que saben dar sentido a la vida: Voluntarios:
“Anónimos artistas”.**

Ser voluntario es ser un ser humano, humano.
Ser voluntario es entrar en la calle, en la casa, en el hospital, en la
cárcel, en el pueblo y en la aldea donde haya un ser que sufre.
Ser voluntario es entrar con el corazón, en el corazón del que lo pasa mal.
Cuando el voluntario visita a alguien que está solo, le cura la
soledad; cuando le habla, le ayuda, le escucha y le siente: el solitario
mejora de la soledad, que es (junto a otras) la enfermedad de los ancianos.
Se sabe que el voluntario va a trabajar gratis, no va a ganar nada.
Yo quiero negar esto: el voluntario va a ganar muchísimo, va a ganar el
placer de ser útil, la risa de un anciano, la sonrisa de un enfermo, el
abrazo de un niño sin padres, la amistad de un paralítico o el cariño de un preso.

El voluntario sabe que el camino -de su vocación elegida- es ir
donde vive el dolor. El dolor físico o psíquico le espera y tiene que ir
lleno de ilusión, alegría, comprensión y amor de poderlo dar; ilusión,
comprensión, alegría y amor -tesoros espirituales que si no se poseen
no se pueden dar-. El joven voluntario deja voluntariamente de ir a la
discoteca, a la “barra”, para ir desde la silla a la cama con un
minusválido en sus brazos. ¡Qué bella escena!

Al mal sólo le destruye el bien.
Al dolor, le puede destruir el amor -no sólo la farmacia-.
Hacerse voluntario también es salvarse del aburrimiento que acecha,
salvarse de lo vulgar, de lo material, y os hace sentir que sois útiles,
que sois solidarios, que sois amorosos, que sois importantes, que sois
una aspirina inmensa, que quien os “cate”, se cura.
Y os pido que a vuestros amigos y amigas les contagiéis de ese virus
de bondad que tenéis, para que también sean nuevos voluntarios.

Más que un premio gordo de la lotería. Más que un premio Nobel de lo que sea,
recibe el voluntario cada noche al acostarse, recibe el voluntario que durante
unas horas al día ha alegrado a un triste, ha hecho sonreír a un enfermo,
ha paseado en su silla a uno que no puede pasear.

El premio del voluntario es que pasa a ser un artista.
El voluntario no ha pintado un cuadro,
no ha hecho una escultura,
no ha inventado una música,
no ha escrito un poema,
pero ha hecho una obra de arte
con sus horas libres.

Todavía hay milagros, milagros demostrables,
que los hacen, los hacéis, y los harán
los nuevos voluntarios.

ORACIONS

Oració 1. SER O TENER



Contempla la imatge uns segons. Jesús ens està convidant a un camí de llibertat. Deixar de pensar en tenir moltes coses que ens semblen necessàries i viure des de la senzillesa que Ell ens proposa.

Senyor Jesús.

Gràcies pel regal de la vida.

Gràcies per l'alegria que ens dóna el fet de compartir la vida amb els altres.

Ajuda'ns a no posar la felicitat en les coses i en els objectes.

Ajuda'ns a descobrir la veritable alegria que sempre neix dels altres.

Amén

Oració 2. ORACIÓ DELS ROSTRES

Senyor Jesús.

Gràcies per les persones que comparteixen amb nosaltres la vida.

Gràcies per totes les persones que estan en la nostra vida.

Ajuda'ns a valorar-les i a donar-los el nostre temps i el nostre.

Ajuda'ns a descobrir que hi ha més alegria en donar que en rebre.

Amén



Oració 3. GRÀCIES PER LA CREACIÓ I PER LA NATURA



Càntic de les criatures de Sant Francesc d'Asís:

Omnipotent, altíssim, bondadós Senyor, teves són la lloança, la glòria i l'honor; tan sols tu ets digne de tota benedicció, i mai és digne l'home de fer de tu menció. Lloat siguis per tota criatura, el meu Senyor, i especialment lloat pel germà sol, que il·lumina, i obre el dia, i és bonic en el seu esplendor, i porta pel cel notícia del seu autor. I per la germana lluna, de blanca llum menor, i les estrelles clares, que el teu poder va crear, tan netes, tan boniques, tan vives com són, i brillen al cel: lloat, el Senyor! I per la germana aigua, preciosa en el seu candor, que és útil, casta, humil: lloat, el Senyor! Pel germà foc, que il·lumina en anar-se'n el sol, i és fort, bonic, alegre: lloat el Senyor! I per la germana terra, que és tota benedicció, la germana mare terra, que dóna en tota ocasió les herbes i els fruits i flors de color, i ens sustenta i regeix: lloat, el Senyor! I pels que perdonen i aguanten pel teu amor els mals corporals i la tribulació: feliços els qui pateixen en pau amb el dolor, perquè els arriba el temps de la consolació! Agraïu els seus dons, canteu la seva creació. Les criatures totes, lloeu al meu Senyor.

Amén

Oració 4. HI HA MÉS ALEGRIA EN DONAR QUE EN REBRE



Senyor Jesús.

Gràcies per les persones que donen el seu temps i la seva vida per ajudar els altres.

Gràcies per totes les persones que tenen cura dels altres.

Ajuda'ns també a nosaltres a donar el nostre temps als amics i la família, a estar atents a les necessitats dels altres.

Ajuda'ns a descobrir que hi ha més alegria en donar que en rebre.

Amén