



Activitats amb valors i serveis comunitaris per a infants i joves:

- Vetlladors i marcatge d'El Camí.
- Continguts culturals "Camipèdia".
- Tallers de Diàleg i Consens i de Vocació i Plenitud
 - Formació de professors i monitors
 - Colònies d'hivern i d'estiu al Ripollès

2020-2021

Continguts

1. Taller de senyalització de la ruta El Camí.....	3
2. La Campèdia: investigació activa de l'entorn.....	10
3. Colònies de 2 i 3 dies a l'alberg rural El Negre	12
4. Tallers als centres educatius	16
5. Formació del professorat i monitors.....	18
6. Colònies d'estiu per a grups d'educació en el lleure.....	19
7. Colònies d'estiu de la Fundació Vidabona a l'alberg rural El Negre.....	20

1. Taller de senyalització de la ruta El Camí

1.1. La Ruta de senderisme cultural El Camí

El Camí és un projecte de país, social, cultural i turístic que **uneix totes les comarques** de parla catalana; un projecte fet participativament per la gent i entitats de cada territori i que compta amb el suport de Parlaments, Govern Autonòmic, Diputacions, Consells Insulars i Comarcals i Ajuntaments.



El Camí es defineix i se senyalitza a partir de **la participació de persones**, entitats i administracions. Tot el traçat és practicable amb GPS i molts dels trams, a més, estan senyalitzats.



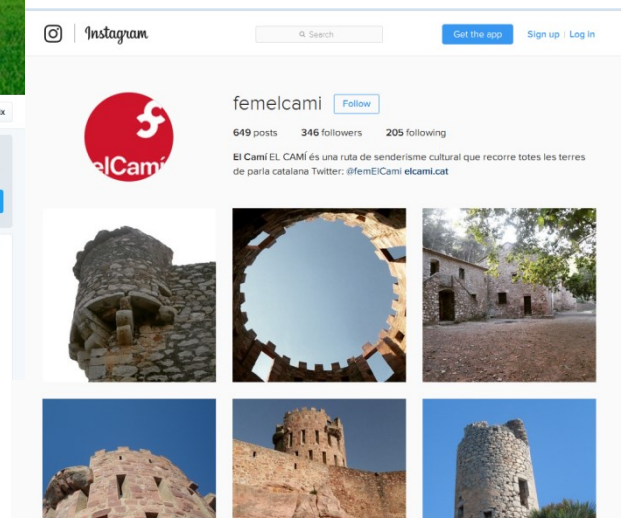
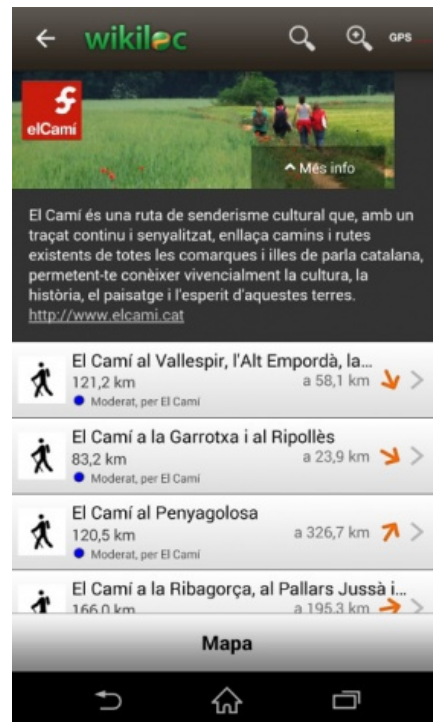
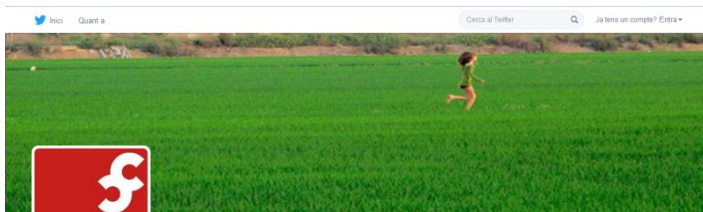
El recorregut consta de l'itinerari físic senyalitzat, de traces GPS disponibles al web i a les aplicacions mòbils d'El Camí i de Wikiloc, de mapes descarregables i d'itineraris consultables a les xarxes socials. A la pàgina web del projecte, s'hi pot consultar la descripció dels trams i dels municipis per on passa l'itinerari, a més d'una llarga col·lecció d'articles sobre el patrimoni cultural i natural dels punts de pas de la ruta, recollits a la Camipèdia (una enciclopèdia territorial oberta). Des de la pàgina web, també us podeu descarregar el carnet del caminant segellable.

El Camí en xifres

El Camí recorre més de 5.000 quilòmetres en 34 trams troncal i diversos trams branquals, a més de Rutes Temàtiques de diferents durades i graus de dificultat.

El projecte compta amb **més de 18.000 "amics d'El Camí"**, a més de **centenars de vetlladors** i col·laboradors voluntaris.

El web **elcami.cat** rep més de 45.000 visites anuals, amb més de 80.000 pàgines visualitzades.



1.2. Programa Camijove: els instituts vetlladors

Els **vetlladors/es** són les entitats, centres educatius, veïns i institucions de cada municipi que defineixen, senyalitzen i repassen un o dos cops a l'any una etapa del Camí. Poden afegir, a més, dels continguts de la guia (Campèdia) i dels punts d'interès que inclou aquella etapa que vetllen.



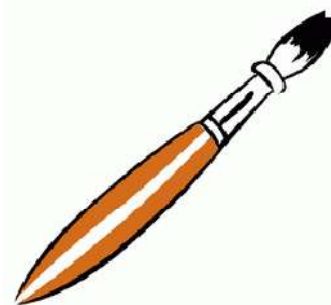
El Camí es divideix en **trams**, però podeu escollir l'etapa o etapes que vulgueu "vetllar" per raons de proximitat o de fàcil accés des de la vostra localitat.

El **Camijove** és el programa d'El Camí adreçat a infants i joves a partir de 12 anys que esdevinguin vetlladors del seu poble o ciutat. A través d'El Camí s'experimenten valors com el **treball en equip**, la **responsabilitat**, la **vocació de servei** i la **posada en valor del patrimoni de l'entorn més immediat**, entre d'altres.

1.3. L'activitat de senyalització: Formació teòrica i pràctica per part de l'Associació Pas

Des de l'associació Pas oferim una **jornada-sessió de formació** teòrico-pràctica per aprendre com es marca un camí sobre el terreny, i una **caminada de senyalització** d'un o diversos dies.

El treball col·laboratiu amb els instituts implica els joves en un projecte que els ajuda a valorar el patrimoni local, els fa prendre consciència de la importància del manteniment de l'entorn, i adquirir habilitats com el sentit de l'orientació, el treball en equip o la vocació de servei a la comunitat.



Els Centres educatius poden vincular-se al projecte responsabilitzant-se d'un tram de Camí. Aquesta "responsabilització", es tradueix en què el centre educatiu es converteix en centre "vetllador" d'El Camí i entra al programa Camijove, que es concreta en les següents activitats:

1. **Accés al material didàctic elaborat per l'entitat Pas- Amics del Camí.**
Material pedagògic al voltant de la senyalització de camins i criteris genèrics de senyalització, elaborat per l'Associació Pas-Amics d'El Camí.
2. **Formació.** El personal de l'entitat Pas-Amics d'El Camí realitza una xerrada informativa donant a conèixer el projecte i una formació teòrica-pràctica de les tasques a realitzar pels "vetlladors".
3. **Acord amb el centre del tram a vetllar,** concreció del traçat, debat de propostes noves i, si s'escau, modificació de la traça proposada. Concreció de mutu acord de la data de la realització de la sortida.

4. **Obtenció de permisos de senyalització** per part del centre educatiu per tal de poder realitzar l'activitat, assegurant que els beneficis del programa també repercuteixin al municipi.

5. **Jornada pràctica de senyalització.** El personal de l'entitat acompanya l'alumnat i el personal docent una part de la caminada de senyalització, en el marc de la qual es faran les marques del recorregut, seguint els criteris de senyalització d'El Camí, la formació rebuda, i el traçat acordat, mitjançant sistemes informàtics i cartogràfics i aplicacions especialitzades.



6. **Activitats a l'aula sobre la posada en valor del patrimoni local.** Mitjançant la **Camipèdia**, l'enciclopèdia col·laborativa de patrimoni nacional, tant cultural, com natural o social, l'alumnat té l'oportunitat de publicar a la xarxa articles relacionats amb els punts d'interès, el patrimoni cultural, el medi natural o la societat de la seva localitat (o tram que vetllen), que després romandran disponibles per a tots els usuaris d'El Camí i enriquiran l'atractiu turístic del seu municipi.

7. **Valoració de la participació.** El centre avaluarà la seva participació en el programa per tal de contribuir a la seva millora en noves edicions, mitjançant un qüestionari.

8. **Permanència del compromís.** Els centres mantenen el compromís de vetllar pel seu tram de Camí de manera que les noves generacions podran repetir l'experiència i enfortir la responsabilitat i el vincle entre el centre educatiu i la infraestructura de senderisme cultural El Camí, amb un enriquiment mutu.

Aspectes pedagògics de la proposta: valors i aprenentatges

La col·laboració dels Centres de Secundària amb el Programa Camijove té diverses vessants, però la més evident és segurament la d'èsser un **projecte de servei a la comunitat**. Mitjançant aquesta col·laboració, l'alumnat de secundària es fa càrrec de la responsabilitat de vetllar el seu tram de Camí, o el que és el mateix, d'ocupar-se del manteniment de la senyalització, i de fer-lo atractiu posant en valor el patrimoni local del seu municipi perquè els usuaris d'aquesta infraestructura puguin gaudir millor de la seva experiència senderista.



Treball en Equip En la formació impartida per part de l'associació, els joves es divideixen en grups de treball petits on es reparteixen les tasques i on la reflexió al voltant de la presa de decisions és col·laborativa en tot moment. Estem parlant d'una marca de senderisme que ja de per si és un projecte col·laboratiu, doncs no tindria raó de ser si no fos perquè els mateixos usuaris i vetlladors el fan possible.

Tots els **aprenentatges** dels quals l'alumnat és protagonista mitjançant aquest programa són **significatius**, ja que seran els que requerirà per tal de dur a terme amb èxit les tasques encomanades, que poden fer-se a diferents nivells, generant diferents graus d'aprenentatge adaptables a les particularitats dels grups de joves que hi participen. Així doncs la formació es pot adequar a sessions protagonitzades per aules d'acollida, o bé posar èmfasi en l'aspecte senderista de la sortida, com també els centres que busquen treballar àrees concretes del currículum (expressió escrita, recerca històrica local, etc).



D'entre les habilitats i aprenentatges que es poden treballar mitjançant el programa



Camijove, destaquen els relacionats amb la **geografia** i la **cartografia**, a través dels traçats, la interpretació del territori, dels mapes, el càlcul de distàncies i desnivells, així com la descàrrega de traçats en diferents formats i dispositius, i el seguiment i interpretació d'una traça gps sobre el

terreny.

Un altre àmbit a treballar és **l'orientació espacial** i les **direccionalitats**. A cada encreuament cal resoldre on situar els senyals i com situar-los.

Escollir les obertures adequades i els suports són dificultats afegides a la tasca de senyalització que l'alumnat haurà de resoldre sobre el terreny.



2. La Camipèdia: investigació activa de l'entorn

Treballar l'eix de **l'expressió escrita** i la **recerca del patrimoni local** és una de les tasques del programa més destacables. Amb l'atractiu de veure publicats els seus articles, els adolescents fan una recerca de posada en valor del patrimoni de la seva localitat, no només en l'àmbit cultural sinó també natural o social. Això dóna peu a activitats tan àmplies com la recuperació de llegendes i mites mitjançant entrevistes a gent gran del municipi, la recerca al voltant de les arrels de la localitat, a un treball d'investigació individual o en grup per part de l'alumnat que li farà descobrir que molt a prop d'ells hi ha elements de gran valor, i que val la pena mostrar als caminants. Així, seran els usuaris de la infraestructura d'El Camí els que, en fer ús de la ruta de senderisme, se sentiran atrets pels reclams turístics que hauran posat en valor els joves i tot plegat repercutirà en una millor valoració de l'experiència de visita a la localitat per part dels caminants.



[Entra](#) | [Registra't](#)

Select Language ▾



[El Projecte ▾](#)

[Camina'l ▾](#)

[Camipèdia](#)

[Participa ▾](#)

[Botiga](#)

[Novetats](#)

[Cròniques](#)

CELLER COOPERATIU DE CORNUDELLA DE MONTSANT

Dimarts, 16 maig, 2017

Ubicació:

[Cornudella de Montsant](#)

Temàtica:

[Patrimoni arquitectònic](#)

Font/Autor:

Text: Wikipedia Foto: By jorapa - Flickr: Celler Cooperatiu de Cornudella de Montsant, CC BY-SA 2.0,

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=16689216>

Text aportat per:

PAS



El Celler Cooperatiu de Cornudella de Montsant està situat a peu de carretera, a l'entrada del poble. Va ser construït entre 1919 i 1922 per l'arquitecte Cèsar Martinell i Brunet, per encàrrec del Sindicat Agrícola de Cornudella, que veia en aquest edifici un signe de prosperitat. Hi van actuar com a col·laboradors el tècnic enòleg Isidre Campllonch i l'especialista oleícola Emili Rovirosa

El celler de vi havia de tenir una capacitat per a 18.000 Hl i també hi havia d'haver un molí d'oli. El 1920, la Junta del Sindicat Agrícola, per temor que la cabuda prevista fos excessiva, va demanar a Martinell que reduís la capacitat a 11.000 Hl, però conservant la traça arquitectònica i tot allò inicial.

Cost de l'activitat

- Formació pertanyent al programa Camijove.....8€/alumne
(amb un mínim de 80€)
 - Sessió amb el formador de l'associació Pas-Amics d'El Camí
 - Sessió teòrica (senyalització + Camipèdia)
 - Caminada de senyalització

En cas de no disposar de fons, es pot parlar amb l'associació per considerar alternatives.

- Activitats de l'institut vetllador que ja no requereixin formació.....GRATUÏT
 - Repàs de la senyalització
 - Opció de publicar articles a la Camipèdia

3. Colònies de 2 i 3 dies a l'alberg rural El Negre



El mas El Negre es troba en un entorn de natura prepirinenca excepcional amb cingles, feixes i una riera amb gorgs.

Datat del s. XIV o anterior, s'ha rehabilitat col·laborativament respectant el seu estil. Es troba arrecerat per la Serra Cavallera. La finca té 68 hectàrees i se situa en un terreny de bosc i pastura envoltat de feixes i cingles. Us sorprendrà la bellesa natural de l'entorn.



Des d'El Negre es poden fer **excursions i passejades**, visitar el romànic del segle X i XI, i admirar vistes de tribuna des de pics com el Taga o Sant Amand.

La Fundació Vidabona l'ha adquirit i rehabilitat i hi difon activitats de creixement personal i col·lectiu i llegats com el de Xirinacs o Gandhi.



Dins la casa s'hi poden allotjar fins a **26 persones**, distribuïdes en habitacions de 6, 4 i 2 persones.



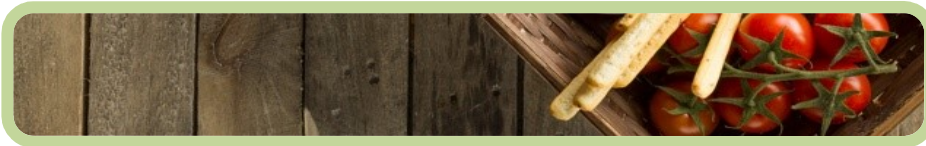
La sala-refugi annexa a la casa consta de **10 places** addicionals per dormir en format refugi.



També es pot **acampar** a les feixes del voltant del mas.

La casa disposa de tres **menjadors** amb **46** places, un menjador annex de **12** places i la possibilitat d'ampliar espai fent ús del terrat i de les taules exteriors.

Compta amb una **sala** de fusta i pedra de 40 m2, una sala d'estar de 25 m2 i un **terrat** amb vistes a la vall.



El **servei de restaurant ofereix una cuina casolana** per llepar-se els dits. Podreu demanar pel menú prèviament i plantejar canvis, així com comunicar especificitats alimentàries.



Els **programes d'activitats** integren de forma harmònica la convivència, la immersió en els boscos, salts i gorgs de la riera del Negre, un bri d'aventura i, especialment, uns valors avui escassos i al mateix temps vitals: facilitar l'experiència d'aprendre l'art del diàleg i l'acord per consens i de connectar amb els propis dons i vocacions, que al capdavall són els que ens permetran sentir-nos plens i realitzats al llarg del camí vital de cadascú.

L'enfocament de les colònies és bàsicament vivencial i obert; si bé s'inspira en els mites ancestrals de la zona i en referents com Xirinacs o Ramon Llull, com veureu al programa, no conté cap mena de doctrina.

Per les colònies que organitzem durant el curs, pensades per a tres dies i dues nits, proposem **3 possibles programes** (si bé adaptables a les vostres necessitats):

El meu camí: educació emocional, desenvolupament personal i natural amb un bri d'aventura. Treballem valors com l'autoconeixement, el sentiment de pertinença a una comunitat humana més ample, i la descoberta dels propis dons i vocacions.

El gran acord: tractem els valors del diàleg, l'escolta i la prevenció de conflictes. L'art del consens ens permet transformar les pautes de funcionament del món actual. Coneixerem la filosofia i els cinc graons pràctics de l'acció no violenta amb referents com Gandhi i Xirinacs.

Els mites del Ripollès: natura i cultura convergeixen per conèixer des del propi territori la història i els mites nacionals i universals.

També es pot optar pel format d'una combinació dels tres programes, fent un taller de diàleg i consens i un de vocació i plenitud, lligat a l'entorn i mites del Ripollès.

Per a més informació sobre les colònies visiteu la **pàgina** d'El Negre:

<http://www.elnegre.cat/colonies/>



4. Tallers als centres educatius

TALLER DE DIÀLEG I CONSENS | A PARTIR 7 ANYS



Objectius: Aprendre què és el diàleg i el consens.

Saber escoltar i expressar el que volem.

Aprendre a decidir qüestions col·lectives sense necessitat de votar. Si no hi ha guanyadors ni perdedors i ens posem d'acord, tots hi guanyem molt més.

Aprendre l'art del consens és un canvi de mentalitat que transformarà l'actual funcionament del món; és la base d'una **democràcia participativa** que ens beneficia a tots.

L'interès d'aquesta eina i la bona acollida arreu on es practica rau en que el necessari **diàleg i consens** s'aprèn des de la pràctica, amb una prèvia introducció teòrica a conceptes clau com el diàleg, les comunitats a les que pertanyem, el consens, el bé comú, etc. El taller està donant resultats sorprenents, amb canvis d'**actitud** i de **consciència** individuals i col·lectius i també en la relació amb el professorat.

Cost:

És una **eina** que els mateixos mestres poden aplicar directament sense dificultats. En cas que preferiu que us l'imparteixi la nostra associació, té un cost per cobrir la dedicació de la persona que imparteix el taller de 110 euros + desplaçament.

Podeu veure'n una mostra al youtube: <https://youtu.be/DvoyhLestmY>

i al menú ACTIVITATS de www.elnegre.cat



TALLER DE VOCACIÓ I PLENITUD | A PARTIR

10-12 ANYS

Objectiu: De forma amena i creativa, explorarem quin pot ser el nostre camí vital a fi de sentir-nos plens i realitzats com a persones, satisfets amb les nostres vides. Per fer-ho, caldrà primer desfer-nos de les pors que ens impedeixen ser plenament lliures, conèixer les nostres habilitats innates i desenvolupar habilitats com la confiança, l'escolta, i sentir-nos part de la societat i humanitat per aportar-hi el nostre fruit.

Valors que treballem:

L'autoconeixement o "coneixement interior".

L'enfortiment personal: superem les pors que ens impedeixen desplegar-nos plenament com a persones.

El sentiment de pertinença a comunitats humanes més enllà de nosaltres mateixos i al planeta sencer. La nostra dimensió col·lectiva i universal.

L'escolta dels propis dons i vocació. El nostre camí vital i professional per sentir-nos plens i realitzats; gaudim donant el millor de nosaltres a la nostra societat.

Cost: 110 euros + desplaçament.

La **durada** dels tallers als centres educatius acostumen a fer-se en una sessió de dues hores.

5. Formació del professorat i monitors



Formació per a professors dels tallers de: *DIÀLEG I CONSENS* i *VOCACIÓ I PLENITUD.*

A més d'oferir-los als petits i joves, també els valorem de manera molt significativa dins la **formació per al professorat.**

Durant el taller, s'ensenyen eines pedagògiques que el professorat podrà integrar fàcilment tant dins l'àmbit laboral com el personal.

Allò que és viu dins el mestre arriba a l'alumnat, com allò que és viu en l'alumnat arriba al mestre. La relació entre mestre i estudiants és un **espai** de comunió i de vida, orgànic, que esdevé qualitatiu quan es comparteixen i es creen vincles i aprenentatges des del diàleg, el consens, la no-violència i l'autoestima. Quan flueix, genera un sentiment de pertinença integrador, participatiu i evocador d'un creixement personal i col·lectiu.

La **relació** entre els adults també es forja dia a dia dins el claustre de mestres. Crear en conjunt, establir relacions saludables i enriquidores, i donar fruit com a llavor que som, són la base d'un benestar que neix i creix a voluntat i decisió dels integrants d'un col·lectiu.

Cost: El preu d'aquests tallers és de 110 euros + el desplaçament al centre educatiu o més el cost de l'estada en cas de fer-se al mas El Negre.



6. Colònies d'estiu per a grups d'educació en el lleure

Dins el marc de les colònies que us proposem des de l'associació Pas-Amics del Camí, oferim una intervenció puntual nostra per a donar els tallers de:

Diàleg i Consens

Vocació i Plenitud

Podeu triar de fer-ne un de sol o tots dos.

Cost:

8 euros x nen/a amb un mínim de 80 euros per taller (si escolliu fer només un taller)

10 euros x nen/a amb un mínim de 120 euros pels dos tallers (si trieu fer-ne els dos)

En cas de necessitar-ho els preus poden ajustar-se a les necessitats de cada grup.

La resta d'activitats proposades les podeu gestionar i organitzar vosaltres pel vostre compte.

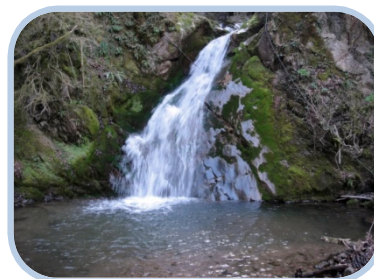
Per a més informació sobre les colònies visiteu la **pàgina** d'El Negre:

<http://www.elnegre.cat/colonies/>



7. Colònies d'estiu de la Fundació Vidabona a l'alberg rural El Negre

El programa d'**estiu** combina molta natura amb un seguit d'activitats i propostes: banys a la riera, passejades per rouredes i fagedes, aprenentatge de l'art de posar-nos d'acord en grups amb una pràctica de diàleg i consens, i un taller per explorar els propis dons, conèixer el nostre subjecte i atrevir-nos a dibuixar el nostre camí de realització personal.



L'equip de monitors us esperarà al mas El Negre per donar-vos la benvinguda.

El programa d'**activitats** inclou dos dies sencers i un tercer fins al migdia.

Durant el **temps lliure** d'activitat espontània els grups són acompanyats pels monitors.



És un espai de temps idoni per a fer **jocs** com trencaclosques, joc de fustes Cable, dibuix lliure o sobre històries viscudes, lectura, paper gros, herbari (recull de fulles enganxades en cartolina, o col·lage amb plantes i colors), etc..

Es dedica també una estona a practicar el diàleg i consens, tot obrint el tema: "Què farem junts a l'estona lliure de la tarda?"

Aquí teniu un horari orientatiu de les activitats

Primer dia

Segon dia

Tercer dia

	09:00 Esmorzar	09:00 Esmorzar
10:30 Benvinguda	09:45 loga matinal	09:45 loga matinal
12:00 Ens instal·lem	10:45 Taller diàleg i consens	10:15 Taller vocació i plenitud Joc simbòlic del dolmen i la matriu.
12:45 Rentar mans	12:45 Rentar mans	12:45 Rentar mans
13:00 Dinar	13:00 Dinar	13:00 Dinar
14:00 Temps lliure, temps d'activitat espontània	14:00 Temps lliure, temps d'activitat espontània	14:00 Cloenda
15:00 Activitat: coneixem-nos nosaltres i l'entorn	15:00 Bany de tarda	15:00 Comiat
16:30 Berenar	16:30 Berenar	
17:00 Bany de tarda	17:00 Jocs + Assemblea de portaveus	
18:30 Volta petita: fer art o piles de pedres x separat i una de conjunta (consens)	18:30 Temps lliure, temps d'activitat espontània	
19:45 Rentar mans	19:45 Rentar mans	
20:00 Sopar	20:00 Sopar	
21:00 Activitat de nit/ Massatge sonor, explorant la veu	21:00 Activitat de nit: cantem!	
22:30 Bona nit	22:30 Bona nit	

Aquest programa es pot allargar fins a 5 o 6 dies.

Activitats:

Taller de diàleg i consens.

Farem pràctiques sobre com decidir conjuntament en petits grups algun tema que ens afecti a tots.

Després ho posarem en comú per al consens general a través dels portaveus que cada grup ha designat perquè transmeti els seus acords.

Joc de cooperació.

Farem un joc cooperatiu per veure que, en molts casos, entre tots assolim i guanyem molt més que competint individualment.

Nosaltres dibuixem la nostra vida: introducció al que pot ser el nostre camí vital sense buscar només l'aspecte material, sinó que també ens pugui regalar el sentir-nos realitzats. El dibuixarem.

La confiança és clau per deixar florir els nostres dons: ens deixarem guiar per un altre.

Els mites del Ripollès ens parlen ara: el Comte Arnau, Guifré el Pelós, L'Amic i l'Amat (Ramon Llull), la Vidabona (Xirinacs), Núria (fertilitat) i Montgrony (alletament), la llegenda de Sant Martí (antic patró de Catalunya). Representació escènica: escollim un mite per equips i el representem.

Explorem el silenci: fem-nos amics del silenci, un aliat que ens pot ajudar a escoltar-nos i a escoltar. Breu pràctica de meditació guiada i de contemplació de la natura.

Llancem les pors: passejada fins la riera; llencem-hi tot allò sobrer. Visitem el "dolmen" i el gorg de "la matriu."

Les llumetes en la nit: fins i tot en la nit podem trobar senyals que ens guien. L'estel Polar. Passejada nocturna.



Excursió d'un dia: visitem el santuari en runes de Vidabona (pícnic).

Aventura: remuntarem un tros de la riera per dins, la seva llera i els seus gorgs, tant si hi baixa aigua com si no la passejada resulta fascinant.

El nostre fruit. Moment de ioga: som un arbre (assana).

Expressió corporal en moviment i estàtica: deixem que la música ens mogui des de dins, sense esforç. Triem cadascú una postura que expressi que ens obrim a la confiança.

Cantem! cants i cançons amb contingut.

Compartir ens enriqueix. Aprenuem a expressar i a escoltar. Expressió emocional: espais per posar en comú les vivències i inspiracions sorgides.

Per a més informació visiteu la web d'El Negre <https://www.elnegre.cat/>

Preus pels 3 dies, tot inclòs:

135 € infants (fins a 16 anys)

150€ adults

Reserves:

fvidabona@elnegre.cat



Un espai per a vosaltres, de retrobament i de convivència.

Un lloc privilegiat, amb una natura inspiradora i renovadora.

Un temps per deixar-vos sentir i experimentar.

Joc i descans, moviment i presència.

Si voleu gaudir d'un acollidor alberg entre muntanyes, de la solitud i de la companyia, d'espais singulars i d'un menjar casolà exquisit...

Si sou dels qui us agrada endinsar-vos en la descoberta d'un mateix i aprofundir en la interiorització, si us agrada viure el silenci, l'emoció, la respiració, el diàleg, les sensacions...

Aquestes colònies estan fetes per a vosaltres!

