

**PROGRAMA MAX A ESCENA**



# **SORTIM O QUÈ?**



**GUIA DIDÀCTICA PER TREBALLAR  
ELS CONTINGUTS DE L'OBRA DE TEATRE**

LA PAERIA



**Ajuntament de Lleida**



**Autores:**

Marta Escolà Seró i Marta Capdevila Ros

**Disseny:**

Estudi Nix

**Il·lustracions:**

Maria Torres Bergadà

# PRESENTAGIÓ

Benvolguts,  
Benvolgudes,

Ens plau presentar-vos la guia didàctica que acompanya l'espectacle **Sortim o què?**. Aquesta guia incorpora tota la informació i tots els materials necessaris per aprofundir en els continguts de l'obra de teatre.

Hi trobareu algunes activitats per fer amb els nois i noies que han vist l'obra, així com algunes indicacions que us poden ajudar a treure-li suc i a animar a reflexionar sobre els temes que hi apareixen. Aquest document només és una proposta i, per tant, podeu fer servir, descartar o modificar lliurement tot el que hi trobeu i complementar-ho amb les idees que tingueu i amb la vostra experiència professional.

**El projecte Max** és un dels nostres projectes més emblemàtics. Amb més de 25 anys de trajectòria i amb el reconeixement tant de la comunitat educativa de Lleida com d'institucions internacionals, ha estat reconegut com a bona pràctica per la Fundació Pi i Sunyer.

Estem segures que l'èxit d'aquest projecte rau en el fet que és un producte fet des del territori i per al territori i

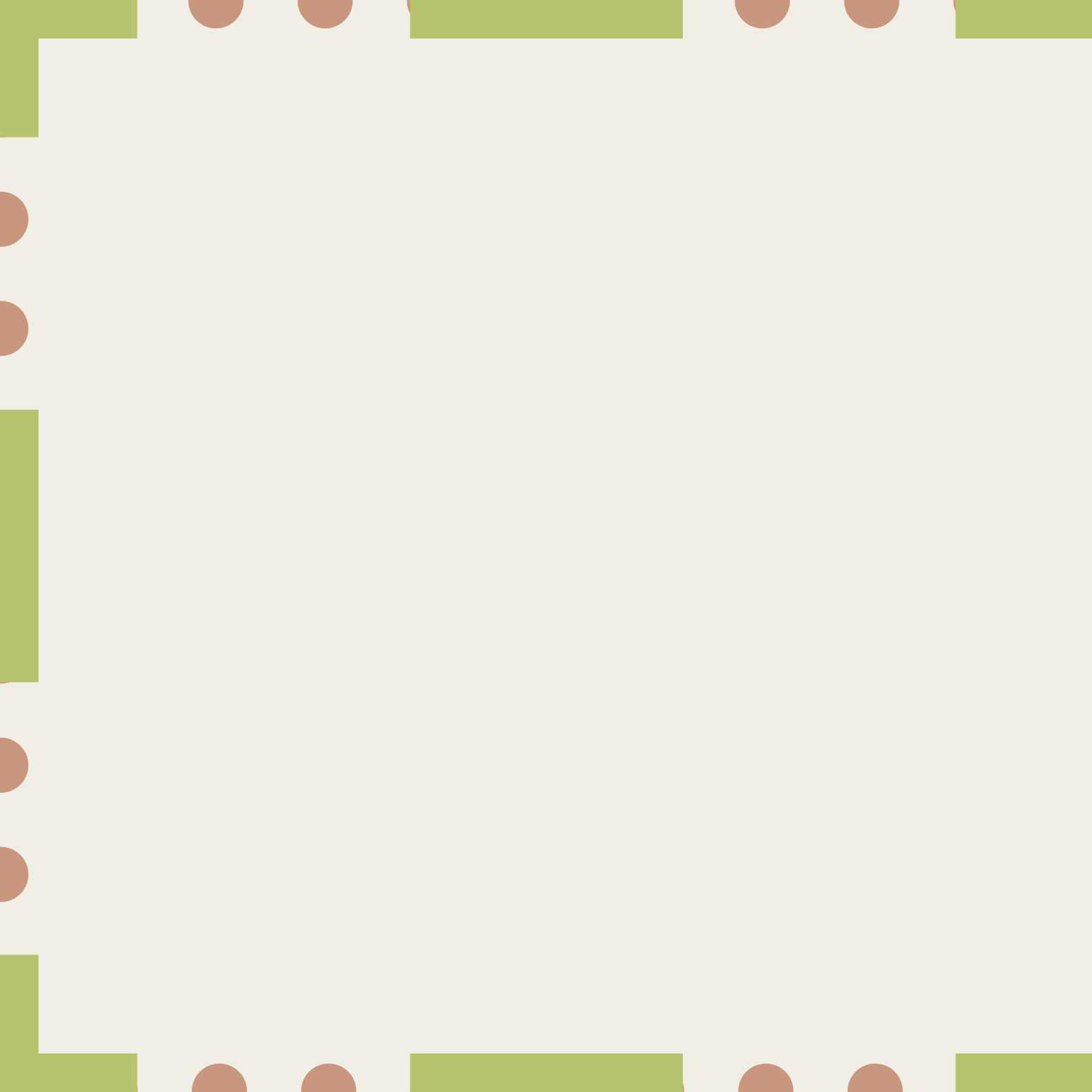
està creat des del coneixement de la realitat local i basat en l'evidència científica que mostra quines estratègies són realment efectives en prevenció. Ha comptat des de sempre amb la participació multidisciplinària, tant del jovent, autèntic protagonista, com de les persones adultes que l'acompanyen: família, professorat i altres referents educatius.

Us reiterem l'agraïment per la participació, any rere any, en aquest projecte i en altres que us proposem des de l'Àrea de prevenció i intervenció en addiccions. Ja sabeu el valor que donem a la tasca de les persones que eduquen, no només com a transmissores de coneixements, sinó especialment acompanyant les trajectòries de vida adolescents. Sense el vostre compromís, cap dels objectius que ens proposem s'assoliria.

Restem a la vostra disposició per col·laborar i donar el màxim suport no només a aquest programa, sinó a qualsevol de les iniciatives que sorgeixen del treball compartit.

**Marta Escolà i Marta Capdevila**

Tècniques de l'Àrea de prevenció i intervenció en addiccions  
Ajuntament de Lleida



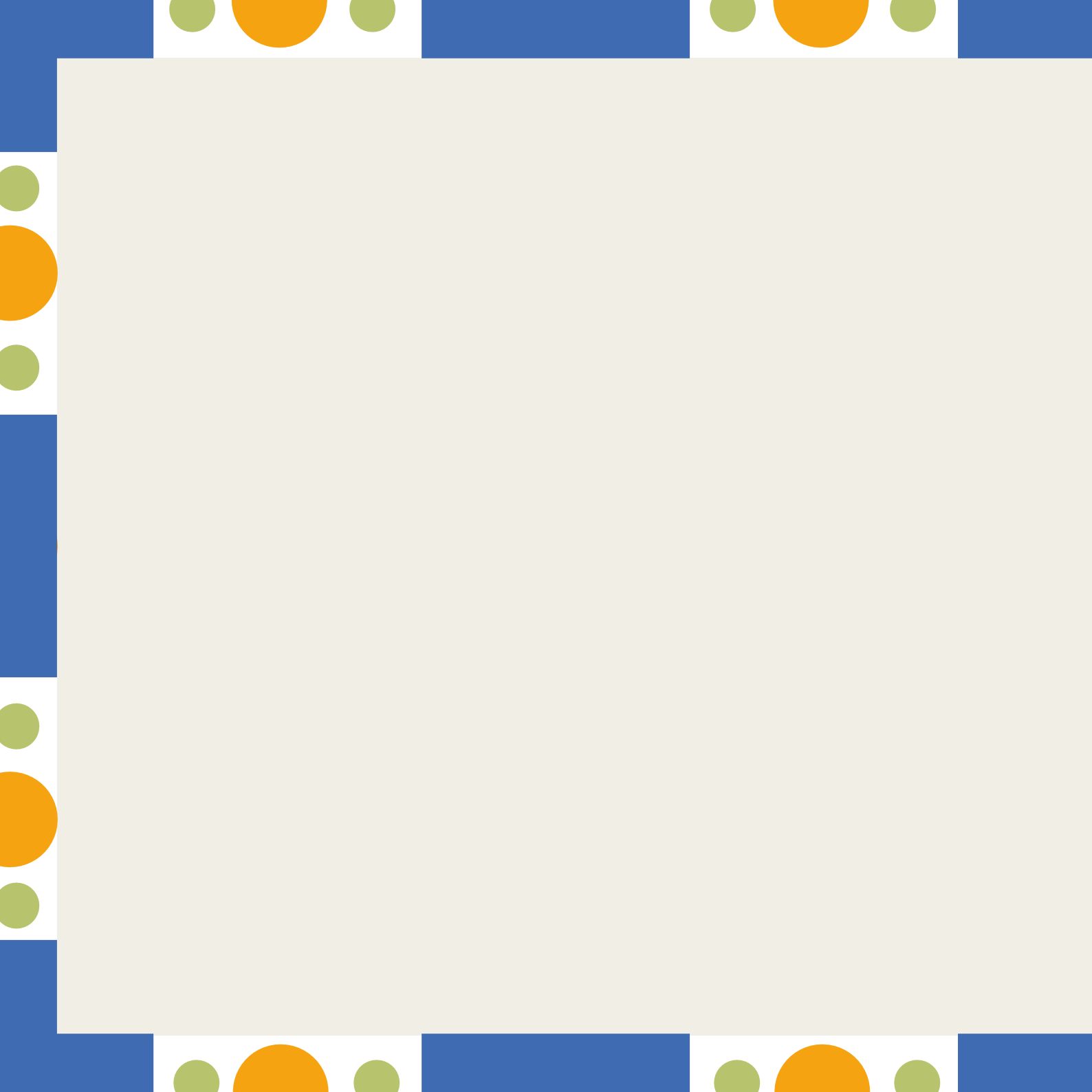
# OBJECTIUS

## GENERALS

- Possibilitar la **reflexió i presa de consciència** envers el model social de consum de drogues mitjançant la creació d'espais de debat propers i motivadors per als nois i noies adolescents.
- Reforçar els **espais d'intercanvi d'idees** entre joves i persones adultes.
- Promoure els **factors de protecció individuals i grupals** davant situacions de risc.

## ESPECÍFICS

- Reflexionar sobre l'ús del propi temps lliure i potenciar la capacitat de generar **alternatives d'oci** saludable, creatiu, actiu, educatiu i socialitzador.
- Reconèixer la **influència, tant negativa com positiva, del grup d'iguals**.
- Valorar positivament les **decisiones personals** preses, aprendre a assumir-ne les conseqüències i a respectar les diferències individuals.
- Reconèixer els factors **d'influència social** envers el consum de drogues i promoure **l'esperit crític**.
- Ajudar a respondre davant una situació conflictiva amb un major nombre d'**alternatives**.
- Potenciar el **rol protector de les famílies** durant l'etapa adolescent.
- Donar **informació objectiva sobre les situacions de risc** associades a l'ús i abús de drogues i pantalles.
- Potenciar les actituds de presa de decisions i el fet de **posar-se límits**.
- Descobrir els **recursos** que hi ha a la ciutat de Lleida adreçats a joves en matèria de drogues, joventut i oci.



# METODOLOGIA

## ELS NIVELLS D'INTERVENCIÓ EN AQUEST PROJECTE SÓN DOS: EL GRUPAL I L'INDIVIDUAL.

### NIVELL GRUPAL

Les activitats es realitzen a nivell **grupal**. Aquest fet permet escoltar altres opinions i donar la pròpia, aprofitant el valor socialitzador del grup a través de la reflexió i el debat conjunt. L'eina del teatre permet garantir cert anonimat en aquesta part grupal, ja que es demana als nois i noies que opinin sobre què ha passat damunt de l'escenari i no sobre què fa cada persona. El que interessa és parlar de què sent, pensa, diu i fa el jovent en general, i sobretot que es verbalitzi perquè ho senten, ho pensen, ho diuen i ho fan.

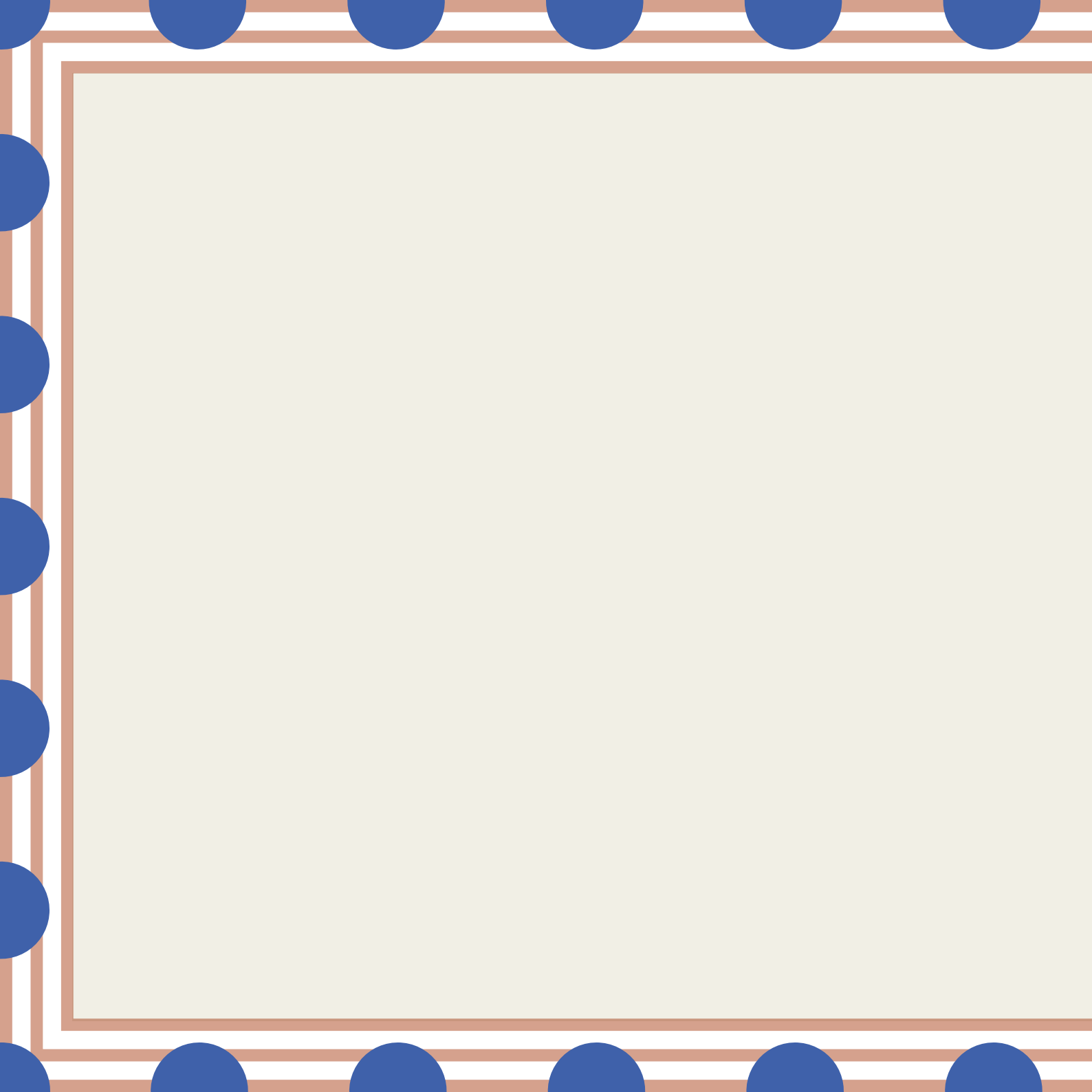
A més a més, el fet que no s'hagi de parlar d'experiències personals propicia la **participació** dels nois i noies. Aquesta participació es potencia encara més pel fet que es plantegen situacions quotidianes amb les quals es poden identificar. El procés d'aprenentatge parteix dels elements aportats pel grup d'iguals.

La prevenció és més efectiva si es treballa d'una manera lúdica i motivadora, ja que així s'impliquen més en tot el procés. La persona educadora juga un paper secundari, el protagonisme el tenen els nois i noies, ja que s'intenta que siguin ells i elles els qui treguin els temes que més els interessin, els dubtes que tenen... i la funció de la persona educadora és la de reconduir la situació, si s'escau.

### NIVELL INDIVIDUAL

A nivell **individual**, es pretén que la dinàmica de treball parteixi de la reflexió personal abans de començar el debat en grup. Després del treball grupal es torna a demanar que es prengui consciència individualment. "Què he après?" és una pregunta que podem animar a que es facin.

També és important prestar atenció per atendre especialment els nois i noies que plantegen qualsevol demanda específica d'informació o orientació sobre temes relacionats amb la salut, el consum de drogues, les relacions afectivosexuals o altres. A través de la intervenció de la persona educadora o la derivació a professionals especialitzades.





# EL PAPER DE LA PERSONA EDUCADORA EN EL PROYECTO

Els nois i noies adolescents estan envoltats d'informació i de persones que els parlen de les drogues (la televisió, les amistats, la premsa, internet...) però moltes vegades aquesta informació no és real, està esbiaixada o no inclou aspectes educatius ni de reflexió.

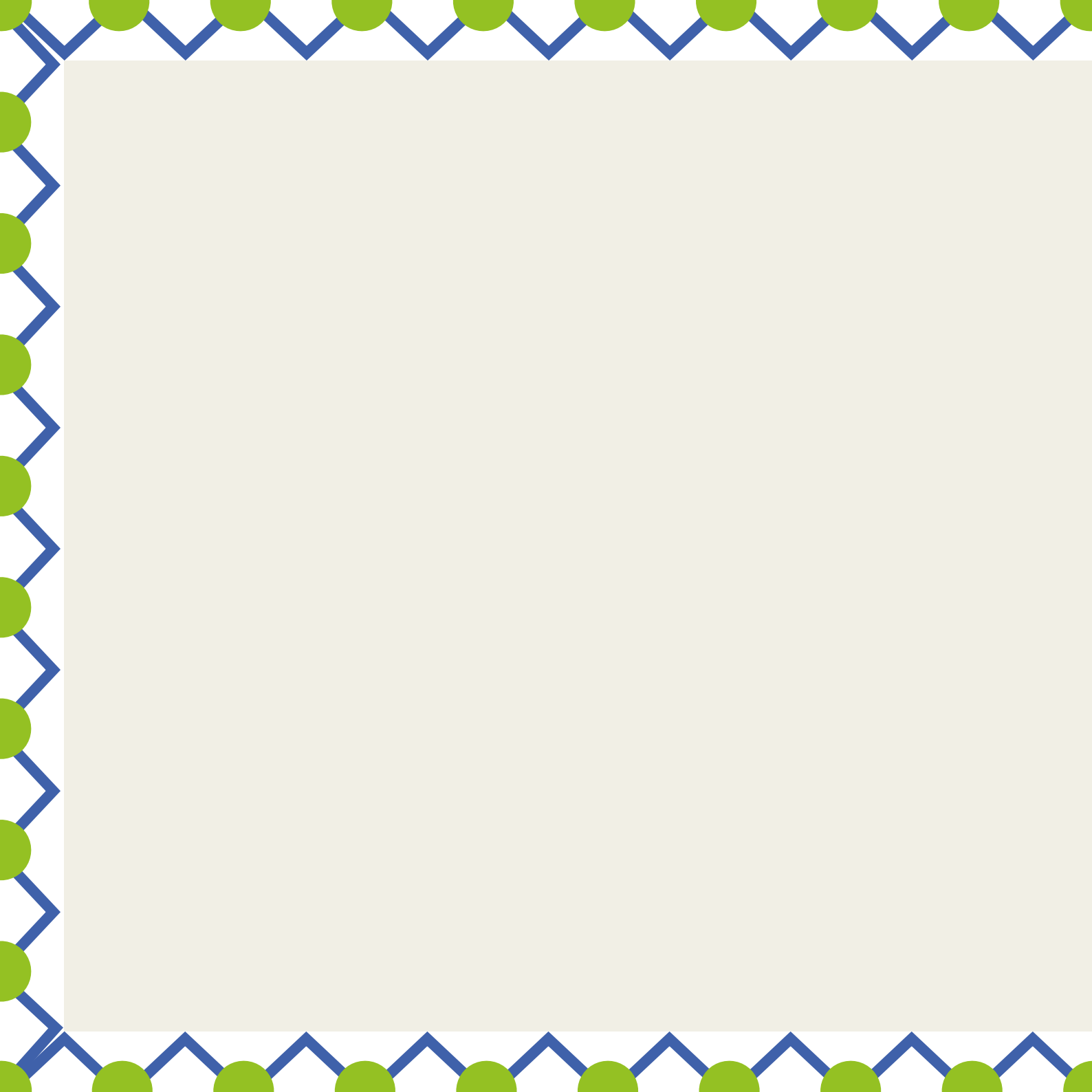
Els diferents espais educatius són llocs privilegiats per abordar aquests temes amb el jovent i les persones educadores tenen un paper important a l'hora de potenciar hàbits saludables i fer prevenció de l'abús de drogues. Hi ha nois i noies que no tenen possibilitat de parlar d'aquests temes amb cap altra persona adulta. Tenir un educador o educadora que tracti aquests temes ajuda a establir lligams de confiança amb els nois i noies i aquesta figura pot convertir-se en un referent davant una situació de dificultat.

Per fer-ho, no cal que les persones educadores siguin expertes en matèria de drogodependències. La prevenció va molt més enllà de la transmissió de pura informació. La tasca de qui educa tindria més a veure amb la convivència diària amb el jovent i amb la coeducació que porten a terme conjuntament amb les famílies i que pretén transmetre, a part de coneixements, també actituds, valors, habilitats, conductes...

Si concretem una mica, podríem destacar dos funcions clau de les persones educadores en matèria de prevenció. Per una banda, **afavorir el diàleg** entre el grup de noies i noies i també amb les persones adultes. La persona educadora ha de generar un espai de debat, en el qual es pugui parlar obertament i on totes les persones puguin expressar-se lliurement, sense sentir-se coaccionades per les opinions de les altres persones.

Per altra banda, **facilitar l'accés del jovent a la informació i als recursos de prevenció**. La persona educadora hauria de tenir unes nocions generals sobre el tema, no tant per respondre dubtes, sinó per conduir el debat i per tal d'ajudar a fer una recerca activa de la informació necessària. Sí que seria interessant que conegui els recursos de què disposa la ciutat per poder derivar els nois i noies en casos de dubtes o situacions que no pugui resoldre individualment.

La persona educadora esdevé conductora de diferents dinàmiques de grup en què s'anirà donant aquest diàleg i traspàs d'informació. Tot això per tal que els nois i nois adolescents puguin reflexionar i plantejar-se alternatives de comportament el més saludables possible.



# ESTRATÈGIES PER CONDUIR UN DEBAT SOBRE DROGUES AMB JOVES

- És recomanable donar a l'activitat l'espai que es mereix. Explicar al grup què farem, deixar de banda altres temes no vinculats amb l'activitat, crear un clima de tranquil·litat, cert misteri, que deixi clar que el que estem a punt de fer és important i propiciar la motivació dels nois i noies, que comença per la motivació de la persona educadora.
- Seria útil disposar d'un guió amb els temes o les idees que és important fer sortir, així com algunes preguntes per llançar al grup si en algun moment s'encalla o comença a divagar.
- Utilitzar dinàmiques que combinin el treball en subgrup i la posada en comú facilita que es pugui mantenir l'atenció.
- Treballar en subgrups dins del grup de joves afavoreix la participació. Que apareguin opinions diferents dins el grup permetrà reforçar els posicionaments més saludables i qüestionar els que no ho són tant.
- És important que totes les persones del grup puguin expressar la seva opinió. Qui modera s'ha d'encarregar de vetllar perquè hi hagi un clima de respecte envers totes les opinions (promovent el respecte malgrat que no s'hi estigui d'acord) així com de repartir els torns de paraula i evitar que cap persona monopolitzi el debat.
- Per generar un ambient de confiança es pot insistir que no cal parlar d'experiències pròpies, i que allò de què es parlarà només pertany al grup, això facilitarà més sinceritat en l'exposició de les opinions i posicionaments individuals.
- Si es vol promoure un canvi de comportament, la informació és necessària, però no suficient. També caldrà treballar els factors que influeixen aquella conducta.
- Cal reforçar els missatges positius cap a la salut i no fer un gra massa dels negatius. Ser alarmista sobre els efectes de les drogues fa que el discurs perdi credibilitat. És més efectiu plantejar conseqüències negatives immediates i relacionades amb l'experiència pròpia de l'edat que no pas efectes a llarg termini.
- En acabar l'activitat, cal que es faci un resum de les idees principals i les conclusions assolides. Pot fer-lo la persona educadora o es pot demanar a algun noi o noia que el faci.
- Malgrat que la dinàmica de treball giri entorn del treball en grup cal demanar una reflexió individual prèvia i posterior al treball grupal. És molt important partir i finalitzar amb una presa de consciència des de cada jove, això genera més efectivitat en els aprenentatges.
- L'experiència de 25 anys de trajectòria del projecte ha mostrat que donar el temps i l'espai al jovent per debatre sobre aquests temes dona el seu fruit. Confia en tu, gaudeix de l'activitat i deixa't sorprendre pel grup de nois i noies que tens la sort d'acompanyar!
- Confia en tu, gaudeix de l'activitat i deixa't sorprendre pel grup de nois i noies que tens la sort d'acompanyar!

## ACTIVITAT 1:

# TEATRE FÒRUM

**OBJECTIU:** Analitzar l'obra de teatre i reflexionar sobre el fet de ser jove avui en dia.

### Tipus d'activitat

Criticoreflexiva

### Continguts específics de l'activitat

Les opinions, les experiències i les actituds de les persones joves respecte al temps lliure, el cap de setmana, els espais de marxa i la diversió. L'inici de consums de drogues, la falsa sensació de control i els riscos associats. La pressió social cap al consum i les decisions personals. La relació amb les persones adultes, les relacions amb el grup d'amics i amigues i les primeres relacions de parella.

### Temporalització

Mínim 1 sessió d'una hora

### Metodologia

Treball en petit grup i posada en comú

### Descripció i desenvolupament de l'activitat

Prèviament al treball grupal es demana a cada jove que

dediqui uns instants a pensar individualment que vol aportar al grup sobre aquests temes.

Iniciem l'activitat fent grups de 5-6 persones. A cada grup se li assigna una escena de l'obra de teatre (es poden escollir les escenes en funció dels temes que més interressi tractar al jovent o a la persona educadora). La persona educadora repartirà la fitxa 1 a cada grup, que omplirà a partir de l'anàlisi que faci l'escena.

Un cop feta la feina per grups es farà una posada en comú reflexionant sobre si els nois i noies que apareixen a l'obra reflecteixen el jovent d'avui en dia i si les situacions en què es troben els personatges són comunes actualment. Es parlarà també sobre com s'acostumen a resoldre, a la vida real, les situacions que apareixen a escena, prestant especial atenció a aquells temes esmentats als *continguts específics de l'activitat*.

Al finalitzar l'activitat és important deixar uns minuts de reflexió individual sobre el que s'ha après.

### Recursos

Humans: persona educadora

Materials: fitxa 1 per cada grup i diàlegs de l'obra

# Fitxa 1

El que ens ha agradat més d'aquesta escena és.....

Per què?.....

El que ens ha agradat menys d'aquesta escena és .....

Per què?.....

Què té a veure aquesta escena amb les drogues?.....

Als nois i noies d'avui en dia els passen coses com les que passen en aquesta escena?

Els nois i noies d'avui en dia resoldrien la situació tal com ho han fet els personatges de l'obra?

Resumiu el missatge que dona l'escena en una frase tipus eslògan publicitari

## ACTIVITAT 2:

# UN ALTRE FINAL ÉS POSSIBLE

**OBJECTIU:** Aprendre a generar alternatives de resposta davant una situació. Responsabilitzar els nois i les noies de les conseqüències de les seves decisions.

### Tipus d'activitat

Preses de decisions i/o teatral

### Continguts específics de l'activitat

Plantejar alternatives de comportament i fer un exercici de presa de decisions.

### Temporalització

2 sessions d'una hora

### Metodologia

Treball en petit grup, dramatització i debat

### Descripció i desenvolupament de l'activitat

Prèviament al treball grupal es demana a cada jove que dediqui uns instants a pensar individualment que vol aportar al grup sobre aquests temes.

Es comença l'activitat fent grups de 4 o 5 persones. A cada grup se li assigna una de les escenes de l'obra per tal que pensi possibles finals alternatius a aquesta escena, valorant les conseqüències positives i negatives de cadascun d'aquests finals. Finalment hauran de triar el "millor" final possible, que serà aquell que porti més beneficis i menys problemes. Posteriorment serà debatut amb tot el grup.

Si es desitja, es pot proposar preparar una petita dramatització d'aquest nou final escrivint uns diàlegs nous.

Al finalitzar l'activitat és important deixar uns minuts de reflexió individual sobre el que s'ha après.

### Recursos

Humans: persona educadora

Materials: fitxa 2 per cada grup i diàlegs de les escenes

## Fitxa 2

1. .... ..... ..... .....	Aspectes positius	Aspectes negatius
2. .... ..... ..... .....		
3. .... ..... ..... .....		
4. .... ..... ..... .....		
5. .... ..... ..... .....		

Final escollit i motiu per què s'ha escollit

## ACTIVITAT 3:

# PSICOCONSULTA

**OBJECTIU:** Potenciar el paper positiu del grup d'amics i amigues com a persones que poden detectar una situació de problema d'alguna persona del grup i poden donar-li suport.

### Tipus d'activitat

Vivencial

### continguts específics de l'activitat

Els amics i amigues com a persones capaces de donar un cop de mà a una persona del grup que està passant per dificultats. Recursos de la ciutat en matèria de prevenció i joves. Conseqüències personals, familiars i socials del consum de drogues.

### Temporalització

2 sessions d' una hora

### Metodologia

Treball per parelles i joc de rol

### Descripció i desenvolupament de l'activitat

Prèviament al treball grupal es demana a cada jove que dediqui uns instants a pensar individualment que vol aportar al grup sobre aquests temes.

A l'obra de teatre, la colla d'amics i amigues està preocupada per la Mireia que últimament *desfesa* una mica quan surt de festa i sembla que està malament per algun motiu. També està preocupada per l'Andreu que fuma molts porros i està ratllat amb els estudis i la seva família i pel Xixo que està empanat amb les pantalles. L'activitat consisteix a plantejar com es podria ajudar la Mireia, l'Andreu o el Xixo si fóssim amics o amigues seus per, al final, reflexionar sobre com es pot ajudar una persona propera quan està vivint una situació personal de dificultat.

Es divideix al grup en parelles. Una persona de la parella s'ha de posar al paper de la Mireia, l'Andreu o el Xixo i l'altra al paper d'un dels seus amics o amigues. Han de representar una conversa entre les dos persones en la qual l'amic o amiga intenta ser d'ajuda, intentant que la Mireia, l'Andreu o el Xixo prenguin consciència de les conseqüències que està tenint la seva conducta, ajudant-los a reflexionar sobre les causes que els estan portant a sentir-se i comportar-se així, i alhora oferint-se per donar-los suport i buscar maneres de superar les dificultats.

Les parelles tindran una estona per preparar individualment el que volen dir i quina actitud pensen que han de tenir (fitxes 3.1 i 3.2).

Un cop realitzades les representacions, és important recollir com s'han sentit per tal d'arribar a la conclusió de quina ha estat la manera d'enfocar el tema i l'actitud que més ha ajudat la Mireia, l'Andreu o el Xixo. Es pot tancar l'activitat reflexionant sobre qui acostuma a tenir aquest rol d'ajuda, els nois o les noies? Per què creieu que és així?

Al finalitzar l'activitat és important deixar uns minuts de reflexió individual sobre el que s'ha après.

### Recursos

Humans: persona educadora  
Materials: fitxa 3, diàlegs de l'obra de teatre i llistat de recursos de la ciutat (Annex 2)



## Fitxa 3.1.

(Per a la persona que fa el paper d'amic o amiga)

Què em preocupa de la situació de la Mireia, l'Andreu o el Xixo?

.....  
.....  
.....  
.....

Què li puc oferir per ajudar-lo?

.....  
.....  
.....  
.....

Quina actitud hauria de tenir mentre hi parlo?

.....  
.....  
.....  
.....

Quines persones o recursos em podrien donar un cop de mà per ajudar-los?

.....  
.....  
.....  
.....

## Fitxa 3.2.

(Per a la persona que fa el paper de Mireia, Andreu o Xixo)

Com em sentiré quan l'amic o amiga em comenci a parlar dels meus problemes?

.....  
.....  
.....  
.....

Com reaccionaré?

.....  
.....  
.....  
.....

Què li diré?

.....  
.....  
.....  
.....

Com m'agradaria que actués el meu amic o amiga?

.....  
.....  
.....  
.....

## ACTIVITAT 4:

# EM POSO LÍMITS

**OBJECTIU:** Ajudar els nois i noies a anticipar-se a les conseqüències i a posar-se límits.

### Tipus d'activitat

Reflexiva i de presa de decisions

### Continguts específics de l'activitat

Límits personals, familiars i del grup d'iguals en relació als consums de drogues i altres conductes de risc. Conseqüències del consum de drogues tant personals com en les persones del voltant. El paper de la família a la vida de les persones adolescents. La falsa sensació de control que tenen els nois i noies sobre les conseqüències de les seves conductes de risc. Riscos del consum d'alcohol i alternatives al seu consum.

### Temporalització

1 sessió d'una hora

### Metodologia

Treball en petit grup i posada en comú

### Descripció i desenvolupament de l'activitat

Prèviament al treball grupal es demana a cada jove que dediqui uns instants a pensar individualment que vol aportar al grup sobre aquests temes.

S'inicia l'activitat fent grups de 4 o 5 persones. Cada grup ha de pensar quins límits s'hagués pogut posar la Mireia la nit que van sortir de festa per evitar arribar a aquella situació. També quins límits li hagués pogut posar la seva família i quins límits li haurien pogut posar els seus amics i amigues.

Després del treball per grups es comparteix amb el grup gran i s'obre debat a través de les següents preguntes:

- Per què creieu que hi ha persones que beuen fins emborratxar-se?
- Quin paper pot jugar el grup d'amics i amigues quan una persona s'està passant amb el consum?
- És responsabilitat de la persona que beu o també del grup d'amics i amigues assegurar que la festa acabi bé?
- Què cal fer si a algun amic o amiga li passa el que li ha passat a la Mireia?

Si es disposa de més temps es pot plantejar un acció artística creant un mural amb una balança i col·locant en un costat de la balança aquells aspectes que ajuden que una nit acabi bé i en l'altra aquells aspectes que poden portar a una intoxicació o conseqüència negativa deguda al consum. La fitxa 4.1 conté algunes pistes per crear aquesta balança.

Al finalitzar l'activitat és important deixar uns minuts de reflexió individual sobre el que s'ha après.

### Recursos

Humans: persona educadora  
Materials: fitxa 4 per cada grup

## Fitxa 4

### **Quins límits s'hagués pogut posar la Mireia per evitar aquesta situació?**

Ex: establir un màxim de begudes per nit

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### **Quins límits li hagués pogut posar la seva família?**

Ex: donar-li menys diners per sortir de festa

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### **Quins límits li haguessin pogut posar el seus amics i amigues?**

Ex: proposar-li que no begui més aquella nit

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Fitxa 4.1.

# ASPECTES QUE AJUDEN QUE UNA NIT ACABI BÉ

- Prendre decisions pròpies
- Sortir amb persones de confiança que sé que em cuidaran
- Planificar la nit (què necessito per divertir-me)
- Si es beu alcohol, espaiar els consums i compaginar-lo amb refrescs
- Menjar abans de beure alcohol
- Recordar que l'alcohol afecta totes les persones de manera diferent
- Tornar a casa de manera segura (amb transport públic, que condueixi algú que no ha begut, caminant, trucar la família perquè em vinguin a recollir)
- Portar preservatius
- Respectar els veïns i les veïnes i la ciutat

# ASPECTES QUE PODEN PORTAR A UNA INTOXICACIÓ O CONSEQÜÈNCIA NEGATIVA DEGUDA AL CONSUM D'ALCOHOL

- Beure alcohol sense barrejar i sense gel
- Beure directament de l'ampolla de licor
- Beure grans quantitats d'alcohol en poc temps, especialment si no s'està acostumat a beure
- Beure alcohol si tenim algun mal rotllo personal
- No haver previst com tornar a casa
- Barrejar alcohol amb medicaments o altres drogues
- Consumir alcohol o altres drogues a la via pública (pot comportar sancions)
- Consumir grans quantitats si l'endemà hem de fer alguna cosa de responsabilitat (estudiar, treballar, jugar un partit, cuidar un infant...)

**Davant una situació d'emergència és important no deixar la persona sola, trucar el més aviat possible al 112 i, si la persona està inconscient, col·locar-la en posició de seguretat.**

## ACTIVITAT 5:

# LA COLLA

**OBJECTIU:** Analitzar els trets de personalitat de cada personatge per treure'n els punts forts i febles. Alhora, veure possibles coincidències entre la pròpia personalitat i la d'alguns personatges.

### Tipus d'activitat

Anàlisi dels personatges de l'obra

### continguts específics de l'activitat

Anàlisi dels factors de risc i els factors de protecció que poden portar a les persones adolescents a posar-se en situacions conflictives o, al contrari, a resoldre-les de manera satisfactòria.

### Temporalització

1 sessió d'una hora

### Metodologia

Treball personal i posada en comú

### Descripció i desenvolupament de l'activitat

Prèviament al treball grupal es demana a cada jove que dediqui uns instants a pensar individualment que vol aportar al grup sobre aquests temes.

Entreguem a cada jove la fitxa 5 per tal que la vagi omplint de manera individual. Es tracta que identifiquin quins trets de la manera de ser de cada personatge els potencien i quins altres els poden posar en risc, així com els aspectes del seu caràcter que són més valorats pels amics i amigues. Finalment analitzar en quins aspectes s'han identificat amb cada un dels personatges. Si el jovent no

recorda exactament qui era cada personatge, la persona educadora pot llegir el recordatori de la fitxa 5.1.

Després es fa una posada en comú, directament tot el grup junt o primer en petits grups. La persona educadora en aquesta posada en comú pot dinamitzar, intentant que es pugui anar reflexionant sobre quins trets de la personalitat porten problemes als personatges (factors de risc) i quins altres els ajuden a tirar endavant de manera satisfactòria (factors de protecció). Es pot acabar amb una reflexió final sobre si és possible canviar o modelar la nostra manera de ser o som com som i no s'hi pot fer res.

La fitxa inclou tres columnes molt generals (parlant dels personatges) i una darrera columna més personal. Cal no forçar els nois i noies a compartir el que han escrit en aquesta quarta columna si no els ve de gust fer-ho.

Al finalitzar l'activitat és important deixar uns minuts de reflexió individual sobre el que s'ha après.

### Recursos

Humans: persona educadora

Materials: fitxa 5 per a cada jove i recordatori dels personatges per a la persona educadora

## Fitxa 5

<b>PERSONATGES</b>	Quin aspecte de la manera de ser de cada personatge creus és un dels seus punts forts per aconseguir el que es proposi a la vida?	Quin aspecte de la manera de ser de cada personatge creus que pot fer que es posi en situacions de risc o problemes?	Quina característica de cada personatge més valoraria un amic o una amiga seva?	Amb quina tret del caràcter de cada personatge t'identifiques més?
<b>Maxi</b>				
<b>Pol</b>				
<b>Berta</b>				
<b>Xixo</b>				
<b>Rut</b>				
<b>Andreu</b>				
<b>Mireia</b>				

## Fitxa 5.1.

# PETIT REGORDATORI SOBRE ELS PERSONATGES

## Pol

És un bon noi. Amic dels seus amics, sempre present pel que necessiten. No li agrada massa sortir de festa ni beure alcohol, prefereix altres activitats com els Castellers. Té una relació amb la Maxi. Intenta cuidar la seva germana Mireia, tot i que ella no es deixi.



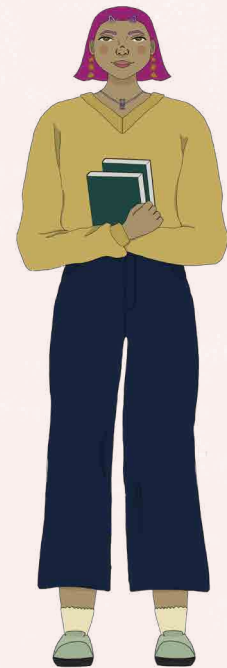
## Maxi

Té les idees clares i les defensa. És ecologista. Necessita tenir a prop les seves amigues. Té una relació amb el Pol. El seu pare i la seva mare estan separats. No li agrada beure alcohol.



## Berta

És una noia segura però innocent. Bona estudiant. Li agrada el Xixo i voldria una relació com les que ens han venut a la televisió. El seu pare i la seva mare són sobreprotectors.







## Xixo

Nerviós, inquiet i insegur. Enganxat a les pantalles, s'hi refugia i es comunica millor a través d'elles. Es deixa arrossegar per l'Andreu perquè enveja el seu protagonisme i el seu èxit amb les noies. Fill d'una família homoparental (2 pares) que està pendent del que necessita i el supervisa.



## Andreu

Extravertit i una mica gamberro. Té un pare i una mare que treballen molt i viu amb el iaio. De vegades es sent una mica sol i busca protagonisme. Es preocupa pel seu aspecte físic. Li agrada la festa i fuma marihuana habitualment.

## Rut

Segura d'ella mateixa i independent. És alegre i divertida. Li agraden les noies i la Maxi especialment. Fumadora habitual de tabac. Aconsegueix sempre que la seva família la deixi fer el que ella vol.



## Mireia

Aparentment extravertida però amaga les seves inseguretats amb la beguda i sortint de festa. Estima molt el seu germà Pol però és difícil ser la germana d'una persona tan perfecta. El seu pare i la seva mare estan preocupats per ella, intenten parlar-hi i posar-li límits com l'hora de tornada.



## ACTIVITAT 6:

# ET CONNECTES PER VIURE O VIUS PER ESTAR CONNECTAT/CONNECTADA?

**OBJECTIU:** Reflexionar sobre els conflictes generats per l'ús de les pantalles i fomentar els límits en relació amb aquests usos.

### Tipus d'activitat

Reflexiva i creativa

### Continguts específics de l'activitat

Els conflictes deguts als mals usos de les pantalles: excessives hores d'utilització i manca de límits, possibles addiccions, conflictes familiars, escolars o entre iguals, interferències comunicatives degudes a les pantalles.

### Temporalització

2 sessions d'una hora

### Metodologia

Treball grupal, debat i creació audiovisual

### Descripció i desenvolupament de l'activitat

Prèviament al treball grupal es demana a cada jove que dediqui uns instants a pensar individualment què vol aportar al grup sobre aquests temes.

Iniciem l'activitat fent grups de 5-6 persones. Cada grup debatrà les preguntes de la fitxa 6 i escollirà una persona per fer de portaveu. Finalitzat el treball grupal, cada portaveu compartirà les principals conclusions a les quals s'han arribat.

A posteriori, cada grup pot crear un breu videoclip (utilitzant alguna plataforma d'internet) que serveixi per conscienciar sobre els riscos de passar massa temps davant d'una pantalla. Es poden penjar al web del centre educatiu i compartir a través de les xarxes socials.

Al finalitzar l'activitat és important deixar uns minuts de reflexió individual sobre el que s'ha après.

### Recursos

Humans: persona educadora

Materials: fitxa 6 per a cada grup, diàlegs de l'obra i dispositiu per gravar

## Fitxa 6

A l'obra de teatre apareixen diferents situacions en què els mòbils generen conflictes o interfereixen la comunicació cara a cara, especialment en el personatge del Xixo.

Compartiu alguna situació recent en la qual hagueu tingut problemes amb amistats, família o professorat per culpa de l'ordinador o el mòbil.

- Teniu sovint conflictes d'aquest tipus? .....  
.....  
.....
- Creieu que passeu moltes hores del dia connectats/connectades? .....  
.....  
.....
- Penseu que la gent de la vostra edat es connecta per viure o viu per estar connectada?  
llespersonesadultesqueteniualvoltant?.....  
.....  
.....
- Quin tipus de trucs podeu incorporar al vostre dia a dia per evitar que els mòbils us acabin controlant? .....  
.....  
.....

## ACTIVITAT 7

# SOM LLIURES QUAN SORTIM DE FESTA?

**OBJECTIU:** Prendre consciència de la influència social envers el consum d'alcohol. Promoure el pensament crític.

### Tipus d'activitat

Criticoreflexiva

### Continguts específics de l'activitat

Pressió social envers el consum d'alcohol.  
Qüestionament del binomi alcohol-diversió.

### Temporalització

1 sessió d'una hora

### Metodologia

Treball grupal i debat

### Descripció i desenvolupament de l'activitat

Prèviament al treball grupal es demana a cada jove que dediqui uns instants a pensar individualment què vol aportar al grup sobre aquests temes.

S'inicia l'activitat fent una anàlisi sociològica dels missatges que una persona rep al llarg de la seva vida sobre l'alcohol. Poden ser útils les següents preguntes:

- Quants anuncis d'alcohol o situacions on surt gent bevent alcohol has vist a la televisió, XXSS, sèries, vídeojocs, cartells, esdeveniments de la ciutat?

- Quantes persones properes (família, amigats...) han begut alcohol davant teu?
- A quantes celebracions la beguda principal era alcohòlica?
- Quantes frases incitant al consum d'alcohol has sentit (brindaràs amb aigua?; deixa que el nen/la nena provi el cava; per una copa o per un dia que beguis no passa res...).

A continuació es fan grups de 5-6 persones i cada grup treballa les preguntes de la fitxa 7. Un cop finalitzat el treball grupal es posa en comú per intentar arribar a un reflexió final sobre si la decisió de beure alcohol és realment lliure o les persones estan tan influenciades que simplement repeteixen els patrons de consum de les generacions anteriors.

Al finalitzar l'activitat és important deixar uns minuts de reflexió individual sobre el que s'ha après.

### Recursos

Humans: persona educadora  
Materials: fitxa 7 per a cada grup

## Fitxa 7

- Quin pensu que és l'objectiu principal quan una persona surt de festa?  
(Només en podeu escollir un) .....  
.....  
.....
- Quins són aquells elements imprescindibles per aconseguir aquest objectiu? .....  
.....  
.....
- Per què creieu que la gent jove beu quan surt de festa? Penseu que els motius són diferents entre els nois i les noies? .....  
.....  
.....
- Hi ha persones que decideixen no beure ni prendre altres drogues per diferents motius? Què se'ls diu? Se les considera rares? .....  
.....  
.....
- Quines influències rep la gent jove per beure alcohol quan comença a sortir de festa? .....  
.....  
.....
- Éreu conscients de quants impactes (alguns subliminals) heu rebut, des que vau néixer, que han fet que normalitzeu el consum d'alcohol? .....  
.....  
.....
- Creieu que som realment lliures de decidir beure o no, o acabem prenent decisions influïts i influïdes per tots aquests impactes i pressions? .....  
.....  
.....

## ACTIVITAT 8:

# LA FAMÍLIA

**OBJECTIU:** Valorar la importància del paper de les famílies durant l'adolescència.

### Tipus d'activitat

Analítica i creativa

### Continguts específics de l'activitat

Defensar el rol de la família com a factor de protecció durant l'adolescència a través del temps en família, la comunicació familiar, el suport i afecte i l'establiment de normes i límits coherents i consensuades.

### Temporalització

1 sessió d'una hora

### Metodologia

Treball individual i debat

### Descripció i desenvolupament de l'activitat

Prèviament al treball grupal es demana a cada jove que dediqui uns instants a pensar individualment què vol aportar al grup sobre aquests temes.

Si és possible, es demana a cada persona del grup que comparteixi una foto de la seva família. Posteriorment, cada persona treballa individualment la fitxa 8. Finalitzat el treball personal es posa en comú. Quins estils de família són els més comuns al grup? Què valoren i què els molesta de les seves famílies? És fàcil parlar a casa de temes com les drogues o altres qüestions personals?

Finalment, es pot elaborar un retrat robot del que hauria de tenir una família ideal. Com a suport per aquest retrat robot es pot utilitzar la foto de la família d'una persona del grup, la foto d'una família neutra extreta d'internet o fer un dibuix o caricatura.

Al finalitzar l'activitat és important deixar uns minuts de reflexió individual sobre el que s'ha après.

### Recursos

Humans: persona educadora

Materials: fitxa 8 per a cada participant i algun suport pel retrat robot

## Fitxa 8

PERSONATGES	Quins avantatges té per a cada personatge tenir la família que té?	Quins desavantatges té per a cada personatge tenir la família que té?
Maxi		
Pol		
Berta		
Xixo		
Rut		
Andreu		
Mireia		

- La família de quin dels personatges s'assembla més a la teva família?
- Com creus que reaccionaria la teva família davant una situació d'abús d'alcohol (borratxera important, coma etílic...)?
- Què valors de la teva família (encara que siguin coses que de vegades et resultin incòmodes)?
- Què et molesta o trobes a faltar de la teva família?
- Creus que series capaç de comentar amb la teva família la resposta a les dos preguntes anteriors?



## ACTIVITAT 9:

# EL MEU TEMPS

**OBJECTIU:** Posar en valor el temps de lleure com espai educatiu i de creixement personal i descobrir els recursos adreçats a gent jove que existeixen al barri/ciutat on viuen.

### Tipus d'activitat

De recerca

### Continguts específics de l'activitat

Nombrosos estudis demostren que l'ocupació del temps lliure en activitats saludables, creatives i participatives dirigides per professionals educatius és un factor de protecció envers conductes de risc com els consums de drogues. D'aquí la importància de donar a conèixer l'oferta existent però, sobretot, motivar a la participació vencent les resistències i animant a explorar interessos personals.

### Temporalització

1 sessió d'una hora

### Metodologia

Recerca personal i posada en comú

### Descripció i desenvolupament de l'activitat

Prèviament al treball grupal es demana a cada jove que dediqui uns instants a pensar individualment què vol aportar al grup sobre aquests temes.

Proposem que cada jove comparteixi amb la resta del grup alguna activitat, espectacle, esdeveniment que sàpiga que es fa a Lleida (o rodalies) les properes setmanes i que cregui que pot ser divertit o interessant perquè hi participi

una persona de la seva edat. Es pot crear un mural a la classe on enganxar la proposta de cada persona o fer-ho a través d'alguna plataforma tipus Padlet.

Si alguna persona necessita idees, als llocs web d'algunes regidories de l'Ajuntament de Lleida (joventut, participació, cultura, medi ambient,...) s'hi poden trobar propostes.

Un cop elaborat el mural físic o virtual es pot fer un debat a través de les següents preguntes:

- Quin és el canal a través del qual us informeu de les activitats de la ciutat?
- T'agradaria proposar alguna activitat?
- Trobes que falten coses per a la joventut? Quines?

Finalment, es poden fer arribar les propostes que hagin sortit d'aquest debat a [joventut@paeria.cat](mailto:joventut@paeria.cat). Les aportacions seran rebudes per l'equip de professionals de LleidaJove i es valorarà si es poden incorporar com a propostes en la programació d'activitats dirigides a joves de la ciutat.

Al finalitzar l'activitat és important deixar uns minuts de reflexió individual sobre el que s'ha après.

### Recursos

Humans: persona educadora

Materials: espai real o virtual per enganxar les propostes de cada jove



# ANNEX 1:

## PLANES WEB D'INTERÈS

En algunes de les activitats, poden sorgir dubtes específics sobre temes de salut i conductes de risc. Es pot trobar informació al respecte als següents llocs web.

### Llistat d'adreces d'internet

#### Per a educadors i adults :

<https://salutpublica.paeria.cat/>  
[www.edpac.org](http://www.edpac.org)  
[www.gencat.cat/salut](http://www.gencat.cat/salut)  
<https://drogues.gencat.cat/>  
[www.fad.es](http://www.fad.es)  
<https://pnsd.sanidad.gob.es/>

#### Per a joves a partir de 14 anys:

<https://lleidajove.paeria.cat/>  
[www.elpep.info](http://www.elpep.info)

#### Per a joves majors de 16 anys:

[www.laclara.info](http://www.laclara.info)  
[www.kolokon.com](http://www.kolokon.com)

#### Per a joves majors de 18 anys:

[www.energycontrol.org](http://www.energycontrol.org)

# ANNEX 2:

# RECURSOS DE LA CIUTAT DE LLEIDA

**Descripció dels recursos adreçats a joves a Lleida:**

[Servei de Salut Jove](#)

[Fundació Antisida de Lleida](#)

[Lleida Jove](#)

[Tarda Jove](#)

[Colors de ponent](#)

[SAI](#)

[Casal de la dona](#)

[Consulta oberta Salut i Escola](#)





LA PAERIA



Ajuntament de Lleida