

nits d'insomni

Presentació

Amb la idea de promoure un oci alternatiu i saludable per als joves de l'entitat, proposem realitzar nits d'insomni que els permetin tenir un espai on dur a terme activitats de qualitat. Els joves podran conèixer-se millor entre ells, aprendre coses dels altres i conviure harmònicament.

Objectius educatius

- Preparar una activitat conjuntament i fer-la seva. Organitzar-se com a grup i assumir responsabilitats.
- Relacionar-se de forma agradable respectant els diferents costums dels altres.
- Valorar la diversitat cultural com a riquesa i partir de les coses que tenen en comú per treballar des de la semblança.
- Estar oberts al diàleg i conversar obertament sobre aspectes dels quals tenen diferents punts de vista.
- Arribar a acords per consens i saber gestionar els conflictes.
- Participar d'alternatives d'oci i temps lliure de qualitat.

Nit d'insomni

● **Definició de les Nits d'insomni:** els monitors/es treballaran conjuntament amb els nois i noies joves de l'entitat per esbrinar què els agradaria fer en aquest espai nocturn. Hem de vetllar per desenvolupar activitats educatives que tinguin elements de convivència, relació, intercanvi, cooperació, respecte, solidaritat, autoconeixement, empatia, diàleg i reflexió.

La nit d'insomni serà temàtica, per tant, tindrà un fil conductor a partir del qual es desenvoluparà l'activitat o les activitats.

Algunes propostes d'activitats a desenvolupar aquestes nits són: mostra de teatre, torneig esportiu, un gran joc, nit de misteri, cinefòrum, nit de castellers, joc de pistes, taller de ioga, activitats vinculades a l'art, taller de percussió.

● **Planificar les nits:** definir el calendari i la programació d'activitats. La primera activitat de la nit pot començar a les 22h i les nits d'insomni poden allargar-se fins les dues de la matinada. En acabar les activitats els nois i noies es quedaran a dormir a l'espai.

respecte
empatia
comunicació
identitat
pertinences múltiples



● **Informar les famílies:** les famílies han d'estar assabentades de les activitats que es duran a terme i donar el seu consentiment conforme estan d'acord en que els seus fills/es participin d'aquestes activitats.

● **Gestionar les activitats:** els monitors/es vetllaran perquè cada activitat tingui un responsable i s'informaran sobre el funcionament de cadascuna per poder assumir la dinamització del taller i del grup. Els monitors/es també poden buscar alguna persona especialista en el tema que els pugui donar un cop de mà.

● **La nit d'insomni:** Els joves arribaran a l'esplai amb prou temps per poder preparar l'activitat conjuntament amb els monitors/es. Crearem un ambient engrescador i motivador per tal d'aconseguir la major implicació possible per part dels nois i noies. Vetllarem perquè la nit es caracteritzi per la cohesió del grup.

Les nits d'insomni ens permetran treballar:

- L'empatia, la comunicació i el respecte: reconixerem el valor del diàleg i de respectar els costums dels altres.
- Identitat i pertinences múltiples: l'activitat ens permetrà conèixer-nos millor i conèixer millor els companys/es.

Al final de l'activitat valorarem:

- La nostra implicació en l'activitat.
- La convivència amb els companys/es.
- Les dificultats amb les que ens hem trobat.
- El què millor ha funcionat de la nit.
- Què hem après dels altres.
- Quins aspectes hauríem de millorar.
- Si creiem que el grup està més cohesionat.