

BENVINGUDES A LES
ACTIVITATS DE
SOMALZINES



PRESENTACIÓ

1. Presentació

A Somalzines, ens dediquem a promoure un estil de vida saludable i un consum responsable i ecològic, en el cor d'un entorn natural, envoltat de camps de cultiu ecològic, cuidats des del projecte ***L'Hortet del Bruc***.

Estem situat als peus de la Muntanya de Montserrat, en una masia rehabilitada catalogada dins del patrimoni arquitectònic català. Ubicat al tranquil municipi del Bruc, en la comarca de l'Anoia, aquest espai únic està a tan sols 40 minuts de Barcelona, 20 min de Terrassa i tocant a l'autovia A2, oferint un accés fàcil per a les excursions escolars.

Oferim el nostre espai varies activitats, entre elles les que us presentem a continuació. Les activitats d'apropament a l'hort i a la natura. Podeu venir a gaudir de les nostres activitats a l'espai Somalzines o també ens aproximem a la vostra escola.

Benvindudes a Somalzines, un espai on la natura i la vida es troben per crear moments inoblidables. Per a més informació i reserves, contacta'ns a 600471735. T'esperem al cor de l'Anoia, on cada visita es converteix en una aventura memorable.



ELS ESPAIS



L'esplanada

La sala interior



L'espai d'ombra

ELS ESPAIS



L'hort de baix

L'hort de dalt



El bosquet de les
alzines



QUE ENS APORTA L'HORT :

El contacte amb la *NATURALES* , i les activitats al hort MILLOREN i MANTENEN la SALUD física, mental, emocional y el benestar general de les persones.

Beneficis FISICS

Millora sistema immunològic, exercici físic moderat

Indreument motricitat (fina i grossa) i cordinació mà-ull

Millora la dieta

BENEFICIS COGNITIUS

Estimúla la memòria, capacitat de concentració, millora la atenció, promou la creativitat, millora funcions cognitives

Promou aprenentatge de noves habilitats.

BENEFICIS SOCIALS

Integració social, Interacció social

Patrons saludables funcionament social, Cohesió de grup

Participació, Millora de la conversació

BENEFICIS PSICO-EMOCIONALS

Millora la autoestima, Redueix nivells ansietat i estrés

Mitiga la depressió i millora l'estat d'ànim, Sensació de control, calma i relaxa, Estabilitat emocional

Percepció satisfacció, Ajuda al maneig d'elles emocions (resiliència),

Sentit de orgull i empoderament



L'HORT A L'ESCOLA :

Venim a la vostra escola

Us plantejem 2 tipus d'acompanyament:

- **Acompanyament de centre.**

Es durà a terme al llarg de tot el curs escolar.

1 jornada mensual on acompanyarem 4 grups aula. Durem a terme diverses activitats d'hort a l'escola.

1 sessió formativa per a mestres i entrega de material organitzatiu per un fàcil desenvolupament al llarg del curs.

S'acostuma a dur a terme a l'inici de curs.

- **Assessorament a l'equip de mestres:**

Us facilitem un assessorament i formació a l'equip de mestres perquè sigueu vosaltres qui pogueu desenvolupar l'activitat.

Us oferim 3 sessions formatives més la entrega de material organitzatiu per un fàcil desenvolupament al llarg del curs.

S'acostumen a distribuir les sessions a l'inici de cada trimestre.

- Consulta'ns preus i condicions. Us podem adaptar la proposta a les vostres necessitats.



LES SESSIONS PER ALS CICLES INICIAL, MITJÀ I SUPERIOR DE PRIMÀRIA.

1 EL SÒL DE L'HORT: Treballem el Substrat

Conèixer la composició del sòl. Conèixer el cicle de la matèria orgànica. Preparar el terra de l'hort

2 Dissenyem l'hort Conèixer diferents models d'horts familiars. Dissenyar l'hort de l'escola. Preparar els bancals i camins de l'hort

3 Planifiquem l'hort (ROTACIONS de cultius i associacions) 1 Conèixer les famílies botàniques de les verdures de l'hort. Establir un sistema de rotació per l'hort de l'escola. Plantar cultius.

4 Planifiquem l'hort (ROTACIONS de cultius i associacions) 2 Conèixer les associacions de cultius favorables i desfavorables. Dissenyar els nostres bancals. Plantar cultius

5 L'aigua i el reg (sistemes de reg, mètodes estalvi aigua, encoixinats...) Observar els cicles de l'aigua a l'hort. Conèixer diferents sistemes de reg. Posar el sistema de reg al nostre hort. Realitzar un encoixinat a l'hort

6 Com més hi som millor (biodiversitat a l'hort). Cultiu plantes atractives d'insectes. Fomentar la salut a l'hort i la biodiversitat. Conèixer insectes i animals presents a l'hort necessaris per a la seva salut. Plantar fars i plantes aromàtiques atractives d'insectes

7 Treballem l'hort Vivenciar les tasques del dia a dia d'un hort: desherbar, entutorar, plantar, podar, collir... Aprendre a fer servir les eines manuals (plantador, aixada, forca de dos mans...)

8 Preparem la jornada d'ensenyar l'hort Plasmar en material gràfic els coneixements i habilitats apreses per mostrar a les famílies

9 Cultius d'hivern (els plantem a l'estiu) Conèixer els cultius d'hivern. Planificar la seva plantació (durant l'estiu)





Sortides escolars a l'espai Somalzines

La organització del dia de la sortida

HORARIS

9.30 aprox. ARRIBADA i esmorzar

10:00 Activitats

13:00 Dinar a l'aire lliure

TARDA: Espai d'exploració i joc lliure a la natura (a càrrec del professorat)

QUE CAL PORTAR

Esmorzar i dinar

Cantimplora

Calçat i roba còmode

Gorra (primavera-estiu)

- Els educadors són els responsables de les activitats.
- El professorat acompanyarà el grup en tot moment (ed. Infantil i cicle inicial).

PREUS

El preu és de 10,50 € x infant. (mínim 15 participants)

El preus indicats inclouen l'activitat, els educadors, l'IVA, les assegurances i els permisos necessaris.



Sortida escolar a l'espai Somalzines per la etapa de cycle Infantil.

Cuidem l'hort i celebrem les estacions

Els infants gaudiran d'un dia a la natura. Un dia per connectar-se i explorar l'entorn des de la vivència i la experimentació a través dels sentits.

Oloraran plantes medicinals, coneixeran i degustaran plantes de l'hort, experimentaran descanços el contacte amb la terra mentre sembren llavors en un troç d'hort.

Visitaran la bassa, on veuran la importància del cycle de l'aigua i donaran de menjar als peixos



Exploraran els elements naturals caraterístics de la estació que estan i en recolliran elements. Jugarem i crearem amb aquests elements.



Sortida escolar a l'espai Somalzines per a l'etapa de cycle inicial

Descobrim l'hort I l'aventura de les emocions

Els infants gaudiran d'un dia a la natura Un dia per conectar-se i explorar l'entorn des de la vivència i la experimentació a través dels sentits.

Oloraran plantes medicinals, coneixeran i degustaran plantes de l'hort, experimentaran descalços el contacte amb la terra mentre sembren llavors en un troç d'hort.

Visitaran la bassa, on veuran la importància del cicle de l'aigua i donaran de menjar als peixos

S'enduran a casa un test que ells hauran plantat amb una planta de l'hort amb el repte de cuidar-la i fer-la creixer a casa o a l'escola.

Presentarem la proposta de passar per el pont penjant. A través d'aquesta activitat i amb l'acompanyament dels contes abordarem a gestió emocional de la por, dels reptes i de l'autocura. Añadir un poco de texto



Sortida escolar a l'espai Somalzines per a l'etapa de cicle mitjà

Coneixem l'hort i aventura't en grup

La vida i la natura ens presenten desafiaments constants. Sovint, trobarem que superar aquests reptes és més senzill quan col·laborem en equip, quan apreciem les diferències individuals i ens adonem que junts som més poderosos. A través de diverses activitats i dinàmiques, treballarem per potenciar la cooperació i la sinergia del grup.

"Aventura't en grup"

Us proposem una sessió de una hora i mitja aproximadament de diversió en grup a la natura. La proposta implica una gimcana on hauram d'assumir diversos reptes cooperatius en petits grups i una activitat final amb tot el grup sencer. Alguns d'aquests reptes son: SACS GEGANTS (sacs de grans dimensions on 4-6 persones han de coordinar-se per avançar), PESCA COL·LECTIVA (entre 4-6 persones haureu d'aconseguir "pescar" emocions), MULTIESQUIS (amb uns esquis per 5 persones heu de fer un circuit), CANONADES, BUSCAMINES, VOLEI GRUP. Adaptem les propostes segons les edats.

Conèixem l'hort:

Cada escola podrà elegir quina temàtica vol treballar.

- Les verdures de temporada
- Organització i planificació dels horts. Associació de cultius i planificació.

La organització de l'hort per famílies botàniques.

- El cicle de la matèria orgànica. Compostador, encoixinats a l'hort...



Sortida escolar a l'espai Somalzines per a l'etapa de cicle superior

Aprofundi'm en l'hort i aventura't en grup

Orienta't + aventura't en grup.

Aprendre a observar la natura per saber orientar-nos es una habilitat que cada cop tenim menys desenvolupada. El nostre cervell humà necessita recuperar aquesta habilitat cada cop més perduda.

Treballarem la capacitat de concentració, orientació, observació i respecte per la natura.

Aprendrem a orientar-nos en un espai natural i a utilitzar brúixules i mapes.

Observar els elements de la natura que ens ajuden a orientar: la molsa dels arbres, la orientació del sol, etc.

La natura igual que la vida ens posa reptes. Ens adonarem que sovint els reptes són més fàcils de superar si som capaços de treballar en equip, si som capaços de valorar les diferències de cada un de nosaltres i adonar-nos que els uns amb els altres som més forts.

Realitzarem diferents reptes i dinàmiques per potenciar el treball en equip.

La conbinació del dos reptes ofereix a la etapa de cicle superior un aprenentatge, repte i connexió a la natura



Sortida escolar a l'espai Somalzines per a l'etapa de cicle superior

Aprofundi'm en l'hort i aventura't en grup

Per aprofundir en l'hort podeu triar un dels següents temes:

1 EL SÒL DE L'HORT: Treballem el Substrat

Conèixer la composició del sòl. Conèixer el cicle de la matèria orgànica. Preparar el terra de l'hort

2 Dissenyem l'hort Conèixer diferents models d'horts familiars. Preparar els bancals i camins de l'hort

3 Planifiquem l'hort (ROTACIONS de cultius i associacions) 1 Conèixer les famílies botàniques de les verdures de l'hort. Establir un sistema de rotació per l'hort de l'escola.

4 Conèixer les associacions de cultius favorables i desfavorables. Dissenyar els nostres bancals.

5 L'aigua i el reg (sistemes de reg, mètodes estalvi aigua, encoixinats...) Observar els cicles de l'aigua a l'hort. Conèixer diferents sistemes de reg. Realitzar un encoixinat a l'hort

6 Com més hi som millor (biodiversitat a l'hort). Cultiu plantes atractives d'insectes. Fomentar la salut a l'hort i la biodiversitat.

7 Treballem l'hort Vivenciar les tasques del dia a dia d'un hort: desherbar, entutorar, plantar, podar, collir... Aprendre a fer servir les eines manuals (plantador, aixada, força de dos mans...)



Fins Aviat

