

# activitats familiars

Totes les activitats són conjuntes, a excepció de les que veureu marcades per a adults (A) o per a infants (I).

## VACANCES ESTIU 2025

LA RECTORIA DE LA SELVA

SETMANA ESPECIAL "SINGLES" AMB FILLS/ES

DILLUNS

DIMARTS

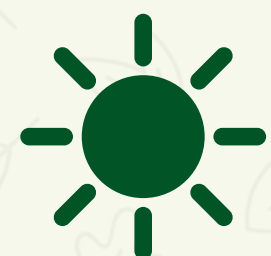
DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DISSABTE

DIUMENGE



MATÍ



**La Gimcana ambiental**

Aventura en família

**Piscina**

A remullar-se!

**A** Taller de connexió i creixement personal

**I** Land Art

**Presó de Busa**

Excursió de tot el dia

**A** Creativitat i expressió personal

**I** Taller de menjadores i bossetes d'olor

**Cursa d'orientació**

Ens posem a prova!

**Recollida**  
Fins aviat!



**Instal·lació**  
Benvinguts i benvingudes!

**Presentació del programa**

**A I** Parc d'aventura

**I** Ruralimpíades

**Rocòdrom, tir amb arc i jocs cooperatius**

Aventura en família



**DINAR DE PÍCNIC**

I a l'arribar a la casa...

**Bany a la piscina**



**Caiac al pantà de Sant Ponç\***

Sortida familiar

**A** Preparació de la vetllada

**I** Aventura esportiva

**Jocs de coneixença**

**El contrabandista**  
Joc de nit en família

**Les banderes**  
Joc de nit en família

**El codi secret**

Joc de nit en família

**La sardina**

Joc de nit en família

**Nit d'estels**

Constel·lacions i llegendes

**A** Joc de nit per adults

**I** Cinema a la fresca

**Festa de comiat**



\*Excursió en cotxe particular.



# detall de les activitats

## VACANCES ESTIU 2025

LA RECTORIA DE LA SELVA

SETMANA ESPECIAL "SINGLES" AMB FILLS/ES

- **INSTAL·LACIÓ I PRESENTACIÓ DEL PROGRAMA:** Instal·lació a les habitacions, presentació del monitor o monitora, informació dels horaris de les activitats i els àpats i altres detalls de caràcter organitzatiu.
- **JOCS DE CONEIXENÇA:** Dinàmiques divertides de presentació i cohesió de grup per trencar el gel i fer noves amistats.
- **EL CONTRABANDISTA:** L'emoció s'encén amb El Contrabandista, un joc de nit amb llanternes on uns faran de contrabandistes i altres de guàrdies en una cursa plena d'estratègia!
- **LA GIMCANA AMBIENTAL:** Els infants gaudiran d'una gimcana temàtica en format taulell, resolent reptes en grup de manera autònoma.
- **PISCINA:** Una bona estona de jocs d'aigua i bany a la piscina per refrescar-nos i passar-nos-ho d'allò més bé!
- **PARC D'AVENTURA\* (per a adults i infants de +10 anys):** Parc d'aventura amb un circuit pels arbres on hauràs de creuar ponts de mico, passeres i tirolines, t'hi atreveixes?
- **RURALIMPÍADES:** Una versió rural i esbojarrada de les Olimpíades, amb proves físiques, de punteria i d'equilibri dissenyades per riure, cooperar i competir amb bon humor. Una activitat perfecta per viure l'esperit olímpic en un entorn natural i lúdic.
- **LES BANDERES:** Una nit d'acció i estratègia amb aquest joc clàssic on dos equips competiran per capturar la bandera del bàndol contrari i defensar la pròpia. Un repte on el treball en equip, la tàctica i la ràpida reacció seran claus per la victòria!
- **TALLER DE CONNEXIÓ I CREIXEMENT PERSONAL:** Un espai íntim i transformador per a reconnectar amb un mateix i amb els altres a través del treball emocional i corporal. Aquest taller fomenta l'autoconeixement, l'escolta activa i la presència, oferint una experiència de creixement personal i benestar emocional molt completa.
- **LAND ART:** Una activitat creativa i sensorial on els infants exploraran l'entorn natural tot creant obres d'art amb elements del bosc. El Land Art fomenta la connexió amb la natura, la creativitat i l'expressió lliure, despertant la mirada artística i la sensibilitat ambiental.
- **ROCÒDROM (+8 anys), TIR AMB ARC (+8 anys) I JOCS COOPERATIUS:** Una combinació d'aventura i cooperació on posarem a prova l'agilitat i la força al rocòdrom, la precisió i concentració amb el tir amb arc i compartirem moments de complicitat amb jocs cooperatius que reforcen els llaços de grup.
- **EL CODI SECRET:** Joc de nit amb llanterna per equips on haurem de coordinar velocitat i memòria per a desxifrar el codi secret que amaga l'equip contrari.
- **PRESÓ DE BUSA:** Sortida de tot el dia amb dinar de pícnic per gaudir del paisatge, la flora i la fauna de la zona a través de camins i corriols.

Aquestes activitats poden variar per causes alienes a Fundesplai (meteorologia, participants...).

\*Parc d'aventura a partir dels 10 anys i tir amb arc i rocòdrom a partir dels 8 anys.



# detall de les activitats

## VACANCES ESTIU 2025

LA RECTORIA DE LA SELVA

SETMANA ESPECIAL "SINGLES" AMB FILLS/ES

- **BANY A LA PISCINA:** Una estona de diversió a la piscina de la casa per refrescar-nos i passar-nos-ho molt bé!
- **LA SARDINA:** Fet i amagar del revés. Qui serà l'últim en amagar-se?
- **NIT D'ESTELS:** Descobrirem el cel tot observant les seves constel·lacions i coneixent les llegendes que perduren en el temps.
- **CREATIVITAT I EXPRESSIÓ PERSONAL:** Un taller pensat per fomentar la imaginació i el món interior dels adults mitjançant dinàmiques d'expressió artística, jocs teatrals o plàstics que permeten comunicar emocions i idees d'una manera lúdica i segura.
- **TALLER DE MENJADORES I BOSSETES D'OLOR:** Una proposta manual i sostenible on els infants elaboraran menjadores per a ocells amb materials naturals i bossetes aromàtiques amb herbes. Un espai per treballar la creativitat, el respecte pel medi ambient i la cura del nostre entorn.
- **CAIAC AL PANTÀ DE SANT PONÇ:** Una sortida única on, amb transport en cotxe, ens desplaçarem fins al pantà de Sant Ponç per gaudir d'una aventura en caiac. Una activitat refrescant i emocionant per descobrir l'entorn des de l'aigua, treballant la coordinació, l'equilibri i la confiança.
- **JOC DE NIT PER ADULTS:** Una proposta pensada per oferir diversió i complicitat entre adults a través d'un joc nocturn ple de reptes, dinàmiques d'humor i activitats cooperatives.
- **CINEMA A LA FRESCA:** Una nit màgica sota les estrelles on els infants podran relaxar-se i gaudir d'una pel·lícula a l'aire lliure en un ambient tranquil i acollidor.
- **CURSA D'ORIENTACIÓ:** Cursa d'orientació molt divertida amb mapa i brúixola.
- **AVENTURA ESPORTIVA:** Connecta amb els sentits! És una experiència dinàmica i plena d'energia on els infants descobriran la diversió dels esports alternatius i minoritaris. A través de jocs actius i emocionants com el Goalball, el Spikeball o el Disc Golf explorarem l'esport des dels sentits i la cooperació. Aquesta aventura única posa a prova la seva habilitat, confiança i treball en equip, redefinint la manera com vivim l'activitat física.
- **PREPARACIÓ DE LA VETLLADA:** Els adults seran els encarregats de dissenyar i dinamitzar la gran vetllada final. Una tarda per deixar volar la creativitat i organitzar una nit especial plena de sorpreses, actuacions i moments compartits que tancaran l'estada amb bon humor i emoció.
- **FESTA DE COMIAT:** És la darrera nit i això s'ha de celebrar! Jocs, dinàmiques i balls: t'ho perdràs?

## què cal portar?

### GENERAL

- Roba i calçat còmode
- Capelina per si plogués

### PER A L'HABITACIÓ\*

- Llençol de sobre
- Funda de coixí
- Tovalloles

### PER A LES ACTIVITATS

- Llanterna per als jocs de nit



\*A l'habitació hi ha llençols de sota i mantes.