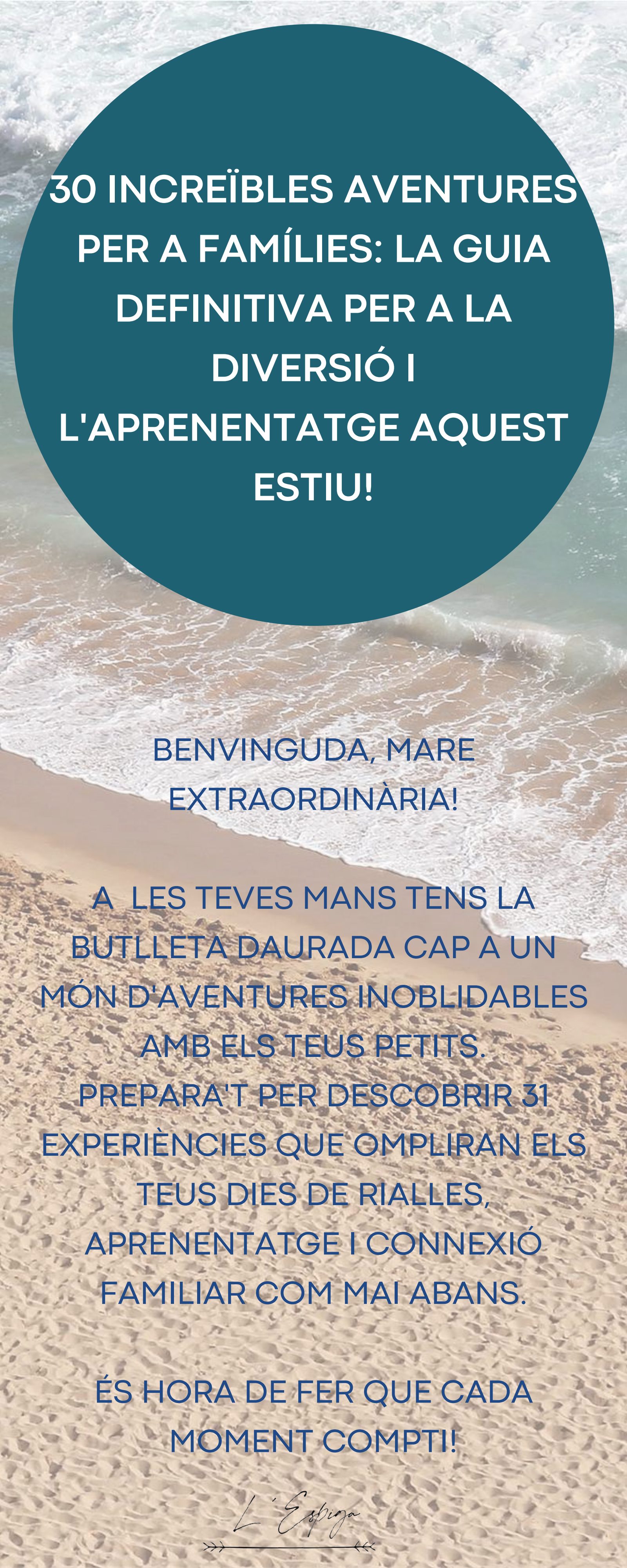




30 INCREÏBLES AVENTURES PER A FAMÍLIES: LA GUIA DEFINITIVA PER A LA DIVERSIÓ I L'APRENENTATGE AQUEST ESTIU!

BENVINGUDA, MARE
EXTRAORDINÀRIA!

A LES TEVES MANS TENS LA
BUTLLETA DAURADA CAP A UN
MÓN D'AVENTURES INOBLIDABLES
AMB ELS TEUS PETITS.

PREPARA'T PER DESCOBRIR 31
EXPERIÈNCIES QUE OMPLIRAN ELS
TEUS DIES DE RIALLES,
APRENENTATGE I CONNEXIÓ
FAMILIAR COM MAI ABANS.

ÉS HORA DE FER QUE CADA
MOMENT COMPTI!

L'Espiga
»»————««

PLANS EN FAMÍLIA

DIA DE PLATJA

1

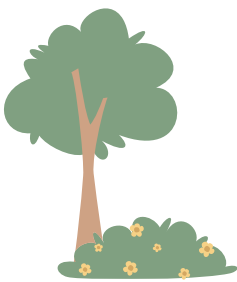
- Construir castells de sorra.
- Nedar i jugar a les onades.
- Fer una recerca del tresor a la riba.



PÍCNIC AL PARC

2

- Preparar una varietat d'entrepans i begudes fresques.
- Jocs a l'aire lliure com ara frisbee, futbol o voleibol.



EXCURSIÓ A LA MUNTANYA

3

- Senderisme per senders naturals.
- Observació de la flora i la fauna local.
- Fer un pícnic al bosc amb vistes panoràmiques.



VISITAR UN PARC D'ATRACCIONS

- Muntanyes russes, carrusels i jocs emocionants.
- Assaborir cotó de sucre i crispetes de blat de moro.

4



PLANS EN FAMÍLIA

5

NIT FAMILIAR AL JARDÍ

- Fer cinema a la fresca
- Explicar-vos històries de ficció o llegendes locals.

VISITA A LA GRANJA

6

- Aprendre sobre la vida a la granja.
- Visitar una granja i gaudir d'un dia ple d'aventures.



DIA DE MANUALITATS A CASA

7

- Pintar pedres per decorar el jardí.
- Fer polseres de macarrons o collarets de macramé.



VISITAR EL ZOOLÒGIC

- Observar animals exòtics i aprendre'n sobre l'hàbitat.
- Participar en xerrades educatives i espectacles d'animals.

8



PLANS EN FAMÍLIA

9

TARDA DE CINEMA A CASA

- Preparar crispets de blat de moro i seleccionar pel·lícules familiars.
- Construir una fortalesa de coixins per a una experiència acollidora.



10

TALLER DE CUINA FAMILIAR

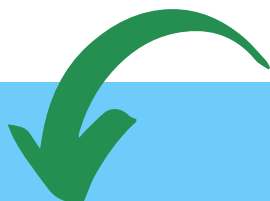
- Preparar pizzes casolanes amb ingredients personalitzats.
- Fer gelat casolà amb sabors creatius.



DIA D'EXPLORACIÓ A BARCELONA O GIRONA

- Visitar museus de ciències naturals o art.
- Descobrir monuments històrics i aprendre sobre la cultura local.

11



JOCS D'AIGUA AL JARDÍ

- Instal·lar un tobogan aquàtic o una piscina inflable.
- Organitzar una guerra de globus d'aigua o esponges d'aigua

12

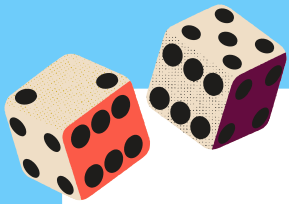
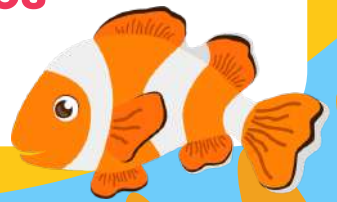


PLANS EN FAMÍLIA

13

VISITA A L'AQUARI

- Observar criatures marines als seus hàbitats naturals.
- Participar en activitats com ara tocar ratlles o alimentar peixos.



14

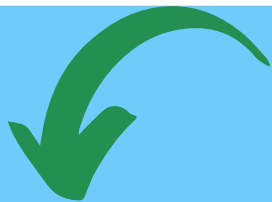
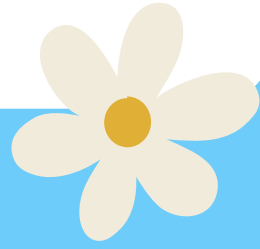
TARDA DE JOCS DE TAULA

- Organitzar un torneig familiar amb jocs de taula clàssics.
- Inventar noves regles per a jocs existents i gaudir de la creativitat en equip.

DIA DE JARDINERIA A CASA

- Plantar flors o vegetals al jardí.
- Decorar testos i crear un racó verd a la llar.

15



DIA DE PARC D'AVENTURES

- Desafiar la família en cursos de cordes altes i tirolines.
- Gaudir d'activitats com l'arc i la fletxa o el tir amb arc.

16



PLANS EN FAMÍLIA

17

NIT D'OBSERVACIÓ D'ESTRELLES

- Identificar constel·lacions i els estels més importants.
- Utilitzar binoculars per veure planetes o i estels fugaos.



18

TALLER D'ART A L'AIRE LLIURE

- Pintar paisatges naturals o retrats de família.
- Crear obres d'art amb elements naturals com fulles o petxines marines.

EXCURSIÓ A LA MUNTANYA

- Realitzar caminades per camins de bosc.
- Observar llacs, formacions rocoses naturals o descobrir els arbres que s'amaguen al bosc.

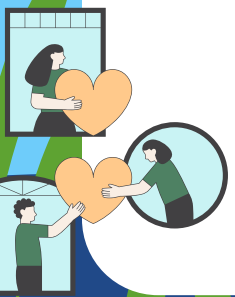
19



DIA DE VOLUNTARIAT

- Visitar residències de gent gran per lliurar targetes fetes.
- Participar en activitats solidàries.

20

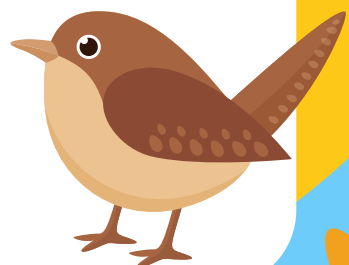


PLANS EN FAMÍLIA

21

SORTIDA D'OBSERVACIÓ D'AUS

- Equipar-se amb binoculars i guies d'identificació d'aus.
- Portar un quadern de camp per registrar les espècies albirades i els seus comportaments.



22

VISITA UN PARC AQUÀTIC

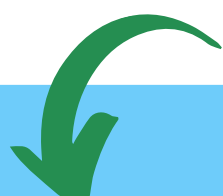
- Lliscar per tobogans aquàtics emocionants.
- Relaxar-se a piscines d'onades o rius lents.

TALLER D'EXPERIMENTS CIENTÍFICS A CASA

- Realitzar experiments simples però sorprenents amb materials casolans.
- Explorar amb aigua, farina, globus, etc.



23



NIT D'ACAMPADA AL JARDÍ

- Muntar tendes de campanya i preparar sacs de dormir.
- Explicar històries i gaudir de la màgia de la nit a l'aire lliure.

24



PLANS EN FAMÍLIA

25

DIA D'ART



- Crear obres d'art a l'aire lliure, com ara mandales naturals o escultures efímeres.
- Pintar un quadre, fer una figureta de fang o crear amb llanes.



VISITA UN JARDÍ BOTÀNIC

26

- Participar en visites guiades i activitats educatives sobre la importància de la conservació de la biodiversitat.

CONSTRUCCIÓ D'ESTELS

27

- Utilitzar materials simples com paper, pals i corda per construir estels únics.
- Experimentar amb diferents dissenys i colors, i després volar els estels en un parc obert.



EXCURSIÓ EN CANOA

- Remar per rius tranquils o llacs mentre es gaudeix del paisatge natural.
- Observar aus i vida silvestre des de l'aigua i aturar-se a berenar a la vora del riu.



28



PLANS EN FAMÍLIA

29

DIA DE IOGA EN FAMÍLIA



- Practicar postures simples de ioga que siguin adequades per a totes les edats.
- Fomentar la relaxació i la connexió ment-cos en un entorn tranquil i a l'aire lliure.

30

VISITA UN OBSERVATORI ASTRONÒMIC

- Participar en sessions d'observació nocturna amb telescopis professionals.
- Aprendre sobre el sistema solar, els estels i els planetes de la mà d'experts en astronomia.

