

Benvinguts i benvingudes
a Can Bajona!!



Colònies escolars



Clicant damunt de cada apartat, us portarà directament a la seva pàgina

<u>Presentació</u>	Pàg. 3
<u>La casa</u>	Pàg. 4
<u>Funcionament</u>	Pàg. 9
<u>Equip de monitor/es</u>	Pàg. 10
<u>Horaris</u>	Pàg. 11
<u>Activitats (EI, Primària, ESO)</u>	Pàg. 12
<u>Treball de síntesi</u>	Pàg. 36
<u>Jocs de nit</u>	Pag. 37
<u>Què cal portar?</u>	Pàg. 38
<u>Menús</u>	Pàg. 39
<u>Dubtes i reserves</u>	Pàg. 41

Com cada any, Can Bajona i Lleure Xaleml, ens posem en marxa, perquè pugueu gaudir d'unes colònies carregades d'emocions.

Les colònies són vitals, ja que engloben tot el que un infant pot necessitar: educació, aprenentatge, experimentació, esport, natura... i alhora disbauxa, cohesió, convivència, danses, jocs...

Les colònies fan que petits i grans visquem en un aprenentatge constant amb tot el que ens envolta i amb les persones amb les quals vivim aquesta experiència.

A continuació us presentem el nostre petit projecte, en el qual posem tota la nostra passió perquè quan vingueu visqueu uns dies màgics a casa nostra.

Sempre atents d'actualitzar-nos!

Donats els temps que estem vivint, volem notificar que estem sempre al dia pel que fa a protocols i normatives sanitàries que van sortint, per tal de garantir unes colònies dintre d'un marc segur.

Sabem de la importància que té poder tornar a la normalitat. És per això que hem treballat per adaptar les activitats i el nostre funcionament perquè siguin compatibles les colònies i les mesures sanitàries.

Tanmateix, els nostres monitors i monitores han estat formats per estar al corrent de tots els protocols sanitaris que s'han d'anar seguint.





La Granja Escola Can Bajona va néixer l'any 1985 amb l'afany de donar a conèixer el món rural als alumnes de totes les escoles.

Està situada al Solsonès, al Pre-Pirineu, a 7 km de Solsona, al terme municipal de Clariana del Cardener, vorejada de grans extensions de boscos que ens ofereixen un paisatge muntanyenc, on podem gaudir de la natura, al llindar del Pantà de St. Ponç. És també un lloc on podreu viure una experiència en contacte amb un entorn de mitja i alta muntanya, on podreu gaudir d'unes activitats totalment adaptades en l'àmbit que ens envolta i als diferents infants i joves. Situat enmig d'un paratge de gran bellesa, dins d'una comarca encara verge i que comporta infinites possibilitats per a descobrir un entorn rural encara existent.

Com arribar-hi?



Fes clic sobre el mapa i arribaràs!

info@canbajona.com
973 299 363 / 608 19 12 55
www.canbajona.com

[Tornar
índex](#)



Què hi trobareu?

- Instal·lacions per a 220 places
- 2 Menjadors
- Habitacions de 10, 12 i 16 places
- Habitacions de 4, 6 i 8 places totes amb bany complet
- 1 habitació adaptada per a minusvàlids
- 10 sales tallers
- 3 sales activitats de nit o pluja
- 3 sales d'estar
- Calefacció central i aigua calenta
- Camps d'esports i parc infantil
- Camp de gespa futbol 11
- Circuit d'aventura en alçada, rocòdroms i tirolina
- Piscina
- Televisor i connexió wifi
- Assegurança de responsabilitat civil i accidents

EDIFICI I EXTERIORS



HABITACIONS



MENJADOR



PISCINA



PATIS, SORRAL I CAMP DE FUTBOL



HORT I GRANJA



SALES INTERIORS



SALES PROFESSORS



TALLERS



Per veure més fotos, podeu visitar la nostra web!

info@canbajona.com
973 299 363 / 608 19 12 55
www.canbajona.com

**Tornar
índex**



Funcionament:

Per a poder formalitzar la vostra estada, us haureu de comunicar amb la casa, a través dels telèfons que trobareu a sota o bé per correu electrònic.

Caldrà fer una paga i senyal en el moment que s'envii el contracte, tot confirmant nombre de places aproximat i cursos que vindrien.

Després us passaríem tota la informació per a poder puntualitzar quines activitats podreu triar, el funcionament i distribució de la casa...

Un cop que ja sigueu a la casa, us rebrà la coordinadora de Lleure Xalem!, i tots els seus monitors i monitores.

El primer dia, es farà una presentació (els alumnes amb els monitors i els professors amb la coordinadora) per a posar en comú possibles dubtes i aclariments referents a la vostra estada.

Durant l'estada, sempre podreu tenir el contacte directe tant amb la direcció de la casa, com amb la coordinació del monitoratge, per a fer les vostres colònies més fàcils i poder resoldre cada imprevist al mateix moment.

En cas de ser necessari el trasllat d'un alumne a un centre mèdic, la casa facilitarà un vehicle privat al professorat pel seu desplaçament, si no, l'escola pot optar per fer ús del servei de taxi o ambulància.



Equip de monitors/es:

A Can Bajona treballem juntament amb Lleure Xalem!

Els nostres monitors i monitores estan formats en el lleure i en diferents branques de l'educació per a poder donar un servei personalitzat a tota mena d'escoles.

Creiem en el lleure, i volem potenciar els valors relacionats amb la natura, l'aventura i els esports, juntament amb l'educació reglada.

És important poder arribar a aprendre, d'una manera divertida a través de l'experimentació, la imaginació, el joc, la música i dansa, la investigació...

Tot això es treballa d'una manera neutral, donant prioritat bàsicament a les necessitats dels infants.

La qualitat dels serveis pedagògics de CAN BAJONA es basa en:

- L'existència d'un equip de monitors especialitzats i estable.
- El manteniment d'una relació de grup per cada monitor/a.
- La vigilància de patis i preparació de jocs de nit per part d'un equip de monitors de lleure.
- La preparació d'activitats i materials pedagògics específics per a cada nivell.
- En cas d'inclemències meteorològiques us oferim tallers alternatius d'interior ja previstos per aquests casos.
- La relació directa entre el representant del professorat i el responsable de l'equip de monitors un cop a la casa per aclarir qualsevol dubte respecte als àpats, instal·lació, activitats, horaris, descoberta de l'entorn, etc.



A continuació us adjuntem l'horari base que seguirem durant la vostra estada. Per a qualsevol modificació, es podrà parlar amb la coordinadora en el moment de la presentació del primer dia.

8:00-9:00 Aixecar-se

9:00-9:30 Esmorzar

9:30-10:00 Temps lliure

10:00-13:00 Activitat matí

13:00-13:15 Rentar mans

13:15-14:30 Dinar

14:30-15:30 Temps lliure

15:30-17:00 Activitat tarda

17:00-17:30 Berenar

17:30-19:00 Continuació activitat

19:00-20:15 Temps lliure / dutxes

20:15-21:00 Sopar

21:00-21:30 Temps lliure

21:30-23:00 Joc de nit / vetllada

23:00 Dormir



Les hores que estan marcades en groc, seran les que s'hauran de fer càrrec els professors dels seus alumnes. Durant la resta d'hores que no estan marcades, els nens i nenes estaran al càrrec dels monitors i monitores.

A les estones del menjador, seran els monitors/es i el personal de cuina, qui s'encarregarà de repartir el menjar, amb l'ajuda i supervisió dels professors.

Un cop que el menjar estigui servit, la vigilància anirà a compte dels docents. Aquests últims podran fer els àpats tranquil·lament un cop els alumnes se'n vagin amb els monitors.

La casa disposa de sales per a mestres, per a poder tenir cada escola el seu espai de descans.

Els professors podran acompanyar als seus alumnes durant les activitats, però no serà indispensable si no es diu el contrari.



Activitats:

A Can Bajona oferim un ventall d'activitats molt ampli. Són activitats relacionades amb la natura, el lleure, l'esport i l'aventura. Però també en tenim de tematitzades, com poden ser el circ, l'època medieval o el cinema. Depenent dels cursos que vingueu, podreu triar un tipus d'activitats o unes altres.

Les activitats estan enfocades i adaptades a cada grup d'edat, igual que la seva temàtica. Són activitats bàsicament d'exterior, ja que s'ha d'aprofitar l'entorn que ens envolta, però també en trobareu d'interior.

Hi ha la possibilitat de fer totes les activitats en anglès, previ contracte i confirmació amb la casa. Demaneu-nos més informació mitjançant el mail de la casa si n'esteu interessats.

1r dia:	2n dia:
Rebuda i instal·lació	Activitat matí
Activitat tarda	Comiat
Joc de nit/vetllada	

1r dia:	2n dia:	3r dia:
Rebuda i instal·lació	Activitat matí	Activitat matí
Activitat tarda	Activitat tarda	Comiat
Joc de nit	Joc de nit/vetllada	



A continuació us fem una petita presentació de les nostres activitats, ja relacionades per cicles i per temàtiques. Si cliqueu damunt de cada temàtica, us portarà directament a la informació detallada d'aquell centre d'interès.

EDUCACIÓ INFANTIL:

El Drac Medieval



El pallaso Jab!



Fades

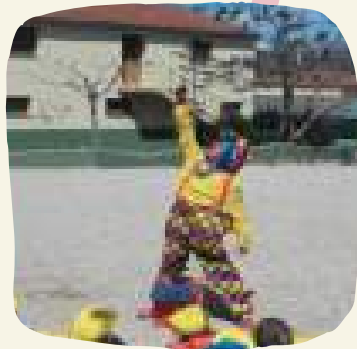


CICLE INICIAL:

Fem l'indi!



El pallaso Jab!



Fades



CICLE MITJÀ:

Medievals



Bandolers



Teatre



Màquina del temps



J.O.N.4



CICLE SUPERIOR - ESO:

L'aventurer



Enmurallats



Teatre



Màquina del temps



J.O.N.4



ESO - Treball síntesi

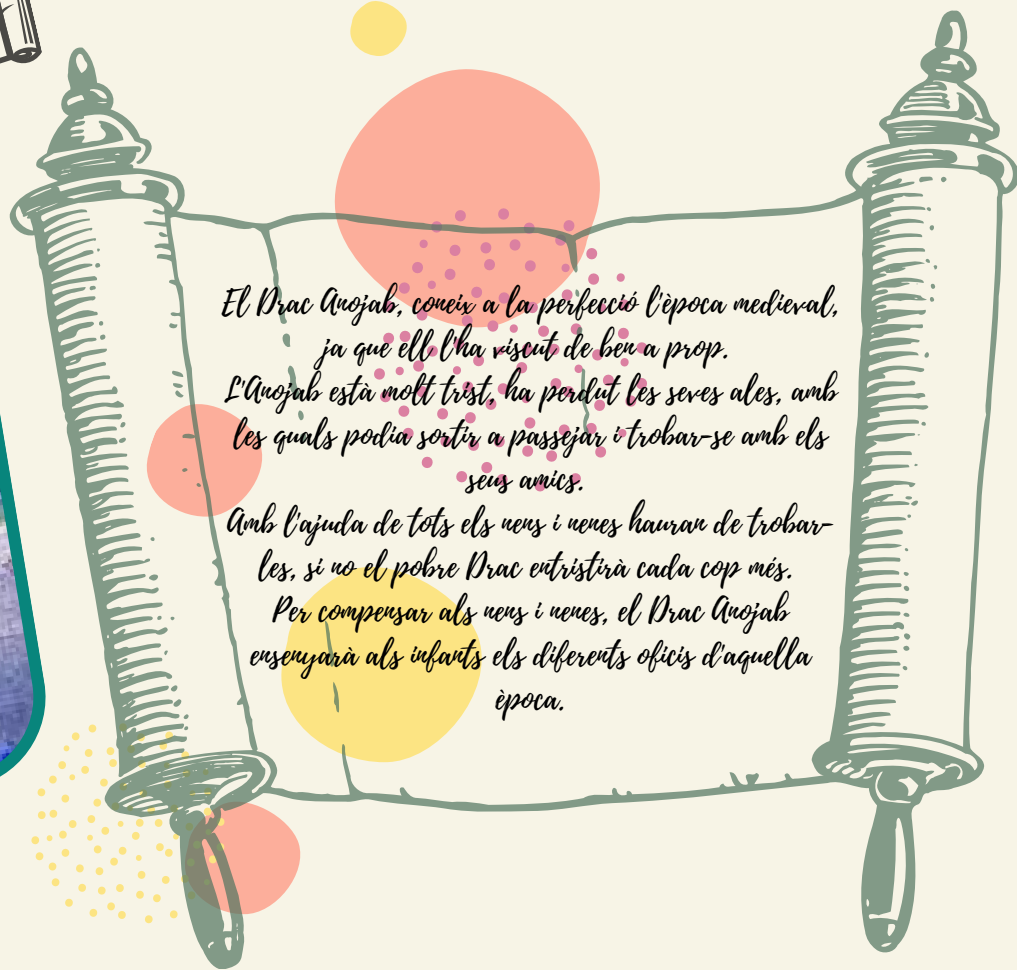


Jocs de nit





Educació Infantil



El Drac Aozjab, coneix a la perfecció l'època medieval, ja que ell l'ha viscut de ben a prop. L'Aozjab està molt trist, ha perdut les seves ales, amb les quals podia sortir a passejar i trobar-se amb els seus amics.

Amb l'ajuda de tots els nens i nenes hauran de trobar-les, si no el pobre Drac entristirà cada cop més. Per compensar als nens i nenes, el Drac Aozjab ensenyarà als infants els diferents oficis d'aquella època.

Colònies de 3 dies:

Rebuda i presentació	Cuidem dels animals	Oficis medievals
Coneixem el nostre entorn	Fem galetes	Comiat

Colònies de 2 dies:

Rebuda i presentació	A triar: - Entorn - Galetes - Oficis
Cuidem dels animals	Comiat



L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa. Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.

CUIDEM ELS NOSTRES ANIMALS

Activitat en la qual els ajudants del Drac ens ensenyaran els animals que tenim a la granja.

Els haurem de cuidar com autèntics serfs, els treballadors de l'època. Els alimentarem, traurem a passejar i fins i tot podrem fer una volta amb carruatge i aprendre més sobre els cavalls.



FEM GALETES

Als nobles de l'època els agradaven molt les galetes de mantega. És per això, que el Drac encara recorda la recepta. Aprendrem a fer les galetes de mantega, i d'on venen tots els seus ingredients. També tindrem l'oportunitat de veure un autèntic forn de llenya, on després courem les nostres galetes.

CONEIXEM EL NOSTRE ENTORN

Activitat en la qual els nens i nenes coneixeran l'entorn de Can Bajona, la seva vegetació, muntanyes, llegendes, així com la cova on viu el Drac. També podrem trobar diferents rastres i petjades d'animals que viuen per la zona.



GIMCANA DELS OFICIS MEDIEVALS

Els nens i nenes hauran de fer una gimcana en la qual hauran de descobrir els diferents oficis medievals, i posar-los en pràctica en forma de joc.

PALLASSO JAB!

Educació Infantil i Cicle Inicial

El pallasso JAB viu per la rodalia de Can Bajona des de fa uns anys, és el personatge que fa riure a molts nens i nenes, però des de fa un temps ha perdut els colors i, amb ells, TOTES les seves emocions!

Des de llavors, el circ i tots els personatges que el conformen estan apàtics: no senten cap emoció. Cap ni una.

Sense emocions el circ no té pas sentit: no se t'encongeix la panxa quan veus els acrobates volar per sobre el teu cap i no rius fins a plorar quan la pallassa perd les sabates...

Sembla estrany però el circ és com les persones: sense emocions, el circ perd sentit, com la vida.

Esteu disposades, a ajudar en JAB a retrobar totes les seves emocions?



Colònies de 3 dies:

Rebuda i presentació	Acrobàcies + Aromàtiques	Espectacle final!
Fem el pallasso! + Granja	Equilibris i malabars al Roure màgic	Comiat

Colònies de 2 dies:

Rebuda i presentació	Espectacle final + Roure màgic
Fem el pallasso! + Granja	Comiat



**L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa.
Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.**



FEM EL PALLASSO! + GRANJA

Activitat en la qual els nens i nenes podran conèixer els diferents tipus de pallaso. Els aprenents del circ, ens ensenyaran diferents jocs d'expressió i representació, i també a vestir-nos i pintar-nos com autèntics pallasos. Finalment, el JAB ens presentarà els seus antics companys de circ: els animals que es van rebel·lar i van decidir que no volien treballar més al circ!



ESPECTACLE FINAL

Els infants podran crear el seu propi espectacle amb tot el que han après durant la seva estància. Per fer-ho, els i les artistes tindran una estona per preparar-se i fer un assaig general abans del Gran Espectacle Final.



ACROBÀCIES + Bossetes aromàtiques

Dintre d'una sala, els nens i nenes tindran l'oportunitat d'aprendre a realitzar diferents acrobàcies i figures pujats a un trapezi i a unes teles. També aprendrem a fer figures humanes amb els nostres companys i, si fa bon dia, sortirem fora a crear una bosseta d'olor per dur-nos a casa!



MALABARS I EQUILIBRIS + VISITA AL ROURE MÀGIC

Els nostres ajudants ensenyaran als nens i nenes diferents malabars, així com utilitzar-los. Amb la seva ajuda, cada infant, es construirà els seus malabars. També farem una breu iniciació als equilibris. A més, les ajudants d'en JAB ens explicaran la llegenda del Roure Màgic!

LES FADES

Educació Infantil i Cicle Inicial



Hi havia una vegada, com sempre, un grup de fades que conviuen en harmonia: les Fades de l'Any.

Elles s'encarregaven de fer funcionar les estacions: fer ploure a la primavera per a que creixin flors, gelar l'aigua per a que els cims s'omplin de neu, fer fora els núvols per a poder prendre el sol a l'estiu...Vaja, que sense elles a la tardor no caurien les fulles.

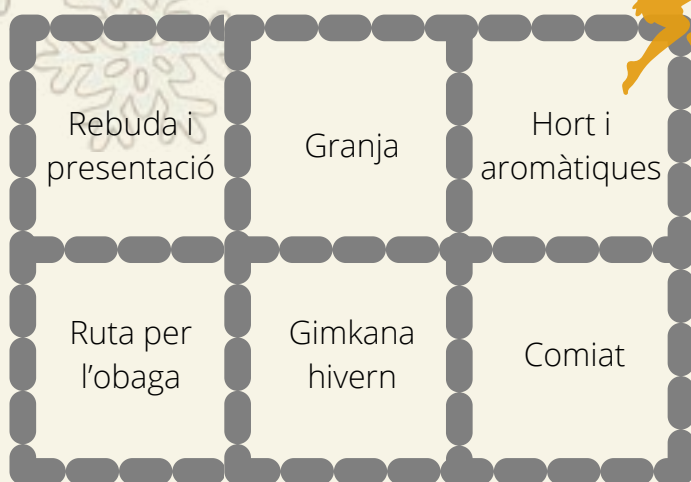
Per a que l'any transcorri amb normalitat han de seguir al peu de la lletra les instruccions del Llibre Metamòrfic de les Estacions. No sabem en quin any es va crear aquest document tant estimat. El que sí sabem és que ha anat passant per totes les generacions de fades fins el dia d'avui.

Malauradament, quan les encarregades del proper canvi han anat a consultar el Llibre l'han trobat buit; les pàgines han desaparegut.

Les fades estan desesperades, sense el Llibre quedaran atrapades en l'estació actual per sempre. Si no aconseguim trobar les pàgines d'aquest llibre ni elles ni nosaltres tornarem a gaudir de cap estació...

Ens ajudeu a buscar les pàgines i poder seguir avançant?

Colònies de 3 dies:



Colònies de 2 dies:



L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa.
Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.

ESTIU - GRANJA

La Fada Trampolina, encarregada de l'estació de l'estiu, ens presentarà els animals que tenim a la granja. Haurem d'estar atentes a les atencions que donem als animals en cada estació. A l'estiu hem de tenir més cura, ja que fa molta calor i tampoc es volen moure gaire....

PRIMAVERA - HORT I BOSSETES D'OLOR

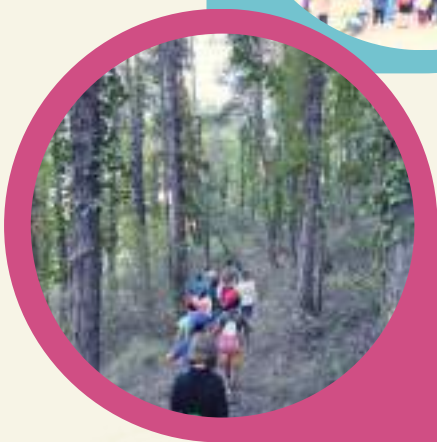
La Fada Florència ens presentarà el seu hort. A la primavera és quan la majoria de plantes comencen a bellugar, florir....Serem capaces de conèixer totes les nostres plantes? Com a intercanvi, al haver ajudat a cuidar el seu hort, la Fada Trampolina ens ajudarà a crear una bosseta d'olor que ens endurem a casa!

HIVERN - GIMKANA HIVERNAL

La Fada Gebrada ens ha preparat una Gimkana per mostrar-nos com sobreviure a l'hivern, una de les estacions més dures i complicades de l'any. Però ella té la clau per passar-ho bé durant l'hivern: la cooperació de tothom!

TARDOR - RUTA PER L'OBAGA

La Fada Xaloc ens acompanyarà a fer una ruta per l'entorn de Can Bajona i ens ensenyarà la seva vegetació, les muntanyes, les llegendes típiques de la zona... A més, la Fada Xaloc en sap molt de trobar rastres i petjades de diferents animals que viuen per la zona. De fet, ha trobat una cova on hi cabem totes!





Cicle Inicial

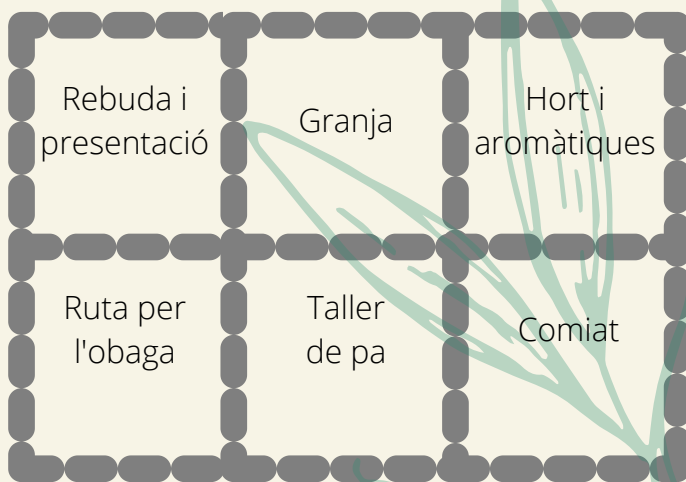


Jo, Gran Cap de la tribu Bajonawa, que vam venir d'Amèrica buscant altres terres, sóc l'últim de la meva tribu. Aquí deixo la meva Branca Sagrada i la meva història.

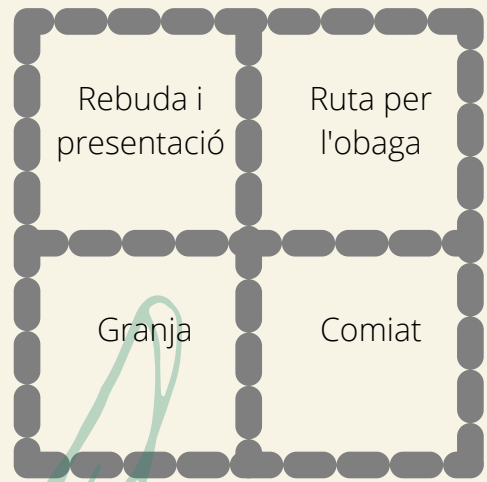
La Branca mesura la relació que els humans tenen amb la naturalesa i entre ells i elles. Quan l'humà té una bona relació amb la naturalesa i cuida als seus companys i companyes, la Branca és gran i colorida. En canvi, quan arrenquem fulles, aixafem insectes, destrossem caus, tirem escombraries al terra o tractem malament a la gent, la Branca perd color i es va fent petita.

Malauradament, la tribu Bajonawa ha perdut la Branca Sagrada. Fa temps que la humanitat no cuida la terra ni als éssers que l'habiten. És per això que la Branca és avui en dia TAN petita que no la podem trobar... Vosaltres, esteu preparades i preparats per demostrar-nos que encara queda gent bona a la Terra que pugui fer créixer altre cop la Branca Sagrada?

Colònies de 3 dies:



Colònies de 2 dies:



**L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa.
Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.**

GRANJA I VOLTA AMB CARRO

Els nostres avantpassats indis ens ensenyaven a cuidar els animals, ja que són un element important per la terra. Els nens i nenes coneixeran els animals que tenim a la nostra granja, i podran cuidar-los igual que nosaltres fem. També tindran l'oportunitat de fer una volta amb carro.



RUTA PER L'OBAGA

La terra no ens pertany, nosaltres pertanyem a la terra. És per això que hem de conèixer el que tenim al nostre voltant. Els indis bajonawes ens mostraran la mina de coure, vegetació, rastres, muntanyes i llegendes pròpies, tot fent una excursió per les nostres terres.



TALLER DE PA

Taller en el qual els descendents dels indis Bajonawes, ens ensenyaran a fer pa, i ens explicaran tot el procés des que sembrem el blat, fins que l'enfornem al nostre forn de llenya. També aprendrem les cançons amb les quals els indis pastaven el seu pa.



HORT I AROMÀTIQUES

En les nostres èpoques, no teníem cap lloc on anar a comprar, sinó que érem nosaltres els que cultivàvem els nostres aliments. Per això, ensenyarem als infants com cuidar el nostre hort, perquè creixin unes verdures bones i fresques.



EL TEATRE!

Adaptable a totes les edats

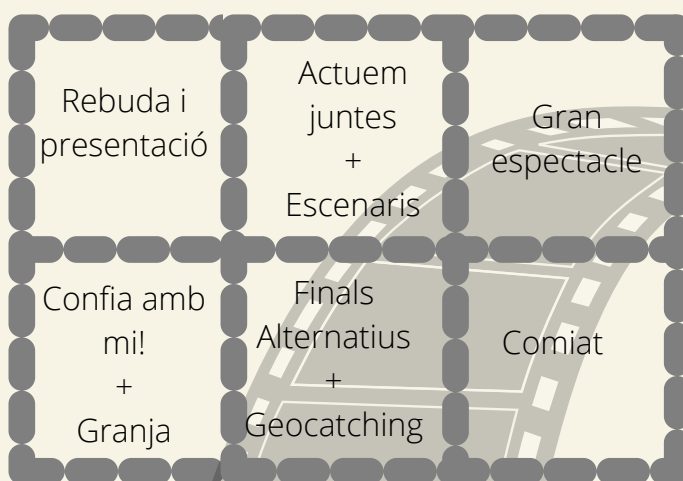
L'Elisenda ha nascut per ser una gran directora teatral i ho sap des de ben petita, des de que té ús de raó. És la responsable de fer que els contes tradicionals, els de tota la vida, segueixin en veu de tothom: té molta por que la gent els oblidí i per això els repeteix una i una altra vegada, sense canviar ni una coma de la història original. Qui no se'n recorda de la Ventafocs corrent cap a casa a mitja nit? Segur que recordeu aquell nen que no volia créixer, oi? I què me'n dieu d'aquells set nans que ajudaven amb cos i ànima a la Blancaneus? Doncs si ho recordeu és, en part, gràcies a l'Elisenda.



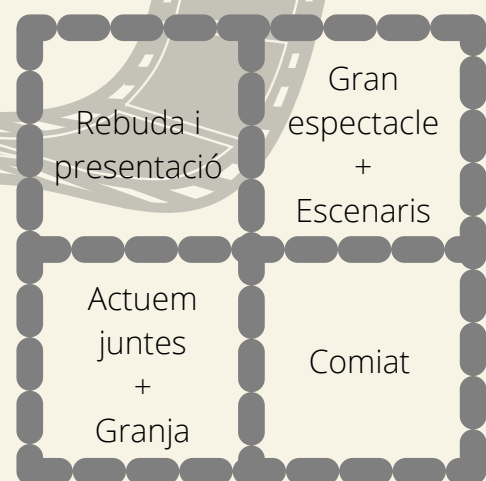
Però no és només cosa de la directora que una obra funcioni, hem d'estar molt agraïdes a tots els personatges que no paren de mossegar cada dia la mateixa poma, que són menjats cada dia pel mateix llop o que construeixen cada dia les seves casetes de palla, fusta i maons.

El que no sap l'Elisenda és que els contes estan a punt de canviar...

Colònies de 3 dies:



Colònies de 2 dies:



L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa. Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.

CONFIA AMB MI! + GRANJA

L'Elisenda ens presentarà diferents personatges de la casa i començarà pels de la Granja! A més, ens ha preparat un munt de jocs i activitats per perdre la vergonya i guanyar confiança!



ACTUEM JUNTES! + ESCENARIS

Per escalfar motors, prepararem els nostres escenaris enmig de la muntanya amb elements naturals. I aprendrem tècniques d'actuació i improvisació a través del joc.



FINALS ALTERNATIUS + GEOCATCHING

Oh no! Cap personatge dels contes tradicionals està content amb el seu final... haurem de pensar-ne un altre de ben diferent! Per fer-ho haurem de desxifrar la coordenada que ens ha deixat l'Elisenda, que sembla que no està molt contenta amb la idea de canviar res de cap història!

GRAN ESPECTACLE

Assaig general i representació final de la nostra propia història! Que vindreu a veure'ns?



L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa. Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.

ELS BANDOLERS

Cicle Mitjà



Jo, Perot Rocaguinarda, anomenat Perot lo Lladre, vaig començar a assaltar marges als 19 anys fins al 1611, any en què vaig ser indultat i traslladat a Itàlia per a lluitar en els exèrcits reials.

El segle XVII va ser una època dura per als catalans. La gent de pagès, cansada dels abusos de les autoritats ens amagàvem en indrets ferrenys envoltats de muntanyes feréstegues i boscos espessos. Defensar l'honor, la terra i la vida era el nostre objectiu.

Les quadrilles de bandolers van fer anar de corcoll als manaires de l'època. Això va ser possible perquè la nostra gran fama feia que molta gent de pagès ens protegís.

Amb l'or que confiscàvem, pagàvem als pagesos les viandes que ens proporcionaven. Vivíem en coves, dormíem sobre palla o al ras, anàvem tothora dalt del cavall, emboscant, o escapant, dúiem un mocador que ens tapava la cara, un sarró o una bossa, unes espadenyes gastades i la por sempre ficada al cos.

CAMPEROLS, LA TERRA ÉS NOSTRA!!!

Colònies de 3 dies:



Colònies de 2 dies:



L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa.
Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.

CIRCUIT D'AVENTURA

Tothom sap que els bandolers havien d'estar sempre a punt per a qualsevol atac. És per això, que haurem d'entrenar-nos bé amagant-nos pels arbres. Gaudirem d'un parc d'aventura, tot posant a prova la nostra agilitat a certa alçada amb aquest entrenament. També practicarem el nostre crit de guerra tirant-nos per la tirolina.



ORIENTACIÓ

Els bandolers havien de desplaçar-se per les muntanyes, però evidentment, no disposaven de tots els aparells que tenim avui en dia. En aquesta activitat aprendrem a orientar-nos amb el medi natural, però també amb una brúixola. Per posar a prova el que hem après, farem una cursa d'orientació.

TALLER DE PERFUMS

Activitat en la qual aprendrem que amb les plantes que ens envolten, en podem extreure un bon perfum amb l'alambí. Aprendrem els diferents tipus de plantes aromàtiques, i medicinals, i els seus usos. També realitzarem una bosseta d'olor.



SUPERVIVÈNCIA

Amb aquesta activitat aprendrem a sobreviure al mig de la muntanya aprofitant alguns dels recursos que ens ofereix la natura. Tot fent una petita excursió, aprendrem diferents tècniques de supervivència i en acabar ens haurem de construir el nostre propi refugi, ja que a vegades, per arribar d'un poble a un altre se'ns pot fer de nit.

NO VULL SER CAVALLERA!

Cicle Mitjà

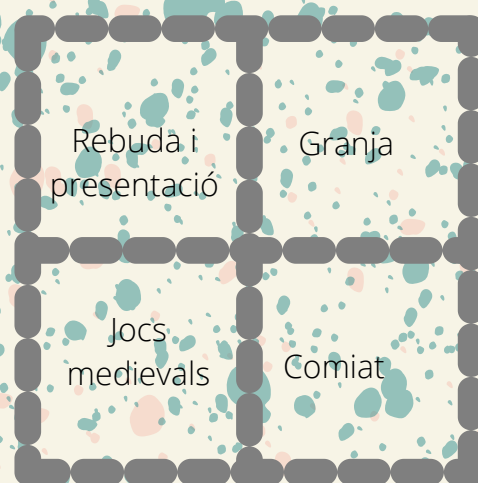
L'Elisa Casaforta és la filla dels barons de Solsona i, com a tal, té el futur predeterminat des del seu neixament: ha de ser una guerrera despediada i conqueridora.

Des que té memòria que no li agrada el futur que li han imposat i fa temps que reclama a la seva família un canvi de vida, ja que durant molts anys li han negat el seu somni: viure entre animals, produir el seu propi aliment, relacionar-se amb gent de la seva edat i, sobretot, viure més enllà de les terres del seu immens castell.

Per sort, els barons són un matrimoni prou comprensiu i, finalment, han cedit a les peticions de l'Elisa però amb una sola condició: és la gent del poble qui jutjarà i valorarà si l'Elisa està preparada per viure i conviure en comunitat. Si no ho aconsegueix, haurà d'assumir el seu rol de cavallera l'endemà mateix del judici final. Esteu preparats i preparades per ajudar l'Elisa?



Colònies de 2 dies:



Colònies de 3 dies:



L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa.
Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.



GRANJA I VOLTA AMB CARRO

A l'època medieval, els camperols havien de cuidar el seu propi ramat d'animals. D'allà n'extreien molts beneficis. En aquesta activitat gaudirem d'un dia amb els animals, alimentant-los, passejant-los, pentinant-los, però també els hi haurem de netejar les seves quadres!



COQUES DE VIDRE

Tots els camperols de l'època medieval, havien de saber fer moltes coses per complaure els seus reis, però també per tenir reserves a casa seva, ja que els aliments anaven escassos. Per això, sempre feien conserves, pa, coques...

Aprendrem l'elaboració de les coques de vidre i tot el seu procés, des que sembrem, fins que ens les mengem.



RUTA PER L'OBAGA

A través d'una excursió, coneixerem els voltants de Can Bajona, juntament amb la seva vegetació, fauna, muntanyes i llegendes. També ens acostarem fins a un mirador des d'on podrem veure el Pantà de St. Pons i la seva pressa.



JOCS MEDIEVALS

En aquesta època no tot era treballar, també hi havia moments per la diversió. Per aquest motiu, ens n'anirem fins al camp de gespa, i podrem aprendre alguns jocs tradicionals que fa segles que existeixen.

D'entre altres jocs, farem tir amb arc amb ventosa.



LA MÀQUINA DEL TEMPS

Cicle Mitjà i Cicle Superior

Can Bajona és una de les poques cases de colònies que és propietària d'una B4J0, una de les últimes màquines del temps que queden a la Terra. Durant molts anys les persones que vivim a Can Bajona, els Bajonawtes, hem tingut la sort de viatjar al llarg de la nostra història i així, hem gaudit de totes les etapes de la nostra cultura.

Malauradament, des de fa un temps la màquina no funciona del tot bé. Hi ha dies que ens llevem a l'edat de pedra i ens anem a dormir al ritme de The Tyets, i n'hi ha d'altres que ens hem de fer el nostre propi pa o que veiem els cotxes volar per la finestra. Al principi ens semblava molt divertit, però estem cansades de no poder decidir on i quan volem existir.

Tants viatges ens han demostrat que el futur està a les nostres mans, però per això necessitem arreglar la nostra màquina. Ens voleu ajudar?

Colònies de 3 dies:

Rebuda i presentació	Jocs cooperatius	Competicions esportives
A triar: Supervivència o Circuit d'aventura	Taller aliments + Granja	Comiat

Colònies de 2 dies:

Rebuda i presentació	Competicions esportives
A triar: Supervivència o Circuit d'aventura	Comiat



**L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa.
Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.**



SUPERVIVÈNCIA O CIRCUIT D'AVENTURA

Haureu de triar una d'aquestes dues activitats per tal de viatjar a l'Edat de Pedra. Si trieu Supervivència, aprendrem a sobreviure al mig de la muntanya tot creant el nostre propi refugi. Si trieu el Circuit d'Aventura, haurem de recordar com es desplaçaven els nostres avantpassats per la naturalesa tot superant els reptes del Circuit d'Aventura i les Tirolines!

JOCS COOPERATIUS

La nostra màquina del temps ens ha transportat a l'època de l'al-Àndalus, una època on les fronteres estaven en constant moviment i les cultures hi conviuen. És per això que anirem al camp de fútbol i apredrem tècniques cooperatives i col·laboratives mentre ens ho passem bé a través del joc esportiu!

TALLER D'ALIMENTS I GRANJA

Durant l'època medieval a Catalunya, la vida del camperol era simple, però no fàcil: havien de fer-se càrrec dels animals i de l'hort per tal de poder sobreviure. I no només això, t

COMPETICIONS ESPORTIVES

Per últim, la màquina del temps ens transportarà als anys 90, al final del segle XX. Aquella època, Catalunya era seu dels Jocs Olímpics (Barcelona 92), així que aprendrem a jugar a diferents esports: patinets de muntanya, escalada, hoquei gespa, beisbol



J.O.N.4

Cicle Mitjà i Cicle Superior

La OPU (Organització de Planetes Units), està formada pels planetes que tenen prou tecnologia per fer viatges intergalàctics. S'encarrega de la comunicació i la cooperació entre els éssers vius i els planetes existents a tots els universos. Comparteixen i cuiden els seus costums, terres i idiomes.

Els éssers que la dirigeixen consideren que el planeta Terra està gairebé preparat tecnològicament per formar-ne part, però també han observat que els éssers que hi viuen no sempre cooperen entre ells, s'obliden de cuidar la naturalesa, no respecten els costums dels altres... Per sort, han enviat a JON4.

JON4 és descendent d'una gegantera de Solsona, del planeta Terra, de la Via Làctia, Galàxia Planetària 6, i d'un vulcanià del planeta Vulco, del Cinturó d'Asteroides, la Galàxia Planetària 4. JON4 estima la Terra amb tota la seva ànima, i per això s'ha ofert a preparar-nos per les PAF (Proves d'Accés Final a la OPU), i evitar així la intervenció directa de les dirigents de l'Organització.



Colònies de 3 dies:



**L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa.
Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.**



CIRCUIT D'AVENTURA I TIROLINES

Al llarg d'aquesta activitat, els nois i noies hauran de demostrar a la OPU que encara estem prou connectats amb la naturalesa tot superant un parc d'alçada i les tirolines.

ORIENTACIÓ I GEOCATCHING

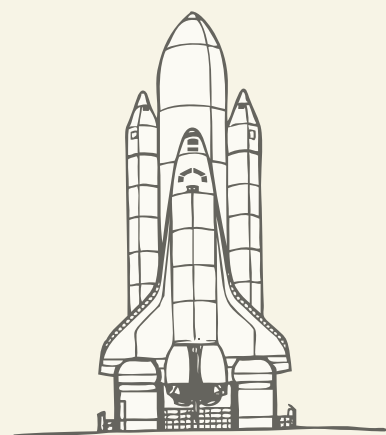
La OPU vol comprovar fins a quin punt coneixem el nostre territori i per això ens ha preparat aquest repte on aprendrem diferents tècniques per orientar-nos a través de mitjans naturals i mitjans creats per l'humà, com la brúixola. Amb l'ajuda d'aquesta, haurem d'arribar al final del circuit. També aprendrem com funciona un GPS, i haurem de trobar un "tresor" seguint les coordenades i cooperant entre els i les membres d'un equip.

SUPERVIVÈNCIA

Els membres pertanyents a la OPU tenen prou coneixament dels seus planetes com per sobreviure-hi una nit sencera. Amb aquesta excursió aprendrem a trobar menjar o aigua en casos extrems, què fer en situacions greus o com construir el nostre propi refugi.

JOCS COOPERATIUS

Les bases de la OPU són: comunicació i cooperació entre éssers per aconseguir un objectiu comú. Sou capaços de deixar enrere les vostres diferències i individualismes mentre juguem?



L'AVENTURER

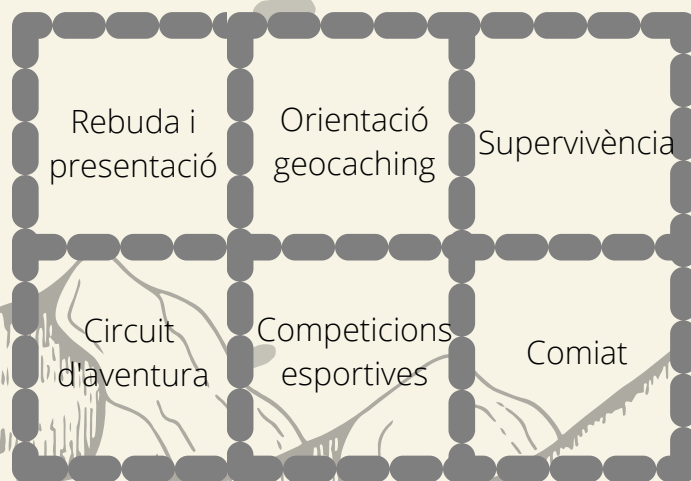
Cicle Superior

A Can Bajona tenim un personatge una mica pintoresc, és un apassionat dels esports d'aventura.

Sempre que venen nens i nenes a la casa, se li posa al cap que ell ha de ser el seu entrenador i transmetre tota l'energia i passió que ell sent per aquests esports. Aquests dies viurem aventures, emocions i superacions que no ens esperàvem pas!



Colònies de 3 dies:



**L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa.
Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.**

CIRCUIT D'AVENTURA

Activitat en la qual els nois i noies hauran de passar per un parc d'alçada i tirar-se per la tirolina.



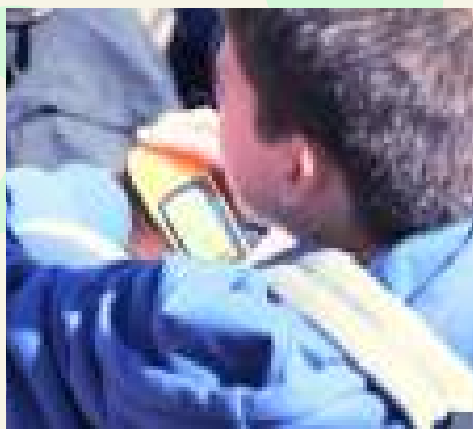
COMPETICIONS ESPORTIVES

Viurem els esports d'una manera diferent. Competirem en diferents modalitats, adaptant l'esport al lleure. Tot això es treballarà potenciant l'esportivitat. Aquest any a més a més, incorporem els patinets de muntanya!



ORIENTACIÓ I GEOCACHING

Aprendrem diferents tècniques per orientar-nos a través de mitjans naturals i mitjans creats per l'home, com la brúixola. Amb l'ajuda d'aquesta haurem d'arribar al final del circuit. També aprendrem com funciona un GPS, i haurem de trobar un "tresor" seguint les coordenades.



SUPERVIVÈNCIA

Veurem diferents aspectes que s'han de tenir en compte quan anem per la muntanya, i durant una petita excursió aprendrem què hem de fer en diferents situacions extremes que ens podem trobar. També ens haurem de construir el nostre propi refugi, imaginant que ens hem perdut al mig del bosc.





També oferim la possibilitat de canviar alguna d'aquestes activitats per Equitació i tir amb arc o bé per Piragües o Padle surf. Aquestes activitats porten un suplement que el podeu consultar amb la casa.



info@canbajona.com
973 299 363 / 608 19 12 55
www.canbajona.com

Tornar
índex

EMMURALLATS



Solsona és una ciutat amb un nucli antic amb molts elements medievals. La gent gaudeix d'algunes festes i tradicions d'aquella època. Durant aquests dies viurem aprenent algunes de les seves aficions, tradicions i costums medievals. Ens haurem de posar en la seva pell, ja que va marcar molt a tot el que era i és Solsona i els seus voltants.

Colònies de 3 dies:

Descoberta Solsona	Orientació geocaching	Jocs medievals
Descoberta Solsona	Circuit d'aventura	Comiat



**L'ordre de les activitats pot variar en funció dels grups de la casa.
Si es vol canviar alguna activitat s'ha de parlar prèviament amb la casa.**

DESCOBERTA DE SOLSONA

El primer dia anirem a conèixer Solsona, que té un preciós nucli antic emmurallat. Serà allà on farem un joc de pistes i preguntes, amb les quals coneixerem la ciutat, la seva història i els seus habitants. Dinarem a un parc i tornarem cap a Can Bajona per camins forestals senyalitzats, treballant així també el senderisme. A mig camí, tindrem l'oportunitat de passar per un refugi antiaeri de la Guerra Civil.

El primer dia arribarem a Can Bajona on deixarem les maletes i acte seguit es tornarà a pujar a els mateixos autocars, els quals ens portaran fins el poble de Solsona, on començarem la activitat. La tornada es realitzarà a peu juntament amb els monitors.

ORIENTACIÓ I GEOCACHING

Sempre hem de saber on estem situats, però si no ho estem, tenim diferents mitjans per a poder fer-ho. Ensenyarem com situar-nos a través de mitjans naturals i amb la brúixola. Per demostrar el que hem après, farem una cursa d'orientació pel bosc.

PARC D'AVENTURA

Tots els cavallers havien de ser molt hàbils, per això haurem de fer un entrenament per les alçades dels arbres en el nostre parc d'aventura.

COMPETICIONS MEDIEVALS

En aquestes competicions tindrem l'oportunitat de conèixer alguns jocs als quals es jugaven en aquella època; tir amb arc, jocs de punteria, justa de cavallers, proves d'habilitat...



TREBALL DE SÍNTESI - AVENTURA'T A CAN BAJONA

Aquest treball queda totalment justificat en la primera de les capacitats que ha d'assolir l'alumne en finalitzar l'etapa d'educació secundària; "Conèixer i comprendre els aspectes bàsics del funcionament del propi cos i de les conseqüències dels actes i les decisions personals per a la salut individual i col·lectiva, i valorar els beneficis que comporten els hàbits d'exercici físic, d'higiene i una alimentació adequada.

En l'espai natural que la casa de colònies ens proporciona, ideal per a la realització d'esports d'aventura, podem treballar totes les àrees curriculars sense oblidar els eixos transversals: educació pel medi ambient, educació per la salut...

En cas d'estar interessats, podeu demanar més informació sobre les activitats, el dossier, els timings...

ACTIVITAT

CONTINGUTS

ÀREES

ÀREA 1

DESCOBERTA SOLSONA

- 1.1. El Solsonès: situació al mapa
- 1.2. Descoberta de Solsona

Situació de la comarca i demografia
Gimcana de Solsona

Geografia
Història

ÀREA 2

SENDERISME

- 2.1. Introducció al món del senderisme

Què és un sender? Com es creen, material, senyalitzacions, mapes topogràfics.

Tecnologia, anglès,
matemàtiques

ÀREA 3

CIRCUIT D'AVENTURA

- 3.1. Introducció al món de l'aventura

Tècnica en diferents esports d'aventura.
Material a utilitzar

Llengua catalana
Matemàtiques

ÀREA 4

TIR AMB ARC

- 4.1. Introducció al món del tir amb arc

Tècnica de llançament. Història de l'esport.
Parts de l'arc

Tecnologia, ciències socials,
matemàtiques

ÀREA 5

EQUITACIÓ

- 5.1. Introducció al món de l'equitació
- 5.2. Coneguem el Equus caballus

Com muntar a cavall. Tipus de pas del cavall.
Tècnica per dominar el cavall.
Situació taxonòmica del cavall, alimentació...

Tecnologia
Llengua catalana
Ciències naturals, tecnologia

ÀREA 6

ALIMENTACIÓ I ESPORT

- 6.1. El nostre cos
- 6.2. Dieta equilibrada
- 6.3. Dietoteràpia

Necessitats energètiques de les persones
Quan considerem que una dieta és equilibrada
Diferents tipus de dietes

Ciències naturals,
matemàtiques,
llengües



Quan arriba la nit, surten els nervis i les emocions. Tenim ganes d'utilitzar les llanternes i gaudir amb els nostres amics i amigues d'uns bons jocs de nit. A Can Bajona us oferim diferents opcions, per a fer de les nostres nits, inoblidables...

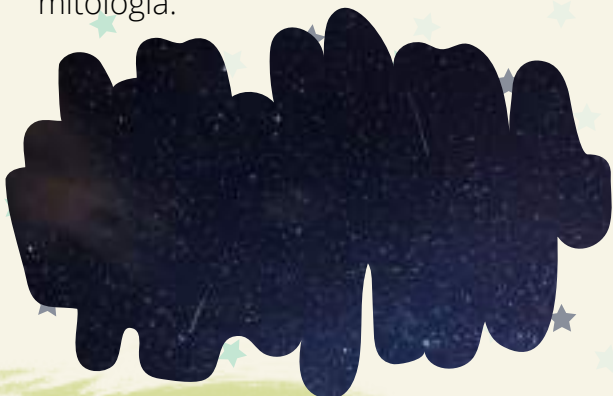
Jocs varis ambientats

Jugarem a diferents jocs relacionats amb el centre d'interès treballat, en els quals haurem d'utilitzar les llanternes. Correrem amunt i avall per tal d'anar ben cansats cap al llit...



Nit d'estels

Abans d'anar a dormir, ens relaxarem una miqueta mirant cap al cel i aprenent a diferenciar algunes constel·lacions i planetes i la seva mitologia.



Gimkanes del centre d'interès

A través d'uns jocs de pistes, haurem d'ajudar els nostres personatges a arribar al final de les incògnites preparades...



Festa de comiat












Arriba l'última nit, i tenim l'opció d'acabar-la celebrant una festa de comiat, amenitzada per música, llums de colors i danses dels monitors i monitor/es.



Què cal portar?

Aquí teniu tot el que haurien de portar els nens i nenes per la seva estada.

****Tots els objectes i roba hauran d'anar marcats****

-  Sac de dormir
-  Roba de recanvi i d'abric
-  Estris personals
-  Calçat còmode per anar d'excursió
-  Cangur o jaqueta impermeable
-  Llanterna i piles de recanvi
-  Motxilla petita per tenir durant el dia amb:
 -  - Cantimplora
 -  - Gorra
 -  - Crema solar
 -  - Spray o equivalent pels mosquits



IMPORTANT!

- Original, fotocòpia o número de la seguretat social

Menú 3dies:



Per a modificacions del menú s'haurà de consultar a la casa abans de l'estada.

La casa es reserva el dret de modificar el menú per les necessitats d'organització i del subministrament segons temporada, però tot respectant l'equilibri dietètic.

El menú pot canviar d'ordre i dia

Caldrà informar amb tots els detalls dels alumnes amb alguna al·lèrgia, intolerància o règim especial amb un termini de 15 dies anteriors a l'estada, via e-mail: info@canbajona.com.

Opcional: la casa ofereix l'opció de substituir un dels àpats del sopar per patata i mongeta (dieta mediterrània) amb sol·licitud prèvia a l'estada.

1er dia

2on dia

3er dia

	1er dia	2on dia	3er dia
Esmorzar		Llet amb Nesquik i sucus varis. Pa amb mantega i melmelada. Embotit Magdalenes/galetes i cereals	Llet amb Nesquik i sucus varis. Pa amb Nocilla Embotit Croissants i cereals
Dinar	Macarrons a la bolonyesa Pollastre amb acompanyament Fruita del temps	Llenties casolanes Varetes de lluç i croquetes Amanida Préssec almívar o fruita	Espaguetis a la carbonara Llom arrebossat amanida Gelats o fruita
Berenar	Pa amb xocolata	Coca de forner amb xocolata	
Sopar	Sopa de caldo casolà Salsitxes amb tomàquet Patates fregides Iogurt o fruita	Arròs amb tomàquet Truita de patata Amanida Flam o fruita	

info@canbajona.com

973 299 363 / 608 19 12 55

www.canbajona.com

[Tornar
índex](#)

39

Per a modificacions del menú s'haurà de consultar a la casa abans de l'estada.

La casa es reserva el dret de modificar el menú per les necessitats d'organització i del subministrament segons temporada, però tot respectant l'equilibri dietètic.

El menú pot canviar d'ordre i dia

Caldrà informar amb tots els detalls dels alumnes amb alguna al·lèrgia, intolerància o règim especial amb un termini de 15 dies anteriors a l'estada, via e-mail: info@canbajona.com.

Opcional: la casa ofereix l'opció de substituir un dels àpats del sopar per patata i mongeta (dieta mediterrània) amb sol·licitud prèvia a l'estada.




	1er dia	2on dia
Esmorzar		Llet amb Nesquik i sucus varis. Pa amb mantega i mermelada. Embotit Magdalenes/galetes i cereals
Dinar	Macarrons a la bolonyesa Pollastre amb acompanyament Fruita del temps	Arròs amb tomàquet Varetes de lluç i croquetes Amanida Gelats o fruita
Berenar	Pa amb xocolata	
Sopar	Sopa de caldo casolà Salsitxes amb tomàquet Patates fregides Iogurt o fruita	




Dubtes i reserves:

- El professorat, no caldrà que porti roba de llit. A Can Bajona els hi donarem llençols i mantes.
- No caldrà que porteu pilotes ni material de temps lliure, ja que aquí ja en tenim!
- Quan ens faciliteu el nombre d'alumnes per grups, us enviarem la distribució de les habitacions.
- L'hora d'arribada a la casa de colònies ha de ser a partir de les 11 h. Si s'arriba abans d'aquesta hora, serà el professorat qui estarà amb els nens i nenes fins a l'hora acordada. L'hora de sortida serà a les 15 h. Tot i això, si voleu fer un altre horari, som flexibles i es pot acordar un de diferent.
- Un cop a la casa, cada escola tindrà els seus espais assignats, diferenciats i separats de les altres escoles (sala de professors, zona d'esbarjo, lavabos, menjador...)
- A Can Bajona tenim consciència pel medi ambient. És per això que intentem tenir diferents punts de reciclatge, deixalles, etc. També hem intentat reduir al màxim possible l'ús de materials més contaminants com el plàstic.
- Un cop sigueu a Can Bajona, disposem de cotxe privat de la casa, per si el professorat el necessita per a qualsevol cosa.
- A la casa, hi ha un punt de recollida d'objectes perduts. Es té un termini d'un mes per a reclamar aquests objectes. Un cop passat aquest temps, es portarà tot a Càritas, per donar una segona oportunitat a aquests objectes.

Per a qualsevol dubte, o per formalitzar les reserves, us podeu posar en contacte amb nosaltres a través del mail:

 **info@canbajona.com**

o bé a través dels nostres telèfons:

 **973 299 363 / 608 19 12 55**

També podeu estar al dia de les nostres notícies a través del nostre perfil d'Instagram:

 **@canbajona**