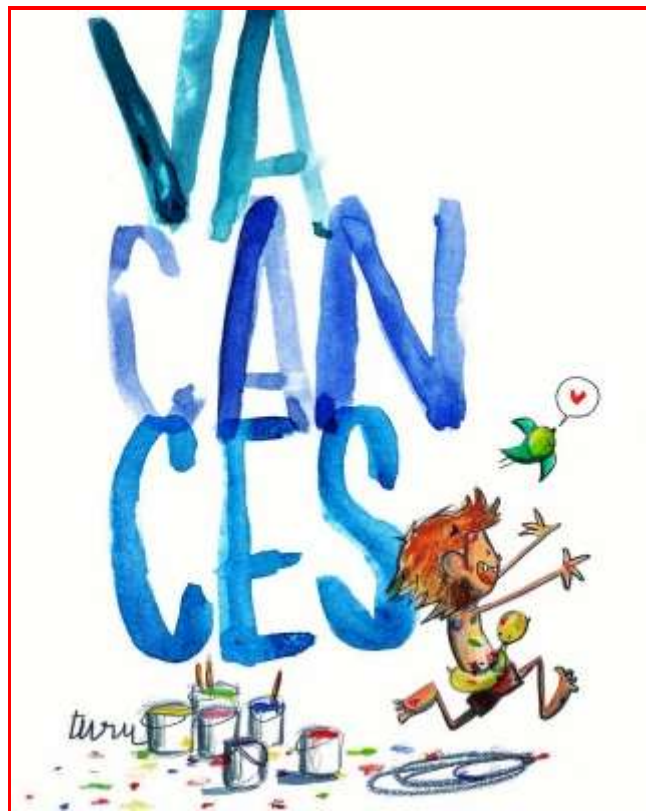


# PROPOSTES D'ESTIU

- 6è primària -



## PROPOSTES D'ESTIU 2026

Ara que arriba l'estiu, comença un temps diferent. Uns mesos per descansar després de tot l'esforç fet durant el curs, per gaudir de les vacances, passar més temps amb la família i els amics, descobrir nous indrets i viure experiències que durant l'any sovint no tenim temps de fer.

També és important trobar moments per desconnectar de les pantalles i connectar amb allò que ens envolta: una conversa, un joc compartit, una passejada, una estona de lectura o simplement observar i gaudir del que passa al nostre voltant. Sovint, és en aquests moments de calma quan neixen les millors idees i els records més especials.

Però l'estiu també pot ser una oportunitat per continuar aprenent d'una manera més lliure i divertida. Aprenem quan observem el món que ens envolta, quan conversem, quan llegim, quan juguem, quan ens fem preguntes o quan ens atrevim a provar coses noves.

Per aquest motiu us proposem aquest recull d'activitats i suggeriments. No es tracta d'una feina obligatòria, sinó d'un conjunt d'idees pensades perquè cadascú pugui escollir aquelles que més li agradin i adaptar-les al seu ritme. L'objectiu és mantenir activa la curiositat, reforçar alguns aprenentatges i, sobretot, gaudir mentre es fan.

No cal completar totes les propostes ni seguir cap ordre concret. Podeu dedicar-hi una estona de tant en tant, quan us vingui de gust. El més important és fer-ho amb tranquil·litat i aprofitar cada activitat com una oportunitat per aprendre alguna cosa nova.

Durant aquests mesos, us animem especialment a llegir. Els llibres ens permeten viure aventures, conèixer personatges sorprenents, viatjar a llocs llunyans i descobrir idees que ens fan pensar. Qualsevol moment és bo per obrir un llibre: a la platja, a la muntanya, al parc o a casa.

També us encoratgem a explorar, observar, imaginar i crear. Podeu escriure un diari de vacances, preparar una recepta, fer una excursió, aprendre una habilitat nova, jugar a jocs de taula, investigar sobre algun tema que us interessi o simplement gaudir del temps lliure deixant volar la imaginació.

Recordeu però, que no tots els aprenentatges es poden escriure en un quadern. Aprendre també és ajudar a casa, responsabilitzar-se de petites tasques quotidianes, prendre decisions, tenir cura dels altres i del nostre entorn, o descobrir què ens agrada i què ens costa més. Són experiències que ens fan créixer com a persones i que tenen tant valor com qualsevol activitat acadèmica.

Esperem que passeu un estiu ple de bons moments, descobriments i aventures. Ens retrobarem al setembre amb moltes ganes de compartir tot allò que haureu viscut i après.

Molt bon estiu i bones vacances!

**Equip de mestres**





# Propostes de treball d'estiu 6è



Català i castellà

## ★ Què podem fer?

Hi ha un munt de pel·lícules que val la pena veure, et proposem que en vegis alguna i ens donis la teva opinió. A les de català explica si hi trobes molta diferència amb el llibre.

CATALÀ	CASTELLÀ
	

# ★ I mai pot faltar un bon llibre

Recomanació de llibres: Tot seguit et recomanem uns quants llibres, tant en castellà com en català, perquè gaudeixis de bones i tranquil·les estones. Recorda que els llibres no sempre cal comprar-los, pots anar a la biblioteca i emportar-te'ls a casa o llegir-los allà.

CATALÀ	CASTELLÀ
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>L'extraordinari enginy parlant del Professor Palermo</b></li> <li>● <b>Autor:</b> Jordi Sierra i Fabra <b>Editorial:</b> Edicions la Galera <b>Argument:</b> <i>Al principi del segle XX un nen orfe assisteix a un espectacle impressionant: un mag ventríloc fa parlar i moure's el seu nino metàl·lic. Però el nen sospita que amb la màgia no n'hi ha prou per explicar aquest extraordinari fenomen. I així, entrant en contacte amb el Professor Palermo, el mag, viurà la millor aventura que un nen pot imaginar: ser espectador privilegiat de la història de tot un segle. Però també haurà de pagar-ne un preu molt alt...depressiva, Mandarí perd lletres a causa d'una trompada i passa a ser Mari i Culte, a la qual se li desplaça la "r", es transforma en Culet...</i></li> <li>● <b>La gran fuga de l'avi</b> <b>Autora:</b> David Williams <b>Editorial:</b> Montena <b>Argument:</b> <i>L'avi d'en Jack, durant la segona guerra mundial, havia estat un gran pilot d'avió. A dia d'avui va al supermercat amb les sabatilles posades i de vegades ni tan sols recorda el nom del seu nét. Per això, els pares d'en Jack, decideixen posar el vell a una residència anomenada: Torre Crepuscle. En Jack farà tot el possible per treure el seu avi d'aquella residència infernal, ho aconseguirà???</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>El tren a lugares imposibles</b> <b>Autora:</b> P.G.Bel <b>Editorial:</b> RBA <b>Argumento:</b> <i>El Expreso Postal Imposible no es un tren cualquiera. Es un servicio de reparto operado por un trol que llega a cualquier sitio, desde un buque naufragado en el fondo del océano hasta el espacio sideral, pasando por la Ciudad de los Trols. Cuando este tren imposible cruza la puerta de su cocina con un rugido, el mundo de Suzy se convierte en una aventura caótica y alocada. No le queda otra que subir a bordo si quiere que su mundo deje de estar patas arriba.</i></li> <li>● <b>Atrapados en una partida de ajedrez</b> <b>Autor:</b> Arthur Perrier <b>Editorial:</b> Idepently Published <b>Argumento:</b> <i>Lucas, un niño apasionado por el ajedrez, disfruta pasando tiempo en casa de su abuela Charo. Un día, mientras buscaba el antiguo tablero de su abuelo junto a su vecina Ángela, su mundo cambia por completo: ¡acaban atrapados en un tablero gigante! ¿Lograrán escapar o serán prisioneros del juego para siempre?</i></li> <li>● <b>Manolito Gafotas</b> <b>Autora:</b> Elvira Lindo <b>Editorial:</b> Seix Barral <b>Argumento:</b> <i>Manolito Gafotas, como lo conocen todos en su barrio de Carabanchel (Alto), es un niño dicharachero que vive con sus padres, su abuelo Nicolás y su hermano pequeño, el Imbécil, y que siempre está dispuesto a contar su visión de las cosas. Junto a su mejor amigo, el Orejones López, y su mayor enemigo, el chulito Yihad, la vuelta al colegio Diego Velázquez se convierte en una aventura. La llegada de un nuevo compañero, Paquito Medina, una cita en el Árbol del Ahorcado con Susana o el cumpleaños más feliz del abuelo Nicolás son algunos de los acontecimientos memorables del primer libro de Manolito Gafotas.</i></li> </ul>

## English

### ★ Listening

#### → Complete the lyrics of a song with “Lyrics Training”!

Now that you know how to use the Lyrics Training app and web page, you know that it's a very funny way to practise your listening skills. **Choose your favourite songs, choose the difficulty level and... complete the words missing!**

Write the list of songs that you complete and show it to me in September! Can you complete 10 songs? Maybe 20? Let's see!!



Instructions: <https://www.youtube.com/watch?v=LaYcXwAwCJI>

#### → English Tuesday at home!

Every Tuesday we had new English tasks to do during these weeks. **Why don't you celebrate English Tuesdays during the summer by watching a film in English with all your family?** You know that you can watch it with Spanish or Catalan subtitles, with English subtitles if you want to learn some more... or even without subtitles if you want a challenge! Watching films or series in English is one of the funniest ways to improve your listening!!



Look at the “Writing” section to know how to write reviews of all these films!

#### → Learning and having fun with some English videos and series!

**National Geographic Kids:** <https://kids.nationalgeographic.com/videos/>

Videos about animals, exploration, science and fun facts for you to learn about Natural Science and improve your listening skills!!

### **BBC Extra English Series:**

[https://www.youtube.com/playlist?list=PLdYSWqTrWP2jyqWIdjsATbrb11uN\\_BMrF](https://www.youtube.com/playlist?list=PLdYSWqTrWP2jyqWIdjsATbrb11uN_BMrF)

If you find your favourite series a little bit difficult to watch in English... here's one from the BBC that is perfect for people learning English! It's completely free because it's all on Youtube!

## ★ Reading

→ **Finish the NAVIO units 6 and 7 (and the booklet)!**



We almost finished **unit 6** and there is **a whole new extra unit (unit 7) to finish** in your **NAVIO app!** It's one of the best things to do this summer to continue improving your English!! Can you do it without support? I'm sure you can do it! :)

→ **Get a book from the library!**

At **Sant Boi Library** you can find books from different English levels, and it's a perfect way to choose your favourite and improve your reading skills without buying a new one!

→ **Make your own story and read it!**

Story Maker 1: <https://learnenglishkids.britishcouncil.org/games/story-maker-1>

Story Maker 2: <https://learnenglishkids.britishcouncil.org/games/story-maker-2>

Using these British Council webpages, you can have some fun **creating new short stories by choosing some elements** and waiting for the app to do the rest! Horror stories, detective stories, fantasy stories... when you choose all the options, you can read a different tale every time you play! It's a fun way to read stories in English!!

## ★ Writing

→ **Films reviews**

To practise your writing skills, **you can write different film reviews of the films you watch on your English Tuesdays!** To write it, I leave you an example so you can

do a similar one! In september, you can show me all your reviews... how many can you do?

### Toy Story 3

One of my favourite films is Toy Story 3. The story is about a group of toys that are delivered by mistake to a day-care centre when Andy, their owner, goes to college. At Sunnyside day-care, the group of toys led by Woody, Buzz Lightyear and Jessie find Barbie, Ken and the evil "Lotso" Bear. They go through a lot of adventures and funny situations trying to get back home with Andy.

The main characters are:

- **Woody:** He's a cowboy. He's more intelligent than Buzz and he's the most confident toy in the group.
- **Buzz Lightyear:** He's a space ranger. He's stronger than Woody and he is the funniest character in the film.
- **Jessie:** She's a cowgirl. She is more energetic than Buzz or Woody and she is the bravest toy in the group.



I love Toy Story 3 because it is an amusing film, full of adventure. I watched Toy Story 1 & 2 when I was younger and it is one of my favourite sagas. My favourite character is Buzz, because in this film he starts speaking Spanish and dancing "flamenco" and it's really funny.

Toy Story 3 is the greatest Disney film!

→ **Write a recipe!**

**Why don't you learn some new vocabulary and improve your writing skills by writing some recipes during the summer?** The best thing about writing a recipe it's that you can actually cook it and... enjoy a delicious dessert, for example! Here you have an example to guide you!

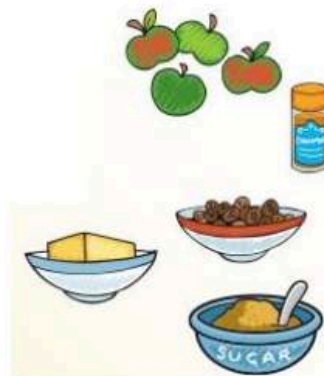
## Our recipe: BAKED APPLES WITH ICE CREAM

### Introduction

We've got an apple tree in our garden so we eat lots of apples. Baked apples with ice cream is one of our favourite desserts and it's very easy to make.

### Ingredients

- 4 apples (the same size)
- 2 tablespoons of sultanas
- 1 teaspoon of cinnamon
- 4 teaspoons of butter
- 2 teaspoons of sugar



### Preparation time

15 minutes

### Cooking time

25 minutes

### Instructions

- First of all, put the sultanas, the brown sugar and the cinnamon in a bowl and mix them together.
- Then, wash the apples. Cut out the centre of each apple (Be very careful. Don't cut yourself. Ask someone to help you.)
- Next, put the apples in a dish. Put the sultanas, cinnamon and sugar mixture into each apple and put a teaspoon of butter on top.
- Last of all, put the dish into the oven. Bake the apples at 200° for 20 to 25 minutes.

### Serving suggestions

Serve your baked apples in a bowl with ice cream.

We hope you like our recipe!



→ **Your English notebook!**

And finally, **you can write whatever you want on your English notebook**. An email to me or to a friend, videogames reviews, a trip you want to explain, your holidays diary... anything you want! It's a perfect excuse to practise your writing and you can show it to me in September!

**ATTENTION!**

***If you decide to explain something about your holidays (a trip, a journey, a funny moment...) you can practise writing in the past!! Can you do it? ;)***

★ **Speaking**

→ **Talk about it with your family or record me a video!!**

Practising the speaking skills can be difficult at home without your friends, but you can **talk to your family about all the tasks in English** or you can even **record me a video of any of these activities or anything that you want!** I will be very happy to watch your videos when we come back in September!!

## Matemàtiques



### Enigmath

La col·lecció de quaderns de reptes matemàtics, un per a cada curs de Primària i Infantil. Una estona cada dia, per a continuar raonant i resolent misteris!

[5è Primària](#)

[6è Primària](#)

*També podeu trobar-los en botigues Abacus, El Corte Inglés, Llibreries Lifer, Esclat, Elkar i FNAC (la teva llibreria més propera també pot demanar-los a través dels distribuïdors Elkar o Azeta).*

### Reptes quotidians [PDF]

Una sèrie de reptes matemàtics descarregables per a buscar matemàtiques a l'hora de cuinar, de viatjar, d'observar... i descobrir noves oportunitats d'aprenentatge!

[Descarregar PDF](#)

### bmath

La pràctica digital de matemàtiques per a reforçar tots els continguts del curs. Té una versió gratuïta i una premium!

[Descarregar bmath](#)

## Contes, llibres i jocs

Algunes històries també amaguen matemàtiques. Exploreu la selecció de contes, llibres i jocs per a fomentar l'aprenentatge de les matemàtiques.

[Veure recomanacions](#)

## Escapades i rutes matemàtiques

Podeu visitar museus i participar en tallers dedicats a les ciències i les matemàtiques. A més, enguany, us animem a trobar les rutes matemàtiques més properes a casa vostra! Una manera d'explorar junts mentre descobriu les matemàtiques en el vostre entorn.

[Veure mapa d'experiències](#)

## ★ Jocs de taula

Us animo a que durant aquest estiu pugueu també jugar a jocs de taula. Són perfectes per divertir-se en època estival i a la vegada **enforteix els vincles familiars, treballa el raonament lògic matemàtic, potència l'agilitat mental, treballa les habilitats motrius i un munt d'aspectes més**. Avui en dia hi ha un munt d'opcions! Des dels clàssics com les dames, els escacs, jocs de cartes clàssics... i d'altres que també us faran passar una bona estona! A continuació us en recomano alguns de caire matemàtic però qualsevol opció és bona!!





## Medi Natural

### ★ Estalvi energètic

Recordeu què és el que podem fer per estalviar energia a casa?  
A continuació us deixo l'enllaç d'un joc que vam fer a principi de curs i que us ajudarà i molt a recordar i refrescar alguns conceptes i consells:



[http://icaen.gencat.cat/ca/energia/ambit\\_educatiu/jocs\\_linia/](http://icaen.gencat.cat/ca/energia/ambit_educatiu/jocs_linia/)

Un cop hagueu refrescat els principals conceptes us proposo que elaboreu un pla d'actuació sobre la millora del reciclatge a casa vostra:

Podeu començar fent un llistat del que feu i després afegir tot allò que creieu que podeu millorar.

Què fem (quins aspectes si que tenim molt presents per estalviar energia)?	
Què podríem introduir? Què no fem fins ara i podríem fer a partir d'ara?	

### ★ Elaborem un menú saludable per a tota la família

T'atreveixes a posar en pràctica tot el que hem après durant aquestes últimes setmanes de curs?

Dissenya i elabora un menú de tot un dia saludable i variat, on tinguin presència tots els nutrients. Recorda quin percentatge ha de tenir cada un d'ells dins la nostra dieta.

Recorda la piràmide d'alimentació i el plat de harvard:



[https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/\\_Vida\\_saludable/Alimentacio/Piramide/triplic\\_piramide\\_saludable.pdf](https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_Vida_saludable/Alimentacio/Piramide/triplic_piramide_saludable.pdf)

I per últim ja que esteu posats... us atreviu a fer de "xefs" i ajudar a la vostra mare i/o pare a preparar-lo?

## ★ Aprenem des del sofà de casa

Una altre molt bona manera de continuar aprenent és aprofitar les caloroses tardes d'estiu per veure un documental. Avui en dia hi ha de molt interessants i els podeu trobar en la gran majoria de plataformes digitals com netflix, hbo, amazon prime, movistar...

En cas de que no tingueu cap plataforma de les comentades penseu que a les biblioteques tenen molts dels que us proposo i els podeu agafar en préstec.

			
EL VIAJE DEL EMPERADOR	PLANETA TIERRA (Qualsevol dels episodis dels diferents ecosistemes que surten)	UN OCÉANO DE PLÁSTICO	TIERRA

Aquests són algunes de les propostes però si no trobeu aquests i veieu algun altre sempre estarà bé!

## ★ Anem de museu

Què millor que en aquest dies de tant calor aprofitar per anar a un museu i seguir ampliant el nostre coneixement! A continuació us en recomano alguns de molt interessants:

<b>MNATEC</b>	<a href="https://mnactec.cat/es">https://mnactec.cat/es</a>
<b>COSMOCAIXA</b>	<a href="https://cosmocaixa.org/ca/">https://cosmocaixa.org/ca/</a>
<b>MUSEU DE LES CIÈNCIES NATURALS</b>	<a href="https://museuciencies.cat/">https://museuciencies.cat/</a>

## Medi Social

### ★ PEL·LÍCULES

A part dels banyets a la platja o a la piscina, passejar per la muntanya, jugar amb els amics, descansar, fer esport, etc. Què millor que gaudir de l'estiu veient pelis en família???

Aquí us deixo una tria de pel·lícules, que ha part d'esperar que us facin passar una bona estona veient-les, us poden servir per repassar o ampliar algunes de les coses que hem après aquests cursos a l'àrea de medi social.

Us he classificat les pelis per l'edat o època de la història en que succeeixen o estan ambientades. I us he escrit un petit comentari sobre per què he escollit la pel·lícula, de quin tema històric tracta i en quina època històrica es situa. Però també us he posat algun comentari o opinió personal sobre ella. I he destacat amb una estrella quines d'elles, per a mi, són, imprescindibles... però, com ja sabeu: sobre gustos...colors!

També trobareu una petita explicació sobre l'argument de la peli.

Escolliu les que trobeu més interessants. Algunes potser ja les heu vist, però us ve de gust tornar-les a veure. La majoria d'elles les podeu trobar a plataformes televisives com *Netflix*, *Max* (*HBO*), *Movistar+*, *Primevideo*, *Disney+*, etc.

A veure que us semblen les propostes...

#### EDAT MITJANA

##### **ROBIN HOOD, PRÍNCIPE DE LOS LADRONES (1.991)**



**Entretinguda pel·lícula d'aventures, ambientada a l'Anglaterra medieval.  
La llegenda de Robin Hood succeeix en plena Edat Mitjana (s. XI-XIII).**

**ARGUMENT:** El rei Ricard I d'Anglaterra, Cor de Lleó, és fet presoner pels seus enemics. El seu germà, Joan ho aprofita i li treu el poder i imposa la seva tirania al poble d'Anglaterra. Davant d'aquests fets, Robin Hood decideix refugiar-se al bosc de Sherwood i lluitar contra el príncep Joan.

Robin és un lladre i excel·lent arquer i es dedica a robar als rics per ajudar als pobres i ha lluitar contra la injustícia i la tirania. Viu diferents aventures amb el seu valent ajudant, Little John, i la seva divertida banda de lladres. El seu objectiu és vèncer el malvat príncep que té atemorit el poble a força d'injustos impostos.

##### **BRAVE (INDOMABLE) – 2.012**



**Es tracta d'una pel·lícula d'animació, situada a les Highlands (terres altes) d'Escòcia durant el període medieval.**

**ARGUMENT:** Explica la història d'una experta arquera i princesa anomenada Mèrida que desafia un antic costum, provocant el caos en el seu regne i posant furiosa a la seva mare, la reina Elinor. Després de consultar a una bruixa a la recerca d'ajuda, Mèrida maleeix accidentalment a la seva mare i es veu obligada a desfer l'encanteri per si mateixa abans que sigui massa tard...

**LA PRINCESA PROMETIDA (1.987)**

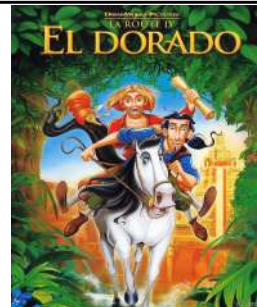


**Pel·lícula molt divertida que combina elements d'aventura, fantasia, romanç, conte de fades i humor. I està ambientada en l'Edat Mitjana.**

**ARGUMENT:** Després de buscar fortuna durant cinc anys, Westley retorna a la seva terra per casar-se amb la seva estimada, la bella *Buttercup*, a la qual havia jurat amor etern. No obstant això, per a recuperar-la haurà d'enfrontar-se a *Vizzini* i els seus ajudants. Un cop derrotats aquests, haurà de superar el pitjor dels obstacles: el príncep *Humperdinck*, que pretén casar-se amb la princesa *Buttercup*, malgrat que ella no l'estima, ja que segueix enamorada d'*Westley*.

**EDAT MODERNA**

**LA RUTA HACIA EL DORADO (2.000)**



**Aquesta entretinguda pel·lícula de dibuixos animats ens situa al segle XVI, època dels grans descobriments i dels conqueridors espanyols del "nou continent": Amèrica.**

**ARGUMENT:** Tulio i Miguel, dos murrís espavilats, sense ofici ni benefici, estafadors d'estar per casa, decideixen buscar la llegendària ciutat d'or de "El Dorado". Un mapa podria portar-los a tan desitjat destí, però abans hauran d'escapar del vaixell d'Hernán Cortés (personatge històric real; conqueridor espanyol del s. XVI) en el qual es troben presos, enfrontar-se als indígenes i barallar-se per conquerir la bellíssima Chel. Fer-se rics o mantenir la seva amistat: aquí estarà el gran dilema...

**POCAHONTAS (1.995)**



***Pel·lícula d'animació de Disney que reflecteix el moment històric de la colonització i ocupació anglesa de "el nou món": Amèrica del Nord (cap al 1.607 – s. XVII).***

**ARGUMENT:** El capità John Smith és nomenat governador anglès de l'estat americà de Virgínia. Aquest s'enfronta als indis i el confonen amb un déu ja que els seus rudimentàries armes no aconsegueixen perforar la seva armadura. Smith s'enamora d'una princesa índia; *Pocahontas*, donant així començament a una etapa de comprensió i entesa entre les dues races: blancs i indis americans.

### ***ELCANO Y MAGALLANES (La primera vuelta al mundo) - 2.019***



***Aquesta pel·li de dibuixos, tot i què d'una manera una mica infantil i sense ser del tot fidel a la realitat, explica l'aventura del primer viatge circular, en vaixell, al voltant de la Terra, que va acabar on havia començat, i que marcaria un abans i un després en la història de la humanitat: la primera volta al món, una de les aventures més emocionants mai explicada.***

**ARGUMENT:** La història de dos navegants que, el 1.519, van salpar amb cinc embarcacions del port de Sevilla. Eren el portuguès Fernando de Magallanes, comandant de l'expedició, i el basc Juan Sebastián Elcano, l'home que va aconseguir concloure la missió. Una èpica aventura que acabaria tres anys després, i que confirmaria que el nostre planeta era esfèric, cosa que només es sospitava fins llavors.

### ***LA ISLA DEL TESORO (2.012)***



***Es tracta d'una entretinguda mini sèrie de TV de 2 episodis i és una adaptació de la coneguda novel·la d'aventures de l'escriptor Robert Louis Stevenson: "L'illa del tresor". Està ambientada al món dels pirates que navegaven pels mars a l'edat moderna.***

**ARGUMENT:** El jove *Jim Hawkins* porta una vida humil i tranquil·la al costat de la seva mare. No obstant això, tot canvia per complet quan coneix al capità pirata *John Silver*, qui el conduirà a una gran aventura a la recerca d'un tresor amagat. No seran els únics que voldran trobar l'anhelat tresor; altres pirates també aniran darrere seu i faran tot el possible per aconseguir-ho.

**EDAT CONTEMPORÀNIA**

**MASTER AND COMANDER: AL OTRO LADO DEL MUNDO** ★  
**(2.003)**



**Tot i que està ambientada a principis de l'Edat Contemporània (1.805), a part de fer-vos passar una bona estona, que us mantindrà en tensió fins el final, i us pot servir per conèixer moltes de les coses sobre els viatges en vaixell de l'Edat Moderna i principis de l'Edat Contemporània: com eren les naus, les seves parts, com era la vida a bord, els perills, les malalties, com es defensaven dels atacs, els instruments de navegació, com es comandava un vaixell, etc.**

**Concretament està ambientada en les guerres napoleòniques, entre francesos i anglesos, a principis del segle XIX.**

**ARGUMENT:** L'emperador francès Napoleó Bonaparte domina Europa. Anglaterra aconsegueix resistir perquè és la primera potència naval del món. Precisament per això els oceans esdevenen un crucial i estratègic camp de batalla. A l'Atlàntic, el *Surprise*, una nau anglesa capitanejada per *Jack Aubrey*, és atacada per sorpresa per un vaixell de guerra francès. Tot i els greus danys soferts per la nau, el capità decideix navegar travessant de l'oceà Atlàntic a l'oceà Pacífic (com va fer Magallanes!), per interceptar i capturar l'enemic. Es tracta d'una missió, quasi suïcida, que pot determinar el destí de la guerra.

**LA VIDA ES BELLA** ★ **(1.997)**



**La vida és bella és una pel·lícula italiana escrita, dirigida i protagonitzada per l'humorista, actor i director Roberto Benigni.**

**Tot i que el protagonista és un humorista molt famós, la pel·lícula tracta un tema molt trist i seriós: durant la Segona Guerra Mundial (1.939-1.945) els nazis que dirigien Alemanya van enviar a camps de concentració a moltes persones, solament pel fet de ser de religió jueva o de raça o ètnia diferent a la raça blanca, o pel fet de ser homosexuals o contraris al nazisme.**

**A Itàlia, on succeeix la pel·lícula, en aquella època, hi manaven els feixistes, que eren aliats dels nazis alemanys.**

**Els camps de concentració o extermini eren una mena de presons on els presoners eren obligats a fer treballs forçats i, en molts casos, eren torturats o assassinats en càmeres de gas. Hi vivien en condicions molt deficientes; amb poc menjar i sense atenció mèdica i molts, encara que no fossin assassinats, hi morien de gana o malaltia.**

**Es tracta d'una pel·lícula molt especial: tendre i emocionant, però amb molts tocs d'humor, tot i que tracta uns fets històrics molt tristos, que no hem d'oblidar mai, per tal que no es tornin a repetir en el futur.**

**Per a mi, és una meravella de pel·lícula i superemocionant! Què, a més, va guanyar l'Oscar com a millor pel·lícula de l'any.**

**ARGUMENT:** El 1.939, a punt d'esclatar la Segona Guerra Mundial l'extravagant *Guido* arriba a Arezzo, un poble d'Itàlia, amb la intenció d'obrir una llibreria. Allà coneix l'encantadora *Dora* i, tot i que és la promesa del feixista *Rodolfo*, aconsegueix conquerir-la, es casa amb ella i té un fill. A l'esclatar la guerra, els tres són internats en un camp d'extermini, on *Guido* farà l'impossible per fer creure al seu fill que la terrible situació que estan patint és només un joc molt divertit.

### ***EL NIÑO CON EL PIJAMA DE RAYAS (2.008)***



***Es tracta d'una altra pel·lícula sobre els camps de concentració o extermini nazis de la Segona Guerra Mundial (1.939-1.945).***

***Pel meu gust, és una altra pel·lícula preciosa, tot i que una mica trista, però que tracta molt bé aquest moment històric, vist des de la innocent mirada de dos nens. I parla molt de l'amistat.***

***També m'agradaria que, si la veieu, penséssiu en la sort que tenim els que no hem de viure les desgràcies d'una guerra, com passa a altres parts del món o com ha succeït en el passat.***

***La pel·lícula explica la relació dels dos nens, de vides completament oposades per la guerra, i com creix la seva amistat completament separada a la trista realitat que es viu en aquells moments.***

**ARGUMENT:** Bruno és un nen de 9 anys que es veu obligat a abandonar Berlín i deixar enrere els seus amics quan el seu pare, un oficial nazi, rep el comandament del camp de concentració d'Auschwitz. Amb la seva innocent personalitat, Bruno no entén què passa al camp de concentració ni per què allà dins tothom vesteix de manera tan rara. Aviat la curiositat li venç i comença a explorar els límits del camp de concentració sempre que pot. Durant una de les seves escapades, Bruno coneix a un nen anomenat Samuel, un nen jueu que es troba a l'altre costat de la tanca, vestit amb un curiós "pijama" de ratlles.

### ***EL GRAN DICTADOR (1.940)***



***Aquesta peli també tracta el tema del nazisme, però amb molt més humor.***

***Està dirigida i interpretada per Charles Chaplin, també conegut com a Charlot.***

***Chaplin va ser un gran actor i director de principis i mitjans del s. XX, quan moltes de les pel·lícules eren mudes i en blanc i negre. I aquesta va ser la seva primera pel·lícula sonora.***

***Charlot es considera un dels millors humoristes de la història, tot i que la majoria de les seves pel·lícules són mudes, ja que era un mestre de la mímica i la gestualitat.***

***La peli és una crítica i condemna del nazisme, del feixisme i de les dictadures en general.***

***Chaplin interpreta, a la peli, els dos personatges principals: un desprietat dictador nazi (que encara que no ho digui a la peli, tothom sap que es refereix a Adolf Hitler) i el d'un barber jueu perseguit pels nazis.***

**Tot i que els noms de la peli són inventats, és fàcil veure que es tracta de fets reals de l'època de Alemanya nazi.**

**ARGUMENT:** Un humil barber jueu que va combatre amb l'exèrcit de *Tomania* a la Primera Guerra Mundial torna a casa anys després de la fi del conflicte. Ha perdut la memòria a causa d'un accident d'avió i no recorda pràcticament res de la seva vida passada, i no coneix la situació política actual de país: Adenoid Hynkel, un dictador feixista i racista, ha arribat a el poder i ha iniciat la persecució de el poble jueu, a qui considera responsable de la situació de crisi que viu el país. Hynkel i els seus col·laboradors han començat a preparar una ofensiva militar destinada a la conquesta de tot el món.

### **Saga de pel·lícules *INDIANA JONES***

**Indiana Jones és un personatge que protagonitza un conjunt de pel·lícules, dirigides per famós i reconegut director de cinema Steven Spielberg.**

**Totes són molt divertides i plenes d'emoció i aventures trepidants, però sobretot destacaria les tres primeres; les trobo genials! La quarta, per mi, és més fluixeta.**

**Si les voleu veure totes us recomano fer-ho amb l'ordre que us proposo més a baix.**

**El protagonista Henry Walton Jones Júnior, també conegut com Indy o Indiana Jones, és un dels personatges més populars de cinema. És un arqueòleg i professor universitari que emprèn viatges amb la finalitat de buscar objectes d'important valor històric per a la humanitat. Generalment, en cadascuna de les seves aventures s'enfronta amb rivals que competeixen per aconseguir el mateix objecte per posteriorment utilitzar-lo amb finalitats sinistres. Alguns d'aquests objectes són l'Arca de l'Aliança, el Sant Grial o la Calavera de Cristall. Indiana és un arqueòleg molt especial, i a part de la seva passió per la història i els objectes antics, li encanta l'aventura i posar-se en perill. Un dels seus trets característics, apart de la seva vestimenta amb un barret i jaqueta de cuir, són el fuet, que utilitza a manera d'arma i eina en les seves aventures, i la seva por cap a les serps, ocasionada per una experiència traumatitzant durant la seva joventut.**

**Aquestes són les quatre pel·lícules de la saga:**

<b>EN BUSCA DEL ARCA PERDIDA (1.981)</b>	<b>INDIANA JONES Y EL TEMPLO MALDITO (1.984)</b> ★	<b>INDIANA JONES Y LA ÚLTIMA CRUZADA (1.989)</b> ★	<b>INDIANA JONES Y EL REINO DE LA CALAVERA DE CRISTAL (2008)</b>	<b>INDIANA JONES Y EL DIAL DEL DESTINO (2023)</b>
--	--	--	--	---



## TIEMPOS MODERNOS (1.936) ★



**“Tems moderns” és també una pel·lícula escrita i dirigida i protagonitzada per Charles Chaplin. Ens serveix per conèixer com eren les condicions de treballs i els canvis produïts a finals del s. XIX i començaments del XX, coneguts com Revolució Industrial.**

**Aquesta pel·lícula és un reflex de les condicions desesperades de les quals era víctima un empleat de la classe obrera en aquesta època, per l'eficiència de la industrialització i la producció en cadena a les fàbriques.**

**És la primera pel·lícula de Charles Chaplin en la qual a aquest se li pot escoltar la seva veu mentre canta una cançó.**

**És una barreja entre el cinema mut i el sonor; de vegades és considerada com l'última pel·lícula muda de la història. Es van emprar alguns efectes auditiu, com a música, cantants i veus provinents de ràdios i altaveus així com la sonorització de l'activitat de les màquines. I pot sentir-se, per primera vegada i breument, la veu de Charles Chaplin.**

**La peli és una barreja la ficció amb realitat, ja que parla de problemes molt seriosos de l'època, però amb humor.**

**ARGUMENT:** Extenuat pel frenètic ritme de la cadena de muntatge, un obrer metal·lúrgic acaba perdent la raó i es torna mig boig. Després de recuperar-se en un hospital, surt i és empresonat per participar en una manifestació en la qual es trobava per casualitat. A la presó, també sense pretendre-ho, ajuda a controlar un motí, gràcies a la qual cosa queda en llibertat. Un cop fora, reprèn la lluita per la supervivència en companyia d'una jove òrfena a la qual coneix al carrer.

## LAS AVENTURAS DE TINTÍN: EL SECRET DE L'UNICORN (2.011) ★



**Tot i que podeu trobar diverses pel·lícules d'animació sobre el personatge de Tintín i les seves aventures, aquesta peli, què és la més recent, també és la més ben elaborada visualment i està dirigida pel famós director Steven Spielberg.**

**Està realitzada amb ordinador i els dibuixos són molt realistes i molt ben elaborats.**

**En aquest cas es reproduïx una de les aventures dels còmics de Tintín "El secret de l'Unicorn", que també podeu llegir com a còmic i voleu comparar les dues versions.**

**És molt entretinguda i divertida.**

**ARGUMENT:** Tintín, un jove periodista dotat d'una curiositat insaciable, i el seu lleial gos Milú descobreixen que la maqueta d'un vaixell conté un enigmàtic secret que han d'investigar. A partir d'aquest moment, Tintín es veurà assetjat per Ivan, un diabòlic malvat que creu que el jove ha robat un valuós tresor vinculat a un cruel pirata anomenat Rackham el Roig. Però, amb l'ajuda de Milú, del rondinaire capità Haddock i dels maldestres detectius Dupont i Dupont, viatjarà per mig món, servint-se de la seva proverbial astúcia per burlar als seus perseguidors i trobar abans que ells l'Unicorn, un navili enfonsat que pot proporcionar la clau d'una fabulosa fortuna i d'una antiga maledicció.

**MARTE (THE MARTIAN) – ★ 2.015**



**Tot i què es tracta d'una pel·lícula de ciència-ficció futurista, està basada en coneixements científics reals i que, per tant, podria succeir dintre de pocs temps, ja que els avenços tècnics de la humanitat en l'exploració de l'univers han millorat molt els darrers anys. Per tant podríem dir que els fets d'aquesta pel·lícula podrien passar, dintre de poc, a l'Edat Contemporània.**

**ARGUMENT:** Durant una missió a Mart de la nau tripulada Ares III, una terrible tempesta al planeta vermell fa que, després d'haver donat per desaparegut i mort a l'astronauta Mark Watney, els seus companys prenen la decisió d'anar-se'n del planeta i tornar a la Terra; però Mark ha sobreviscut, però està sol i amb pocs recursos al planeta. Amb molt pocs mitjans, haurà de recórrer als seus coneixements, el seu enginy i un gran instint de supervivència per aconseguir sobreviure i comunicar a la Terra que encara és viu, esperant que acudeixin al seu rescat.

## ★ MUSEUS I MONUMENTS

I què tal si voltem una mica per Catalunya amb la família i visitem diferents museus i monuments per aprendre coses noves i conèixer el nostre patrimoni?

Com ja sabeu, a casa nostra, fa molt anys van viure diferents civilitzacions i ens han deixat diversos monuments i restes que ens poden servir per conèixer millor el nostre passat.

A continuació us poso una tria de diferents museus i monuments de Catalunya on, a part d'aprendre i passar una bona estona, coneixent millor la nostra història.

Us adjunto l'enllaç a la seva pàgina web, on podreu informar-vos d'on es troben, com arribar-hi, els horaris, preus i continguts que hi trobareu.

A més, en alguns d'aquest museu i monuments s'organitzen tallers infantils i activitats per fer en família per enriquir encara més la seva visita.

## MUSEU HISTÒRIA DE CATALUNYA ★

El Museu d'Història de Catalunya (MHC) és un museu ubicat al Palau de Mar de Barcelona, creat amb la missió de narrar als seus visitants la història de Catalunya, cosa que fa mitjançant una col·lecció d'objectes i documents que s'hi relacionen, de recreacions històriques i ambientacions i d'equipaments audiovisuals i informàtics, que acosten de manera lúdica a la història d'aquesta nació, prenent estimular així, alhora que informar, l'interès sobre l'evolució de la cultura catalana.

És un museu molt interactiu i interessant; mentre recorres l'exposició que va des de la prehistòria fins a l'actualitat pots interactuar amb alguns dels objectes exposats i té una ambientació espectacular.

<https://www.mhcat.cat>

## MUSEU MARÍTIM ★

El Museu Marítim de Barcelona es troba ubicat a un edifici espectacular; les Drassanes Reials de Barcelona. Les drassanes van ser un espai dedicat a la construcció de vaixells entre els segles XIII i XVIII.

Podrem trobar una mostra única d'embarcacions de totes les èpoques, inclosa le naus que van fer servir Magallanes i Elcano per fer la volta al món.

<https://www.mmb.cat/es/>

## VILA MEDIEVAL DE MONTBLANC

La població de Montblanc és una vila medieval molt ben conservada on, a part de visitar el seu museu i passejar per seus bonics carrers podem trobar construccions de l'edat Mitjana molt ben conservats com la muralla i el pont.

<https://www.montblancmedieval.cat/que-hacer/museos>

## mNACTEC TERRASSA ★

El Museu de la Ciència i de la Tècnica de Catalunya (conegut com mNACTEC) es troba a Terrassa, en una antiga fàbrica tèxtil modernista: el Vapor Aymerich, Amat i Jover, construït entre 1907 i 1908.

La fàbrica utilitzava el vapor d'aigua com a força per moure les màquines. Aquesta maquinària encara es troba instal·lada i és una de les principals atraccions del museu.

A més està recreada com era la vida dels obrers que hi treballaven.

També hi podem trobar diverses exposicions molt interessants:

- Homo Faber, sobre l'evolució tecnològica de la humanitat, des del Neolític fins a la Revolució industrial.
- La Fàbrica Tèxtil, mostra com funcionava una empresa industrial llanera a principi de segle XX.
- Energia, explica tot el procés relacionat amb l'obtenció d'energia, en un espai on es poden desenvolupar experiències pràctiques i interactives.
- El Transport i motos Montesa, col·lecció d'exemplars de diversos mitjans de transport: cotxes, camions, avions, motos i bicicletes. També s'exposen diversos tipus de motors i una gran maqueta de tren.
- La terrassa de el Sol, experiments interactius per mostrar què és i com funciona el Sol.
- Mentora Alsina, visita virtual a un laboratori de física.

- El cos humà. Com sóc jo, mostra el funcionament de el cos humà a través de jocs interactius.

<https://www.mnactec.cat>

## MUSEU DE LES AIGÜES



Aquest museu el teniu ben apropet de casa! El Museu de les Aigües és un espai per divulgar el coneixement sobre l'aigua, un bé essencial per a la vida i per al desenvolupament de la societat ubicat a l'antiga Central Cornellà, construïda l'any 1909 i encara en funcionament. En aquest museu, amb experiències adaptades a tots els públics, podràs conèixer el paper extraordinari de l'aigua en la història de la humanitat, i com ha evolucionat la tècnica perquè avui arribi a les llars de l'àrea metropolitana de Barcelona.

A més està ubicada a l'antiga central en la que s'extreia aigua dels pous sota terra fent servir màquines vapor. Actualment es pot veure com funcionaven aquestes màquines i inclús les posen en funcionament a les visites guiades.

<https://www.fundacioagbar.org/ca/museu/>

## ★ LLIBRES

I què tal una lectura ben entretinguda per les tardes caloroses sota el para-sol o ben fresquets al sofà amb el ventilador o l'aire condicionat???

### Saga de llibres de **LES AVENTURES DE TINTÍN**



Tintín és un personatge de ficció que protagonitza la sèrie de còmics Les aventures de Tintín. Va ser creat pel dibuixant belga Hergé.

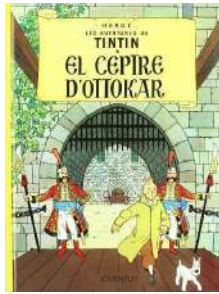
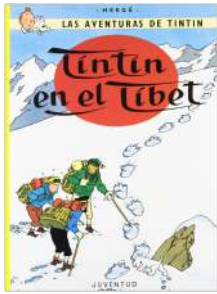
Es tracta d'un jove reporter intrèpid que, acompanyat del seu inseparable gosset Milú, s'embarcarà en un seguit d'aventures que el portaran pels cinc continents enfrontant-se sovint a tota una colla de malvats, envoltat dels seus amics, que anirà coneixent amb el temps, com el capità Haddock, el professor Silvestre Tornassol o els poc afortunats detectius Dupond i Dupont, entre d'altres.

En Tintín és un noi jove, va pentinat amb un tupè, du pantalons de golf i sempre va acompanyat del seu gosset Milú. Se'l pot descriure com un xicot aventurer, valent, altruista, intel·ligent, actiu i amistós, però també molt decidit a combatre i denunciar la maldat del món.

Amb els còmics de Tintin podreu travessar el món, coneixent indrets ben diferents i passant una bona estona.

Es calcula que s'han venut des dels seus inicis més de 200 milions de la col·lecció de llibres de Tintín, en més de 60 idiomes. Les aventures de el personatge d'Hergé són a més objecte de culte i de col·leccionisme a tot el món.

N'hi ha 24 episodis diferents; teniu on triar!



**Recomanat: "A L'ALTRE EXTREM DE LA TERRA"** ★

Philippe Nessmann



Sobre la gesta extraordinària de la primera volta al món, que ha passat a la història de la humanitat, i que coneixeu tan bé, hi ha infinitat de llibres; per totes les edats i gustos. Els trobareu fàcilment a qualsevol biblioteca o llibreria. Però us recomano aquest especialment; explica l'expedició en forma de novel·la i ho fa amb molt detall. Si us heu quedat amb les ganes de seguir navegant...aquest és el vostre llibre!

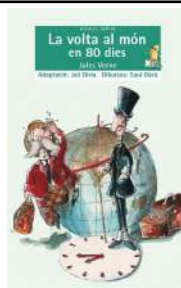
**LA VOLTA AL MÓN EN 80 DÍES** ★

Jules Verne

I després de donar la volta al món per primera vegada, en vaixell, perquè no fer-ho d'una manera diferent? La volta al món en vuitanta dies és una novel·la del conegut escriptor francès Jules Verne. L'acció es situa a l'any 1872.

Les peripècies del britànic Phileas Fogg i del seu ajudant constitueixen un dels relats més captivadors produïts per la imaginació humana, i una de les joies de la literatura. Et farà viatjar pel món d'una manera divertida i trepidant!


N'hi ha moltes edicions i formats diferents del mateix llibre i de diferents editorials, però el trobaràs, de ben segur, a qualsevol biblioteca.



**LA HISTORIA DEL MUNDO EN**



Descobreix 25 emocionants i divertits relats amb els que et transportaràs als esdeveniments més importants de la Història Universal, des del Paleolític fins a l'Edat Contemporània. Viatja en el temps d'una manera divertida!

<b>25 HISTORIAS</b> Javier Alonso López	
<b>PEQUEÑA HISTORIA DE LOS EXPLORADORES</b>  Fernando García de Cortázar 	Si voleu saber més sobre els grans descobriments de l'edat moderna i d'altres èpoques; aquest és el vostre llibre. Explica com, gràcies a les gestes d'exploradors intrèpids, a poc a poc, expedició a expedició, hem anat omplint els buits del mapa del món i ampliant el coneixement del nostre planeta. Pirates, panteres, tribus salvatges, galions, ciutats perdudes, bandolers assassins, tempestes de sorra... Tot això i molt més està en aquest llibre. Només que no és un conte: tot és veritat, tot va succeir!

## ★ GEOGRAFIA

Us poso a continuació uns quants enllaços per si voleu fer unes partidetes online a jocs de geografia amb els amics i amigues aquest estiu; pot ser una bona manera de practicar geografia de forma divertida...

### Recull de JOCS INTERACTIUS de geografia del MÓN:

<https://world-geography-games.com/es/>

<https://www.geoguessr.com/seterra>

<https://www.juegos-geograficos.com/>

## ***música***

Hola, músics i músiques preferides! Recordeu el Chrome Music Lab Song Maker? Vam donar-li un cop d'ull a classe i ja sou experts i expertes experimentant amb l'eina!!

Mireu el vídeo i entreu a l'enllaç per seguir provant i creant cançons en aquesta increïble app per jugar a ser músics i músiques!!

[How to Use Chrome Music Lab Song Maker](#)

<https://musiclab.chromeexperiments.com/Song-Maker?authuser=0>

## ***PLÀSTICA***

### **Propostes d'estiu amb materials**

**reciclats.** Testos amb botelles de vidre. Aquesta és una preciosa decoració que podeu fer amb aquelles ampolles de vidre que ja hagueu acabat. Hi tenen cabuda aquelles de totes les mides i formes, depenent de si voleu un resultat més modern o més vintage. L'activitat consta en pintar l'interior de les ampolles amb pintura amb l'ajuda d'una xeringa i deixar-les assecar. L'endemà, quan estigui seca, podem fer-les servir com uns testos i posar les nostres flors silvestres preferides per donar un ambient acollidor allà on les posem.



**Mandales.** Crea els teus mandales. Endavant!

[https://i.ytimg.com/an\\_webp/2Zs1pQ3mCx4/mqdefault\\_6s.webp?du=3000&sqp=CO Ckk5UG&rs=AO4n4CLA6cpi1YHgjLrmTyYHYcar31o4QHQ](https://i.ytimg.com/an_webp/2Zs1pQ3mCx4/mqdefault_6s.webp?du=3000&sqp=CO Ckk5UG&rs=AO4n4CLA6cpi1YHgjLrmTyYHYcar31o4QHQ)

[https://i.ytimg.com/an\\_webp/A3egQHsJve8/mqdefault\\_6s.webp?du=3000&sqp=COq Ak5UG&rs=AO4n4CLBTMbAmS881rQto2aqq26kFxOOpkw](https://i.ytimg.com/an_webp/A3egQHsJve8/mqdefault_6s.webp?du=3000&sqp=COq Ak5UG&rs=AO4n4CLBTMbAmS881rQto2aqq26kFxOOpkw)

### **Sabons essencials casolans**

Podeu gaudir de fer sabó de manera molt fàcil!

En aquest enllaç de Youtube podreu veure els passos per fer sabons essencials casolans i divertits!

<https://youtu.be/s2mltKr5vZM>

[.https://www.youtube.com/watch?v=DN\\_ABCopUfI](https://www.youtube.com/watch?v=DN_ABCopUfI)

<https://youtu.be/c8p-oGQ05V8>

[https://www.youtube.com/watch?v=UKa2o\\_fJ2g8](https://www.youtube.com/watch?v=UKa2o_fJ2g8)

### **Personalitzar xanquetes.**

Podeu acolorir de manera original les xanquetes d'estiu i fer-les personalitzades Endavant!  
Us agrada portar xanquetes ben diferent? Vinga, endavant la vostra creativitat!.

### **Investigar amb la Fotografia..**

Podeu passejar per la natura, descobrir pobles desconeguts i anar fotografiant els moments viscuts més especials d'aquest estiu. Podeu fer un diari fotogràfic i compartir amb els amics i la família..Una manera original de poder trobar-se amb les persones estimades.

### **LLibres per a dibuixar MANGA- ANIME.**

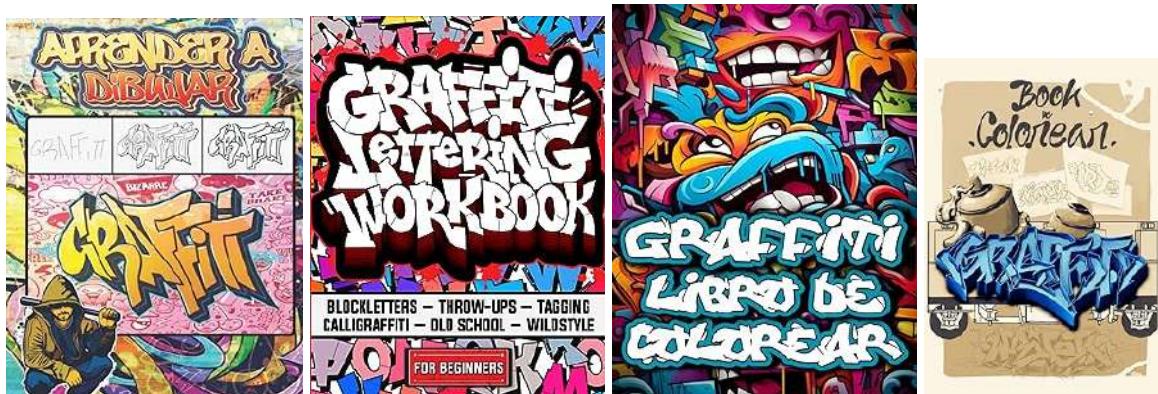
Ja sabeu que podeu passejar per llibreries i biblioteques i trobar llibres per a perfeccionar els dibuixos Manga- Anime durant l'estiu!! Som-hi!



### Escoles de dibuix Còmic.

Busqueu escoles de còmic a la vostra ciutat on podeu aprendre a dibuixar, passar-ho bé i compartir amb d'altres nenes el vostre interès de dibuix.

Investigueu i gaudiu del grafit!



## Educació física

★ Juguem?

Inventa un joc o un esport que es pugui practicar a l'aire lliure (platja, piscina, muntanya...). Explica com es juga, quin material es necessita i sobretot GAUDEIX-LO amb la teva família o amics

## ★ Activitats a la natura

Anem a recuperar el temps que no hem pogut gaudir de la natura per a fer passejades o bé anar amb bicicleta.

A Sant Boi teniu moltíssimes possibilitats i ben a la vora moltes altres!

A continuació us faré un llistat amb algunes però tingueu en compte que poden haver moltes més i qualsevol que feu serà genial!!

- Vivint a Sant Boi una de les que trobo que no pot faltar és la **Pujada a Sant Ramon!** És probable que l'hagueu fet però us recomano que la torneu a fer, no hi ha res com la satisfacció d'arribar a dalt i gaudir de les vistes tant fabuloses que hi ha!
- Un altre clàssic per a qualsevol santboià o santboiana és agafar la **bicicleta** i anar pel tram que teniu vora el riu. De fet l'ideal és arribar fins *als espais naturals del delta del llobregat* i si us animeu i us queden forces no hi ha res com fer-se un bany a la platja abans de tornar cap a casa!!
- Ben a prop teniu la serra de Collserola on hi ha moltíssims recorreguts i excursions interessants com també pel massís del Garraf.

Si marxeu fora de vacances o feu alguna escapada no dubteu en anar a les oficines de turisme i preguntar per la possibilitat de fer rutes a peu o en bicicleta (sempre acostuma a haver-hi moltes i normalment tenen servei de lloguer de bicicletes). Segur que hi ha un munt de ben maques!

Particularment i si em deixeu que us recomani alguna de les activitats i/o excursions que més m'agraden us faria aquesta selecció:

- **Via verda:** trams per on antigament hi passaven ferrocarrils i ara estan habilitats per anar en bicicleta o caminant. Hi ha a tot Espanya però sincerament les de la part de *Girona* són espectaculars!: [https://www.viesverdes.cat/es/rutes\\_vies\\_verdes/ruta-del-carrilet-i-es/](https://www.viesverdes.cat/es/rutes_vies_verdes/ruta-del-carrilet-i-es/) , [https://www.viesverdes.cat/es/rutes\\_vies\\_verdes/ruta-del-carrilet-ii-es/](https://www.viesverdes.cat/es/rutes_vies_verdes/ruta-del-carrilet-ii-es/).

Lògicament per fer tot el tram es necessita estar ben en forma però es pot fer un trosset i és molt maca. Al llarg del camí et vas trobant amb les diferents estacions rehabilitades on poder prendre algun refresc i recuperar forces.

Una altra via verda molt xula està a la part de *Tarragona*, concretament entre Arnes i Pinell del Brai: [http://viasverdes.com/itinerarios/PDF/Ficha\\_VV\\_TerraAlta.pdf](http://viasverdes.com/itinerarios/PDF/Ficha_VV_TerraAlta.pdf) La

particularitat d'aquesta ruta és que al llarg del recorregut et vas trobant amb diferents túnels sense llum (molt xulos però clar, s'ha d'anar amb llanterna o llum a les bicis) i a més a més passa per la **Fontcalda**, un espai ideal on fer-se un bany ben refrescant!!

A part d'aquestes rutes tant xules amb bici i que sincerament us recomano que si podeu feu algun tram, també és molt interessant qualsevol de les rutes i excursions que hi ha per la **zona volcànica de la garrotxa**, o bé pujar a **la Mola**, en el parc natural de Sant Llorenç-Obac.

Però insisteixo! Qualsevol lloc on aneu ben segur que tenen moltes ofertes turístiques en les que poder gaudir del paisatge fent esport! Aviam si al setembre m'expliqueu si heu fet algunes d'aquestes propostes o bé si m'ensenyeu d'altres i me les apunto per fer!

### ★ **Activitats aquàtiques**

Què millor que fer esport i alhora estar fresquet?

Us proposo que practiqueu algun esport aquàtic com per exemple kaiac, paddel surf, canoa...

A Castelldefels (ben a prop de Sant Boi) teniu el Canal Olímpic amb una àmplia oferta d'activitats que podeu practicar.

A més a la gran majoria de platges hi ha diferents empreses que organitzen activitats aquàtiques per a totes les edats, per tant podeu triar el lloc que us vagi millor!

