

ANIMA'T

La psicòloga i filòsofa **Heike Freire**, autora del llibre "**Educar en verd**", assegura que els nens actualment corren més perill a casa que a la natura, defensa que necessiten una mica de "salvatgisme" diari (tacar-se les mans amb fang o pujar a un arbre) i apel·la als pares i mares perquè donin suport a la tendència innata dels seus fills/es per allò natural, fins i tot al costat de casa: escoltar els ocells, mirar les flors, investigar, observar, etc.





Els jocs, les activitats lúdiques divertides, poden ser una bon manera d'aconseguir que els nens (i no tan nens) s'apropin més a la natura, la gaudeixin i protegeixin. En aquest sentit, la National Trust (La Fundació Nacional per als Llocs d'Interès Històric o de Bellesa Natural) ha creat la campanya **"50 coses a fer abans que tinguis 12 anys"**, que proposa les següents activitats a l'aire lliure que tota persona hauria de provar abans de complir 12 anys.



Mai no és tard...

1. Pujar a un arbre
2. Tirar-se donant voltes per un turó
3. Acampar en plena natura
4. Construir un cau
5. Llençar una pedra a l'aigua perquè reboti
6. Córrer trepitjant bassals
7. Fer volar un estel
8. Pescar un peix amb una xarxa
9. Menjar directament una poma de l'arbre
10. Jugar amb castanyes
11. Donar un llarg passeig amb bicicleta
12. Deixar un rastre amb pals
13. Realitzar un pastís de fang
14. Construir una presa en un corrent d'aigua
15. Jugar a la neu
16. Fer un penjoll amb margarides
17. Organitzar una cursa de cargols
18. Fer obres d'art amb elements de la natura
19. Jugar a carreres de pals que es llencen a un riu sobre un pont
20. Saltar per sobre de les ones
21. Agafar mores silvestres
22. Explorar l'interior d'un arbre
23. Visitar una granja
24. Caminar amb els peus nus
25. Fer una trompeta d'herba
26. Cercar fòssils i ossos
27. Mirar les estrelles
28. Pujar un gran turó
29. Explorar una cova
30. Sostenir a la mà a un animal mentre es mou
31. Caçar insectes
32. Trobar ous de granota
33. Agafar un fulla que cau
34. Seguir les petjades dels animals
35. Descobrir el què hi ha en un estany
36. Fabricar una llar per a un animal
37. Fer una ullada a les "boges" criatures (insectes) d'una piscina natural
38. Agafar una papallona
39. Agafar un cranc
40. Fer un passeig nocturn per la natura
41. Plantar, tenir cura i menjar una hortalissa
42. Nedar al mar
43. Construir una bassa
44. Anar a observar les aus
45. Trobar el camí amb un mapa i una brúixola
46. Provar l'escalada en roca
47. Cuinar en un foc d'acampament
48. Aprendre a muntar a cavall
49. Fer una gimcana al bosc
50. Anar en canoa per un riu