

CELEBREM LA VIDA



Lema 2025/2026

PRIMER, SEGON I TERCERO SECUNDÀRIA



SETEMBRE: Els preparatius de la festa

Qualsevol festa requereix uns preparatius que ens permeten celebrar-la d'una manera més especial i significativa. Aquest curs que comença, en què volem celebrar la Vida, podem començar preguntant-nos què fa de la nostra vida una Vida única, autèntica i plena de sentit.

Setmana del 8 al 12 de setembre

Motivació setmanal

Celebrem la vida amb els amics.

Frase: «La vida és una vegada»: <https://pin.it/4VzMnkfvP>

Imatge: «L'autèntic interès general no és la supremacia del 51% sobre el 49%, sinó la recerca del bé comú per a tothom», del bisbe José Ignacio Munilla Aguirre: <https://www.instagram.com/p/CyqmVS3NwP0/?igsh=MXNneXVhOWtuZnE2Ng%3D%3D>

Compromís setmanal:

Aquesta setmana animem els nostres alumnes a començar aquesta nova etapa coneixent gent nova i sortint una mica de la nostra zona de confort (els seus amics de sempre).

Setmana del 15 al 19 de setembre

Motivació setmanal

Celebrem la vida amb la família.

Vídeo: Anunci d'IKEA: ¿No conocemos a nuestra familia?: <https://youtu.be/5fg8mqes-aps?si=upEx7GXh5aQOv4li>

Imatge: <https://pin.it/4dzi3275Z>

Compromís setmanal

Convidem a reflexionar sobre quant de temps passem amb la nostra família i a adonar-nos de com en som, d'afortunats. Aquesta setmana ens comprometem a donar gràcies cada dia per la sort que tenim amb la nostra família.

Setmana del 22 al 26 de setembre

Motivació setmanal

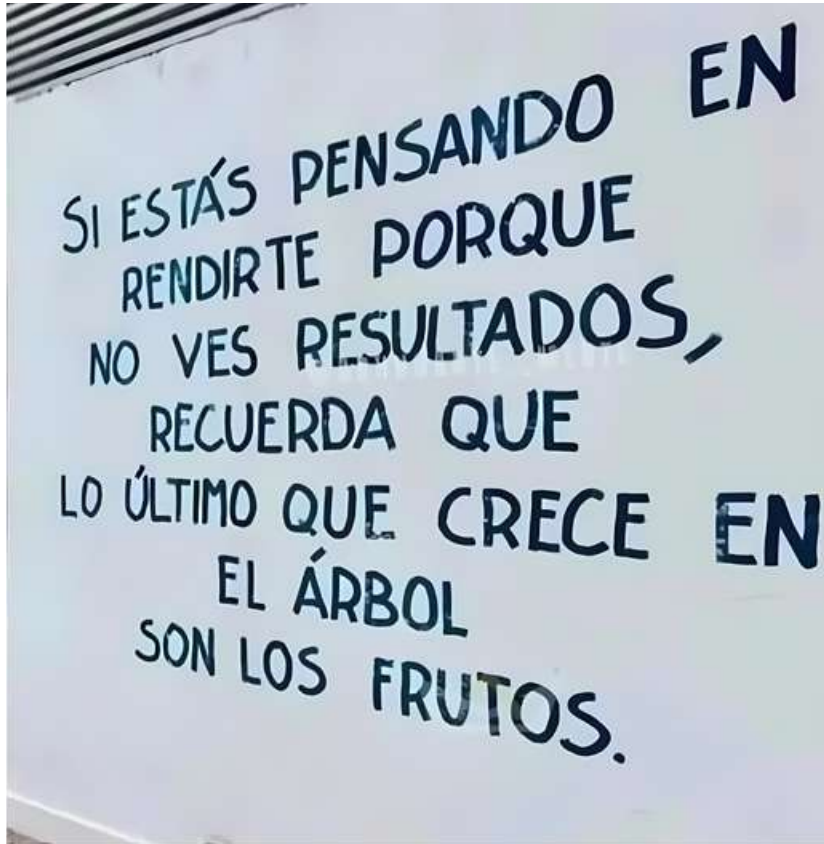
Celebrem la vida amb nosaltres mateixos.

Vídeo: Piper, de Pixar: <https://youtu.be/WIPVliwzrzg?si=T8JKGeM2-v37SCrT>

Cançó: https://www.youtube.com/watch?v=izdnOqBWkw8&ab_channel=Mikell-zal-Topic



Frase: «Si estàs pensant a rendir-te perquè no veus resultats, recorda que l'última cosa que creix a l'arbre són els fruits».



Compromís setmanal

Convidem els nois i noies a fer una reflexió interior sobre quins són els obstacles que no ens permeten celebrar la vida al màxim, i com podríem afrontar-los.

Setmana del 29 de setembre al 3 d'octubre

Motivació setmanal

Celebrem la vida amb la fe cristiana.

Cançó: *Padre nuestro, en el mar he oído hoy:* https://youtu.be/ohs3c9t1xB4?si=UknAY4rFyn_1FzX-

Cançó: *No tengo miedo:* https://www.youtube.com/watch?v=RUTx1-rqqA&ab_channel=Lyric-Master

Cançó: *Nadie te ama como yo:* https://www.youtube.com/watch?v=SErBiROImQ&ab_channel=Laraland

Compromís setmanal:

Quan va ser l'última vegada que vau parlar amb Déu? Convidem els nostres alumnes a intentar veure Déu en les coses bones que els passin durant la setmana.



OCTUBRE: Qualsevol excusa és bona per celebrar la vida amb majúscules

La vida és plena d'oportunitats per celebrar, i no ens cal una raó especial per fer-ho. Estem acostumats a buscar sempre un bon motiu, sense aturar-nos a pensar que la nostra vida en si, i la dels nostres éssers estimats, és el motiu més gran de celebració. Aquest mes convidarem a trobar alegria en els petits moments quotidians i a celebrar els èxits, siguin grans o petits.

Setmana del 6 al 10 d'octubre

Motivació setmanal

No hem de perdre mai l'esperança.

Lectura:

Jota García, una luz de esperanza entre la tormenta.

(Article de Jesús Ortiz García a 'dxtadaptado.com') (13-8-2024)

«El que és difícil s'aconsegueix, el que és impossible s'intenta». Ha estat el leitmotiv que sempre ha guiat Jota García. Per a ell, amb els ulls del cor, no hi ha cap camí fosc. Amb 23 anys la seva vida es va enfosquir, però **va saber continuar amb la ceguesa a còpia de braçades, pedalades i gambades**. Va encendre una nova llum amb el triatló, la seva esperança i suport davant la tempesta que s'intensificava, i l'esport en què s'ha erigit com un dels millors del món. Somrient, confiat i ple d'optimisme, el madrileny aglutina al seu palmarès nombroses medalles internacionals, i ara busca l'única que li falta: la seva primera medalla en uns Jocs Paralímpics. Ho farà lligat a Diego Méndrida, el seu *guia*. "No partim entre els favorits, però que no es confiïn, perquè podem donar la sorpresa", remarca.

Serà la seva segona cita paralímpica després de Tòquio 2020, on es va complir aquella frase profètica que va etzibar a la cirurgiana que el va intervenir el 26 de desembre de 2011, moment en què va deixar de veure-hi. "Recordo que la nit abans havia mirat amb el meu cosí la pel·lícula *Torrente 4* a casa i l'endemà em vaig llevar tranquil; sabia el que m'esperava, però, per ignorància, tenia esperança a no perdre del tot la visió. El rostre de la doctora, que s'assemblava a la jugadora de bàsquet Amaia Valdemoro, va ser l'últim que vaig veure: la llum es va apagar. Poc després li vaig dir que em busqués per televisió, perquè competiria en uns Jocs. És l'única cosa de guió de pel·lícula americana que té la meua història, la resta és més de *Torrente*», diu amb aquesta habilitat seva de fer humor sobre el pitjor moment imaginable.

En Jota va créixer als carrers de Buitrago de Lozoya (Madrid), als peus del port de Somosierra, i des dels set anys va **haver de fer front a la uveïtis que li havien diagnosticat**. Aquesta malaltia afecta la úvea, que s'encarrega de transmetre la sang a l'ull. En el seu cas no n'arribava prou, per la qual cosa patia brots inflamatoris que li produïen pèrdues de visió, fins que es va quedar sense visió a l'ull esquerre als 23 anys. Uns mesos després va arribar un altre contratemps, aquesta vegada en un accident de trànsit que li va deixar el braç dret en un estat catastròfic. Va quedar atrapat entre el sostre del cotxe i la carretera després de bolcar en una rotonda.

En Jota va posar en marxa el cap i, submergit en aigua calenta a la seva banyera, es va visualitzar fent un triatló. "Vaig dibuixar l'antítesi d'aquell cec estereotipat que tenia, el que la societat sol mirar amb condescendència. Volia que la gent sentís admiració, que l'últim que veiessin en mi fos la ceguesa, una cosa que mai m'ha frenat. Vaig aconseguir sortir de la meua zona de confort amb molta por i aprenent dels errors. M'he endut cops, però sempre he estat constant i m'he aixecat una vegada i una altra, mai em dono per vençut", sosté. **El destí va voler que el seu debut com a triatleta fos a Buitrago de Lozoya**, i amb Fran Nieva com a guia: "He estat en grans escenaris, però cap de tan especial com aquest debut".



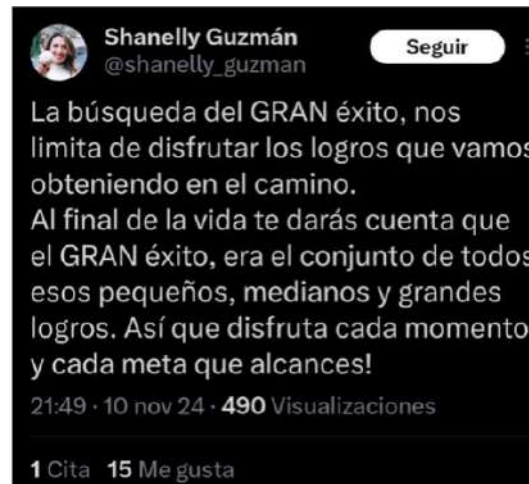
Els resultats van començar a arribar i ja res no frenaria el seu ímpetu. Això sí, ha hagut de superar obstacles fins a arribar al cim. "El camí ha estat duríssim, he hagut de picar molta pedra en tots els sentits. Des d'entrenar amb la meva dona agafat a la bicicleta perquè no caigués; demanar diners als pares per competir; agafar un avió amb la meva gossa Thelos i anar-me'n a Holanda per fer pràctiques en una clínica de fisioteràpia o entrar en despatxos d'empreses i convèncer-los que podia ser una bona imatge per a ells. He hagut de remar a contracorrent i he arribat tan lluny perquè no m'he saltat cap pas; aquí no hi ha varetes màgiques que et facin pujar de sobte, sinó que es puja treballant i gaudint de cada pas", afegeix..



Podem preguntar: "I vosaltres, sou capaços de gaudir del camí de la vida malgrat totes les 'pedres' (les dificultats)?".

Cançó: *Baila y déjate de historias*, de Hakuna Group: https://www.youtube.com/watch?v=y-Ja2_jbe0yc

Reflexió:



Compromís setmanal:

Podeu buscar la raó per la qual llevar-vos cada matí.

Setmana del 6 al 10 d'octubre

Motivació setmanal

Construir la felicitat dia a dia.

Cançó: *Levántate, Él te llama*, de Gustavo d'Antona: <https://www.youtube.com/watch?v=Zmx-JMki5Am0>



Frase: «Tothom intenta fer alguna cosa gran, sense adonar-se que la vida es compon de coses petites», de Frank A. Clark, advocat i polític.

Vídeo: No existe la felicidad, sinó ser feliz cada dia, d'Albert Espinosa: <https://youtu.be/YpR-r32l8ssQ?si=kiC-zXtQsoW-tWnL>

Imatge: Feliç cada dia.



Compromís setmanal:

Donem les gràcies per les coses que ens passen dia rere dia.

Setmana del 13 al 17 d'octubre

Motivació setmanal

Hem de gaudir dels petits moments.

Cançó: *Olor a tostadas*, de Hakuna Group: <https://www.youtube.com/watch?v=EPKIMksHjg>

Reflexió:

La vida és plena de moments memorables: els grans èxits, els viatges èpics, les celebracions sonades... Malgrat tot, no sempre ens aturem a gaudir dels petits moments. I és que, en la nostra recerca constant d'emocions intenses i d'experiències extraordinàries, sovint passem per alt aquests petits instants de felicitat.

Aquests moments, plens de detalls subtils i connexions genuïnes, tenen un poder màgic per enriquir les nostres vides i enfortir les nostres amistats. Per això, el millor és gaudir-ne al màxim amb coses petites però significatives.

En la nostra agitada rutina diària és fàcil perdre de vista els petits moments que poden passar desapercebuts. Però són precisament aquests moments els que mereixen la nostra atenció més sincera. Ja sigui amb un passeig pel parc, gaudint en solitari d'un àpat casolà o d'una xerrada amb un amic a casa... Aquests instants poden generar-nos una gran dosi de felicitat i satisfacció. Quan ens aturem i ens prenem un temps per apreciar aquests moments estem creant la gratitud i la plenitud en les nostres vides.

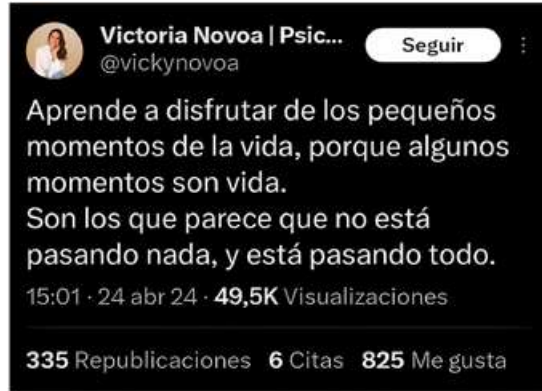
Per això, valorar-los al màxim és aferrar-nos amb força a aquests instants i guardar-los en un lloc preuat dins els nostres records. Així, podrem assaborir l'essència mateixa de l'existència i trobar alegria en les coses més simples.

En conclusió: no subestimem el poder dels petits moments amb els amics. Valorant i gaudint dels detalls simples de la vida enriqueim la nostra existència i enfortim les nostres relacions.

Així doncs, avui i sempre, prenguem-nos un moment per apreciar i gaudir d'aquests preuats instants amb els nostres amics.



Reflexió:



Compromís setmanal Feu una llista dels petits detalls que donen sentit a la vostra vida.

Setmana del 20 al 24 d'octubre

Motivació setmanal

Ajudem els altres a ser feliços.

Cançó: *Libertad*, de Nil Moliner: <https://www.youtube.com/watch?v=OYQm6ryPZHg>

Reflexió: «No hi ha somnis grans, sinó dies massa curts».

Vídeo: Que nadie se acerque a ti sin que se vaya mejor..., de Victor Küppers: <https://vm.tiktok.com/ZGdF9NRJ7/>

Compromís setmanal:

Digueu «t'estimo», abans d'anar a dormir, a les persones que estimeu.

Setmana del 27 al 31 d'octubre

Motivació setmanal

Gaudim dels petits moments de felicitat.

Cançó: *Viva la vida*, de Coldplay: <https://www.youtube.com/watch?v=YfSICowQHU0>

Vídeo: Els èxits petits, de Sebastián Yatra: <https://vm.tiktok.com/ZGdF9DnQX/>

Frase: «Potser no és fàcil, però segur que val la pena».



Compromís setmanal Feu un recompte mental dels moments feliços de la vostra setmana.



NOVEMBRE: Tothom té lloc en aquesta taula

Què seria, la vida, si tots visquéssim i fóssim iguals? Trobar bellesa en el que és diferent és una mostra de la fraternitat marista. Com en una gran família, tots tenim un lloc, en aquest món, i hem de celebrar la nostra diversitat. Posem atenció en aquells que més ho necessiten, especialment en els nens i nenes els drets dels quals encara no són respectats.

Setmana del 3 al 7 de novembre

Motivació setmanal

Què seria, la vida, si tots visquéssim i fóssim iguals?

Lectura:

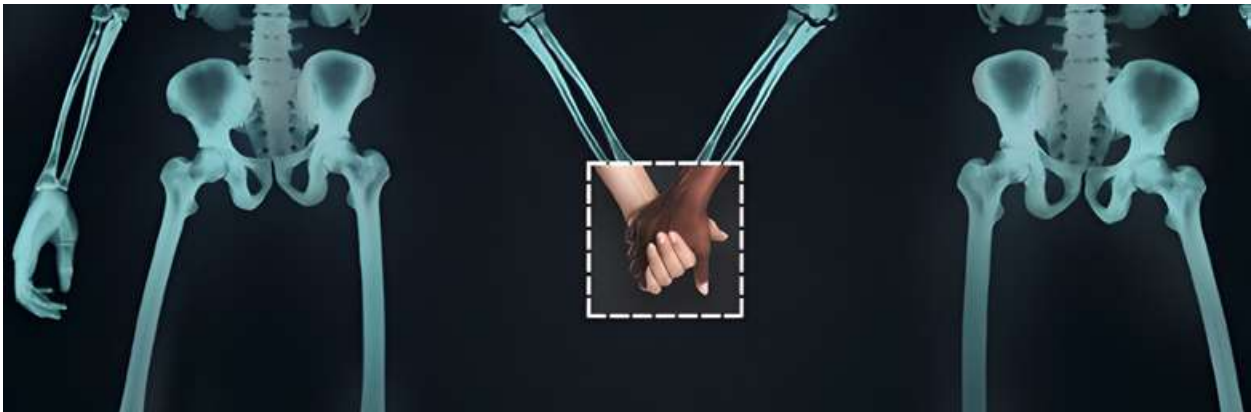
Evangelí, Gènesi 1:31:

Déu va mirar tot el que havia fet, i va considerar que era molt bo.

La bellesa de la creació rau en la seva diversitat. Cada element té un propòsit i un valor únic, com els joves a qui Marcel·lí Champagnat va dedicar la seva missió.

Vídeo: Igual de diferents – Experimento social: <https://www.youtube.com/watch?v=TEtTwB-3faN4>

Imatge: Realment diferents?



Compromís setmanal

Aquesta setmana, observeu algun tret únic en cada company de classe i escriviu una nota per destacar-ne alguna cosa positiva i especial. Compartiu aquestes notes amb les vostres amistats o a classe.

Setmana del 10 al 14 de novembre

Motivació setmanal

Trobar bellesa en el que és diferent és una mostra de la fraternitat marista.

Cançó: *Pequeña gran revolución*, d'Izal: <https://www.youtube.com/watch?v=4UmIQ5T4ak0>

Lectura:

Evangelí, 1 Corintis 12:4-6:

Hi ha diversitat de dons, però l'Esperit és el mateix. Hi ha diversitat de ministeris, però el Senyor és el mateix. I hi ha diversitat d'activitats, però Déu, que ho fa tot en tots, és el mateix.



Aquest passatge ens convida a valorar la diversitat com una expressió de l'obra divina, que reflecteix la fraternitat i la unitat enmig de les diferències.

Conte:

El color amagat

A la Ciutat Grisa, tot era... bé, gris. Les persones vestien igual, les cases eren idèntiques, i fins i tot el cel semblava avorrit. Ningú recordava com era viure amb colors, excepte la Lina, que un dia va trobar un ocell vermell al parc. Era tan brillant que, quan el va mirar, els ulls gairebé li feien mal. Va voler explicar-ho a tothom, però ningú no la va creure.

Llavors va decidir pintar l'ocell fent servir fang, flors i fulles. Aviat a la paret de la seva escola va aparèixer un mural ple de colors.

Els adults estaven furiosos: «Això no està permès!», van cridar. Però els joves no en podien apartar la mirada. L'endemà van començar a buscar més colors, i la Ciutat Grisa va començar a canviar. De mica en mica la vida es va omplir de tons i rialles.

Compromís setmanal:

Busqueu un company amb interessos diferents dels vostres i dediqueu-li un temps. Podríeu aprendre alguna cosa dels seus gustos o activitats; per exemple, jugant a un esport nou amb ells o escoltant la seva música preferida.

Setmana del 17 al 21 de novembre

Motivació setmanal

Igual que en una gran família, tots tenim un lloc, en aquest món, i hem de celebrar la nostra diversitat.

Vídeo: - *Las aves*, de Pixar: https://www.youtube.com/watch?v=EtDV9fx8_Dg

Vídeo: - *El vídeo danés que nos recuerda lo fácil que es encasillar a las personas*: <https://www.youtube.com/watch?v=fXBxOaLcMZg>

Vídeo: - *Por encajar*, dirigit per shaula cava hernández: <https://www.youtube.com/watch?v=-fXBxOaLcMZg> (lo fácil que es encasillar a las personas)

Lectura:

Evangelí, Joan 13: 34-35:

Un manament nou us dono: que us estimeu els uns als altres. Tal com jo us he estimat, també vosaltres heu d'estimar-vos els uns als altres. En això tothom sabrà que sou els meus deixebles, si us estimeu els uns als altres.

Aquest ensenyament subratlla el valor d'estimar i d'acceptar els altres, una premissa central en la pedagogia marista que Marcellí va promoure educant des de l'amor i l'empatia.

Compromís setmanal:

En algun moment de la setmana digues a un amic o company alguna cosa única que n'admires, com ara la seva creativitat, amabilitat o habilitat per resoldre problemes. Això ajudarà a celebrar les diferències dins el grup.

Setmana del 24 al 28 de novembre

Motivació setmanal

Posem atenció en aquells que més ho necessiten, especialment els nens i nenes els drets dels quals encara no són respectats.



Lectura:

Evangelí, Mateu 25: 40:

En veritat us dic que tot allò que va fer a un d'aquests germans meus més petits, m'ho va fer a mi.

Marcel·lí Champagnat va viure aquesta crida a servir els infants i joves, especialment els més vulnerables, veient en cadascun d'ells el rostre de Crist.

Presentació:

Un dia en mi vida:

https://www.canva.com/design/DAGWj5Lh3ol/ImyTo3NhB5kKRm8PQ2-49g/edit?utm_content=DAGWj5Lh3ol&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Imatge: Tots els drets per a tots els infants.



Compromís setmanal:

Participeu en una campanya solidària, com ara una recollida de material escolar, roba o joguines per a infants necessitats. Si no hi ha cap campanya activa, proposeu iniciar-ne una amb els vostres amics o amb tot el grup escolar.



DESEMBRE: Esperar i celebrar la nova vida que ja arriba

Els nou mesos d'un embaràs ens ensenyen a esperar. Estem desitjant que arribi la Bona Notícia i celebrar-la. Aprendre a esperar ens ajuda a valorar la vida, a no donar-la per descomptada. En aquest Advent ens preparem per Nadal i mirem cap endavant amb esperança, esperant nous inicis i oportunitats.

Setmana de l'1 al 5 de desembre

Motivació setmanal

La Bona Nova ha arribat!

Reflexió:

Jesús s'adreça a nosaltres i ens mana anunciar a tothom la Bona Nova (l'Evangeli). Tots sabem distingir de seguida una bona notícia d'una de dolenta. Amb la bona ens alegrem, mentre que amb la dolenta ens entristim, ja que les notícies solen ser bones o dolentes per a nosaltres, són una cosa que ens afecta. A nosaltres, com a cristians, se'ns ha confiat anunciar l'Evangeli de Jesús. Com ho podem fer, perquè es percebi com a bona nova?

Jesús ens convida a anunciar la Bona Nova arreu del món, començant pels que tenim a prop: la família, els amics, els veïns, els companys de feina o d'estudi... però especialment cal anunciar Jesús amb la nostra pròpia vida.

Pàgina web: En un món ple de males notícies, es tracta d'un web que aposta per donar-ne de bones: <https://lacarabuenadelmundo.com/>

Vídeo: Anunci de La Loteria de Nadal 2024: <https://youtu.be/Pi6hPtnQxnw?si=o8jx5TEUFn-CpmEx7>

Imatge: Com puc ser jo mateix una bona notícia?



Compromís setmanal: Reflexioneu sobre què significa per a vosaltres el Nadal.

Setmana del 8 al 12 de desembre

Motivació setmanal:

Aprofitem cada moment!

Vídeo:

- 1440, anunci de la marca automobilística Mercedes, dirigit per Julio del Alamo: <https://youtu.be/bY8OgHVQcbg?si=BRVgiy5n8Mj88-nT>

- Qué significa 'Carpe Diem', de Gominuke: <https://youtu.be/D4eag5WgSjw?si=Fb3jS5DZ5u23aA2T>

Conte: *El buscador*, de Jorge Bucay.

EL BUSCADOR de Jorge Bucay

Esta es la historia de un hombre al que yo definiría como buscador. Un buscador es alguien que busca. No necesariamente es alguien que encuentra. Tampoco es alguien que sabe lo que está buscando. Es simplemente alguien para quien su vida es una búsqueda.

Un día nuestro Buscador sintió que debía ir hacia la ciudad de Kammir. Él había aprendido a hacer caso riguroso a esas sensaciones que venían de un lugar desconocido de sí mismo, así que dejó todo y partió. Después de dos días de marcha por los polvorientos caminos, divisó Kammir a lo lejos, pero un poco antes de llegar al pueblo, una colina a la derecha del sendero le llamó la atención. Estaba tapizada de un verde maravilloso y había un montón de árboles, pájaros y flores encantadoras. Estaba rodeada por completo por una especie de valla pequeña de madera lustrada, y una portezuela de bronce lo invitaba a entrar. De pronto sintió que olvidaba el pueblo y sucumbió ante la tentación de descansar por un momento en ese lugar. El Buscador traspasó el portal y empezó a caminar lentamente entre las piedras blancas que estaban distribuidas como por azar entre los árboles. Dejó que sus ojos, que eran los de un buscador, pasearan por el lugar... y quizá por eso descubrió, sobre una de las piedras, aquella inscripción: "Abdul Tare, vivió 8 años, 6 meses, 2 semanas y 3 días".

Se sobrecogió un poco al darse cuenta de que esa piedra no era simplemente una piedra. Era una lápida, y sintió pena al pensar que un niño de tan corta edad estaba enterrado en ese lugar. Mirando a su alrededor, el hombre se dio cuenta de que la piedra de al lado también tenía una inscripción. Al acercarse a leerla, descubrió: Lamar Kalib, vivió 5 años, 8 meses y 3 semanas. El buscador se sintió terriblemente conmovido.

Este hermoso lugar era un cementerio y cada piedra una lápida. Todas tenían inscripciones similares: un nombre y el tiempo de vida exacto del muerto, pero lo que lo contactó con el espanto, fue comprobar que, el que más tiempo había vivido, apenas sobrepasaba 11 años. Embargado por un dolor terrible, se sentó y se puso a llorar. El cuidador del cementerio pasaba por ahí y se acercó, lo miró llorar por un rato en silencio y luego le preguntó si lloraba por algún familiar.

-No, ningún familiar- dijo el buscador - Pero... ¿qué pasa con este pueblo? ¿Qué cosa tan terrible hay en esta ciudad? ¿Por qué tantos niños muertos enterrados en este lugar? ¿Cuál es la horrible maldición que pesa sobre esta gente, que lo ha obligado a construir un cementerio de niños?

El anciano cuidador sonrió y dijo:
-Puede usted serenarse, no hay tal maldición, lo que pasa es que aquí tenemos una vieja costumbre. Le contaré... Cuando un joven cumple quince años, sus padres le regalan una libreta, como ésta que tengo aquí, colgando del cuello, y es tradición entre nosotros que, a partir de entonces, cada vez que uno disfruta intensamente de algo, abra la libreta y anote en ella: a la izquierda, qué fue lo disfrutado, a la derecha, cuánto tiempo duró ese gozo. ¿Conoció a su novia y se enamoró de ella? ¿Cuánto tiempo duró esa pasión enorme y el placer de conocerla? ¿Una semana, dos? ¿Tres semanas y media? ¿Y después?, la emoción del primer beso, ¿cuánto duró? ¿El minuto y medio del beso? ¿Dos días? ¿Una semana? ¿Y el embarazo o el nacimiento del primer hijo? ¿Y el casamiento de los amigos? ¿Y el viaje más deseado? ¿Y el encuentro con el hermano que vuelve de un país lejano? ¿Cuánto duró el disfrutar de estas situaciones?, ¿horas?, ¿días? Así vamos anotando en la libreta cada momento, cada gozo, cada sentimiento pleno e intenso... Y cuando alguien se muere, es nuestra costumbre abrir su libreta y sumar el tiempo de lo disfrutado, para escribirlo sobre su tumba. Porque ese es, para nosotros, el único y verdadero tiempo vivido."

Cuento breve de Jorge Bucay: Galletitas

Dinàmica :

El meu temps. Al final del dia anoteu a l'agenda en què heu invertit el vostre temps. Creieu que està ben repartit/aprofitat? Quant de temps invertiu en vosaltres i en els altres?

Compromís setmanal: Aquesta setmana dediqueu un moment de cada dia a fer alguna cosa que us ompli.

Setmana del 15 al 19 de desembre

Motivació setmanal

Seguim els passos de Jesús i celebrem Nadal.

Imatge:





Reflexió: Reviseu a qui seguiu i quin impacte estan tenint les xarxes socials en la vostra vida. En particular, si sou dels que passeu molt de temps a les xarxes i fins i tot dels que parlen de la vida d'aquestes figures a qui segueixen com si hi conversessin de manera regular. Quan admirem algú, tendim a imitar-lo. Digues-me a qui segueixes i et diré qui ets...

Lectura:

Evangelí, *Romans 10:17*:

Així doncs, la fe ve de l'escoltar, i l'escoltar ve de la paraula de Déu.

Vídeo: *Aunque nada cambie, si yo cambio, todo cambia*, d'Àlex Rovira: https://youtu.be/rsz-tkM2V2SQ?si=cN_QcaLlgrOq3AXu

La realitat és la que és, però el vostre canvi ho pot canviar tot. Què voleu canviar?

Imatge

Quin valor de Jesús vols viure?



Cançó: *Jesucristo basta*, de Corazón: <https://youtu.be/ONoCiaV7McU?si=G37c-ZSvNOj0axSI>

Compromís setmanal

Intenta fer una bona acció per a algú cada dia de la setmana.

22 de desembre

Reflexió:

Celebra el Nadal!

Nadal és una bona notícia per als solitaris, perquè Déu ve a dir-nos que no estem sols, encara que de vegades ho creguem. Nadal és una bona notícia per als qui han de fer front a diferents formes de debilitat, perquè Déu es fa fràgil per mostrar una força molt més gran. Nadal és una bona notícia per als qui es troben aquests dies sense res per donar i



res per rebre, perquè Déu es torna regal (en nen, paraula i història), per a tots nosaltres. I és una bona notícia per als qui estan lluitant contra algun conflicte profund perquè el primer missatge que porta el Déu amb nosaltres és un missatge de pau: no la pau fàcil de qui evita les discussions; ni la pau còmoda de qui ho té tot; sinó la pau conquerida en la tempesta, en la vida apassionada, en la convicció que hi ha algú que tria lluitar al nostre costat, colze a colze. Celebra el Nadal!

Vídeo:

La Palabra se hizo carne y habitó entre nosotros (Jn 1:14): <https://www.instagram.com/labibliaaudio/reel/DEAW-SntssJ/>

Vídeo:

Una historia de Navidad (anunci del BBVA): <https://youtu.be/mQIX5O8nHJA?si=X7X-ZwRW9RodHDIOA>

Imatge

Nadal.





GENER: Donar vida on fa falta pau

Donar vida allà on la pau és absent és celebrar la vida des del servei als altres. El nostre compromís d'ajudar els altres i treballar per a un futur millor és la celebració més gran possible. Aquest mes de gener, en aquest any que comença, som cridats a ser agents de canvi i a contribuir a fer un món més just i en pau.

Setmana del 8 al 9 de gener

Motivació setmanal

I si...no hi hagués guerres?

Imatge

Compareu les dues fotos d'aquests joves:



Compromís setmanal:

Hem de ser conscients que allà on més falta la pau, aquests llocs on els conflictes marquen l'ordre del dia, hi ha gent com nosaltres: els veritables afectats. Famílies que perden les seves llars, menors que són reclutats com a membres de guerrilles... A ells s'han de dedicar les nostres pregàries. No tenim el poder d'aturar aquestes guerres, però sí el d'ajudar aquestes persones.

Setmana del 12 al 16 de gener

Motivació setmanal

Les nostres normes, les de tothom.

Lectura

Evangelí, Mateu 22:36-40:

Mestre, quin és el gran manament de la llei? Jesús li va dir: «Estimaràs el Senyor, el teu Déu, amb tot el teu cor, amb tota la teva ànima i amb tot el teu enteniment. Aquest és el primer i més gran manament. I el segon és semblant: estimaràs el teu próisme com a tu mateix. D'aquests dos manaments en depenen tota la llei i els profetes».

Cançó:

Se buscan valientes, d'El Langui: <https://www.youtube.com/watch?v=omZkxy3wUlc>

Compromís setmanal:

Crearem, entre tots, 10 normes de convivència per millorar el funcionament de la classe.



Setmana del 19 al 23 de gener

Motivació setmanal

Ens continuem construint.

Dinàmica:

Casa nostra.

Dibuixarem una casa i hi posarem a dins les coses que volem que tingui perquè sigui un espai segur, i fora de la casa les coses que no volem. Aquesta casa representarà que és cadascun de nosaltres.

Cançó:

No te va a gustar, de Cero a la Izquierda: https://www.youtube.com/watch?v=FDMSJeJ7_Oc

Compromís setmanal

Poseu a la casa que heu dibuixat abans aquelles coses que no coincideixen i que us agradaria canviar per, com a proposta, intentar canviar-les.

Setmana del 26 al 30 de gener

Motivació setmanal

Junts som més forts!

Reflexió:

La unió fa la força.

Siguem conscients que tot està connectat i que nosaltres, entre nosaltres, també estem connectats. Per bé que cadascú de nosaltres és diferent, junts som més forts i podem fer coses increïbles. Tots necessitem la resta de persones, i quan ens unim per una causa comuna podem aconseguir generar un impacte positiu al món

Cançó: *Somos una marea de gente*, de Macaco: <https://www.youtube.com/watch?v=zzKdo-2apTdM>

Compromís setmanal:

Penseu en aquelles persones amb qui més ens costa pensar perquè són molt diferents de nosaltres i tingueu-les presents durant tota la setmana.



FEBRER: Cuidar la vida per no perdre-la

Cada vegada que cuidem de nosaltres mateixos i dels que ens envolten estem contribuint a fer que la vida romangui. Aquest mes us proposem un moment per parar i reflexionar sobre com cuidem la vida de les persones que ens envolten, les que ens estimen de veritat. Perquè la Vida és un regal que se'ns ha donat, i som responsables de cuidar-la.

Setmana del 2 al 6 de febrer

Motivació setmanal

Aquesta casa és de tothom.

Dinàmica:

La llavor

Si és possible, cada docent tindrà una llavor a classe i plantarà una planta. La idea és que el fil conductor sigui tenir cura de la planta perquè no es marceixi i creixi forta. Si no existeix aquesta possibilitat, es podria dibuixar una llavor plantada i, a mesura que passin els dies, s'hi poden anar afegint les arrels i es poden 'fer créixer' la tija, les fulles i tota la resta d'elements. Aquesta setmana únicament plantaríem la llavor i la regaríem. És important mantenir la planta o el dibuix tot el mes perquè es vagi veient l'evolució que experimenta.

Vídeo:

Lemon, de la Fundació Reina Sofia: <https://youtu.be/BxD6GNSNJHk?feature=shared>

Compromís setmanal:

Tota la classe ens posem un únic compromís comú relatiu a com cal tenir cura del medi ambient, però la idea és que cadascú aportï una idea molt concreta.

Setmana del 9 al 13 de febrer

Motivació setmanal

Tenir cura de la família perquè no es perdi.

Reflexió:

Moltes vegades donem per descomptada la relació que tenim amb la nostra família, pensant que sempre hi seran, però sense cuidar-la realment. Aquesta setmana donem prioritat a tenir cura de la nostra família com es mereix. Afegim les arrels al nostre dibuix de la llavor.

Cançó: *Família*, de Funambulista: <https://youtu.be/eUpAxHqvEzI?si=DtiEk3tEgT8twcTi>

Compromís setmanal:

Pensem en aquell membre de la família que ens pot necessitar, i aquesta setmana tindrem cura d'aquesta persona, o bé reflexionarem sobre com podem cuidar els que formen part de la nostra família.

Setmana del 16 al 20 de febrer

Motivació setmanal

Tenir cura dels amics perquè no es perdin.

**Reflexió:**

Els amics són un tresor. De vegades no els recordem prou que els estimem o que els estem agraïts. De vegades, fins i tot ens agrada criticar-los en comptes d'estimar-los tal com són. Aquesta setmana afegim la tija al nostre dibuix de la planta.

Vídeo:

L'amistat, de Manhanaim: <https://youtu.be/SFglG7eI3Ec?feature=shared>

Compromís setmanal:

Aquesta setmana estareu especialment pendents dels vostres amics; cada dia tindreu algun gest amb ells, els acceptareu tal com són i els fareu sentir-se estimats. Penseu de quina manera concreta podeu fer-ho, això.

Setmana del 23 al 27 de febrer**Motivació setmanal**

Estar atents als senyals.

Reflexió:

Confiar en Déu no vol dir esperar miracles extraordinaris, sinó reconèixer i aprofitar les oportunitats que Ell posa en el nostre camí. La fe ha d'anar acompanyada d'acció per acceptar l'ajuda que arriba de maneres inesperades o en petits detalls.

Conte:**Confio en Déu**

Un dia, en una ciutat va començar a ploure molt fort quan era de nit. Va ploure sense parar durant moltes hores, la qual cosa va fer que la ciutat comencés a inundar-se. Un home que hi vivia, en veure aquesta catàstrofe es va enfilem a una teulada.

L'home era molt creient i, davant d'aquella desgràcia, estava convençut que Déu el salvaria.

Va passar tot el matí esperant, i a la tarda es va acostar una barca:

—Ei! —li van dir des de la barca— Pugi, que el portem.

—No, gràcies... Tinc molta fe en Déu i segur que ell em salvarà.

—N'està segur?

—Sí, continueu, que Déu em salvarà.

L'home va continuar esperant tota la nit al campanar i l'endemà s'hi va acostar una llanxa:

—Ei! Vostè, el del campanar! Vingui amb nosaltres, que el portem.

—No, no cal... Soc molt devot i segur que Déu em salvarà.

—N'està completament segur?

—Sí, n'estic segur... Déu em salvarà.

A la tarda va arribar un helicòpter de rescat:

—Escolti, senyor! El del campanar! Que necessita ajuda?

—No, gràcies... Jo confio plenament en Déu. Tinc molta fe en ell i estic segur que em salvarà...

L'home va acabar ofegant-se.

Quan arribà al cel, es trobà amb Déu i li preguntà, completament desconcertat:



—Senyor, Déu meu! Per què no m'heu ajudat? Per què heu permès que m'ofegués si jo sempre he estat un gran devot vostre?

—Que no t'he ajudat? —va replicar Déu— Però si he enviat a ajudar-te diverses persones: en una barca, en una llanxa i en un helicòpter...

Compromís setmanal:

Amb aquest conte la moralitat ens està convidant a reconèixer i interpretar com Déu és present a través dels altres. Aquesta setmana proposem-nos d'estar atents a les necessitats de les persones més properes del nostre entorn, aquelles que se senten soles, aquelles que necessiten que algú les escolti...



MARÇ: La vida sempre ens ofereix una nova oportunitat per celebrar

A vegades ens podem sentir desmotivats, o ens infravalorem, o bé ens sentim culpables. La Quaresma és una invitació a tornar-nos a posar dempeus, a recordar que sempre podem trobar bellesa i alegria i a reconèixer aquelles oportunitats que la vida ens ofereix i tot allò que nosaltres podem oferir a la vida.

Setmana del 2 al 6 de març

Motivació setmana

Viure o VIURE?

Reflexió:

De vegades, el desànim, els exàmens, els neguits, la rutina... ens superen i fan que no vegem la VIDA, amb majúscules, que tenim dia a dia. Busquem només ser feliços i viure la vida que volem sent lliures, fent el que estimem. En resum: volem viure els nostres somnis.

Vídeo:

Tú puedes con todo...: https://www.youtube.com/watch?v=QMoiCEkW_zU

Compromís setmanal:

Pensem en nosaltres i en com estem vivint la vida. Malgrat les adversitats, els moments menys bons... com estem afrontant cada dia? Estem vivint o VIVINT? En quins àmbits de la nostra vida hem d'intentar viure en majúscules allò que fem? Ens ho apuntem en majúscules a la mà per recordar-ho i intentar viure-ho plenament.

Setmana del 9 al 13 de març

Motivació setmanal

Vivim sense pors.

Reflexió:

En molts moments necessitem un impuls per afrontar qualsevol dificultat amb valentia i que ens recordin que Déu és allà, com un refugi al qual podem recórrer. La cançó següent ens serveix com aquest recordatori poderós que, amb fe, no hi ha por que ens pugui derrotar.

Cançó: "No temeré, d'Evelyn Sosa: <https://www.youtube.com/watch?v=3zIncQzyB90>

Compromís setmanal:

Després d'escollar la cançó, pensem: Quines coses ens fan por, ens provoquen inseguretat i de vegades evitem, sense arribar a afrontar-les? I, sabent que no estem sols per superar les nostres pors, reflexionem... qui són les persones que són un suport o a qui podem demanar ajuda per superar els nostres temors? Intentem pensar en altres persones que, tot i que no siguin tan properes, també hi són i podem comptar amb elles.

Setmana del 16 al 20 de març

Motivació setmanal

Mirem la vida amb esperança i gratitud.



Reflexió:

La cara amable del mundo, de Rozalén: <https://www.youtube.com/watch?v=GkluegsVpA0>

Imatge

Mirem-ho d'una altra manera.



Compromís setmanal:

Anotarem a l'agenda o al calendari quines coses o persones representen la cara amable del món en la nostra vida quotidiana i com podem apreciar-les més. Cada dia d'aquesta setmana escrivim una d'aquestes coses per així centrar-nos en algun element positiu del nostre món i tenir una altra mirada durant el dia.

Setmana del 23 al 27 de març

Motivació setmanal

Intentem ser la nostra millor versió!

Reflexió:

En funció del moment tothom té diferents moods o versions, però segons la versió que tinguem farem que les coses tinguin sentit i que en gaudim o no. Per això és molt important analitzar la nostra vida i mirar-la objectivament per veure si estem sent la nostra millor versió donant-ho tot i posant cor en tot allò que fem.

Vídeo: Escena de la pel·lícula *Gigantes, hacia la victoria*, dirigida per Alex Kendrick: <https://www.youtube.com/watch?v=Ly20shgT7f8>

Reflexió:

Pensem en les preguntes següents: "Estem posant el nostre cor en el que fem?", "Ens estem esforçant al màxim en aquestes coses, tot i que no siguin el que ens ve més de gust?", "Com podem ser la nostra millor versió?", "Quina és, la nostra marca?".



Tenim l'oportunitat que, quan passem una estona amb algú, aquesta persona no quedi indiferent amb nosaltres, sinó ser com les violetes, que deixen una fragància duradora i, malgrat que costi veure-les perquè són petites, omplen d'aroma tot l'espai i es fan notar tot impregnant el lloc.

Vídeo:

La historia del lápiz: <https://www.youtube.com/watch?v=QKoPUPUDzk>

Compromís setmanal

Podem pensar en qualsevol de les cinc coses que ens plantegen al vídeo, però ens quedarem amb l'última: quina empremta volem deixar en cada trobada que tinguem amb algú? Quin sentiment i sensació volem deixar en les altres persones?



ABRIL: Vida que es desborda, vida que esdevé celebració

Arriba la primavera i la vida es desborda. Un passeig pel camp ens permet veure l'exuberància de la natura i experimentar una autèntica celebració. Realment la vida és un regal, un tresor. En aquest mes també celebrarem la Pasqua de Jesús: vida en abundància que compartim en comunitat i promesa de Vida per a tothom.

Setmana del 6 al 10 d'abril

Motivació setmanal

Som-hi amb optimisme!

Reflexió:

Comencem el mes d'abril amb energia i optimisme. Deixant enrere els dubtes i afrontant la vida amb seguretat, intentarem centrar-nos i celebrar allò que és realment important, sense aturar-nos en els obstacles i vivint amb passió. És hora de posar-nos en marxa!

Cançó: "Al lío, de Trigo 13: https://www.youtube.com/watch?v=_s4blgT6L74

Compromís setmanal:

A l'inici de la setmana pensarem en la pregunta següent: "Quines coses importants de la nostra vida hem posposat i com podem començar a actuar avui per posar-les en marxa?". Després de pensar la pregunta, compartirem per parelles allò que hem reflexionat i quan acabi la setmana ens tornarem a reunir amb aquest company i compartirem si hem aconseguit avançar en allò que ens hem proposat.

Setmana del 13 al 17 d'abril

Motivació setmanal

Fem accions que demostrin amor.

Reflexió:

El que fem és el que veritablement defineix les nostres relacions i les nostres vides. Hem de sentir-nos cridats a expressar el que sentim no només amb paraules, sinó també amb fets que construeixin i deixin empremta en els altres, i sobretot en les persones que estimem. Es tracta de ser coherents amb la nostra manera de pensar i d'actuar.

Cançó:

Louder Than Words, d'Andrew Garfield: <https://www.youtube.com/watch?v=gG7PSUHxUbE>

Compromís setmanal:

Com ens diu la cançó, els actes són més forts que no pas les paraules. De vegades les nostres accions no van en consonància amb allò que pensem i sentim. Per això pensarem alguna acció que mostri aquest amor que sentim per algú i que no sempre aconseguim demostrar amb fets.

Setmana del 20 al 24 d'abril

Motivació setmanal

Sabem que podem confiar en Ell.



Reflexió:

Avui tenim una invitació a descobrir els tresors ocults dins de nosaltres mateixos. És important conèixer la nostra espiritualitat per aconseguir que sigui un motor de la nostra vida personal. Amb això podrem aprofundir en les nostres emocions i arribar a connectar amb el nostre cor, convertint les dificultats en aprenentatges i les aspiracions en llum.

Lectura

Anit quan dormia, d'Antonio Machado

Anit quan dormia
vaig somiar, beneïda il·lusió!
que una fontana fluïa
dins del meu cor.
Digues, per quina sèquia amagada,
aigua, vens fins a mi,
deu de nova vida
d'on mai no he begut?
Anit quan dormia
vaig somiar, beneïda il·lusió!
que un rusc tenia
dins del meu cor;
i les daurades abelles
anaven fabricant-hi,
amb les amargors velles,
blanca cera i dolça mel.

Anit quan dormia
vaig somiar, beneïda il·lusió!
que un sol ardent lluïa
dins del meu cor.
Era ardent perquè donava
calors de vermella llar,
i era sol perquè il·luminava
i perquè feia plorar.
Anit quan dormia
vaig somiar, beneïda il·lusió!
que era Déu el que tenia
dins del meu cor.



Imatge:

Escotar i ser escoltats.

Compromís setmanal:

Sovint necessitem ser escoltats, tenir algú a qui explicar-li com estem i notar que som importants per a aquesta persona. Penseu en totes aquelles persones que fan això mateix amb vosaltres. Penseu també que dins del cor, i en el pla més profund de la nostra existència, podem trobar amor i connexió amb una dimensió més gran. Com està, la vostra relació amb



Déu? Com podeu aprofitar el fet de tenir el suport de Déu per créixer o superar les vostres dificultats? Dediquem uns minuts a pregar a Déu.

Setmana del 27 al 30 d'abril

Motivació setmanal

Sense llasts per créixer.

Reflexió:

Aquesta setmana veurem com de vegades nosaltres mateixos ens posem límits i llasts per coses ja passades que continuen fent-nos mal o que ens impedeixen avançar. Sovint això ja està superat i són més les ferides que s'han quedat en nosaltres. Si n'estem al cas, segur que és una mica més senzill fer-hi front i alleugerir la nostra motxilla d'aquest pes.

Conte: *L'elefant encadenat* de Jorge Bucay

Quan era petit m'encantaven els circs. El que més m'agradava d'ells eren els animals, i l'animal que més m'impressionava, l'elefant. Em fascinaven les seves enormes dimensions i la seva força descomunal.

No obstant això, després de l'actuació, i fins poc abans de tornar a l'escenari, l'elefant sempre s'estava lligat a una petita estaca clavada a terra, amb una cadena que li empresonava una de les potes. La cadena era gruixuda i l'estaca era un minúscul tros de fusta clavat a pocs centímetres de profunditat. Em semblava obvi que un animal capaç d'arrencar un arbre de soca-rel amb la seva força també podia estirar aquell tronc minúscul i alliberar-se. Aquest fet, a dia d'avui, continua semblant-me evident.

—Què el subjecta? Per què no fuig?

Després de preguntar-ho als meus professors i parents, que considerava savis, vaig obtenir la següent resposta: «L'elefant no s'escapava perquè estava ensinistrat». Vaig fer, llavors, la pregunta òbvia: «Si estava ensinistrat, per què l'encadenaven?». La veritat és que no recordo haver rebut cap resposta coherent, fins que algú que va resultar ser prou savi em va donar una resposta convincent: «L'elefant del circ no s'escapava perquè havia estat lligat a una estaca semblant des que era molt petit».

Vaig tancar els ulls i em vaig imaginar l'indefens elefant acabat de néixer i subjectat a l'estaca. Segur que en aquell moment l'animalet va estirar i estirar, intentant alliberar-se. Devia acabar el dia esgotat, perquè aquella estaca era més forta que ell. Dia rere dia devia tornar-ho a intentar, amb el mateix resultat. I així fins que un dia terrible per a la resta de la seva vida l'elefant va acceptar la seva impotència i es va resignar al seu destí.

Aquest poderós elefant no s'escapa perquè creu que no pot, té gravat el record de la impotència que va sentir de petit. I el pitjor és que mai més no va tornar a posar a prova la seva força.

Compromís setmanal:

Sovint a les persones ens passa el mateix que a l'elefant del circ: vivim encadenades a centenars d'estaques que ens prenen llibertat. Pensem que no podem fer una sèrie de coses senzillament perquè un dia, fa molt de temps, ho vam intentar i no ho vam aconseguir, perquè algú ens va dir que no seríem capaços de superar-ho. Aleshores ens gravem a la memòria aquest missatge: «No puc i no podré mai».

Hem crescut portant aquest missatge autoimposat, i per això mai no hem tornat a intentar alliberar-nos de l'estaca. Quan de vegades sentim els grillons i fem sonar les cadenes, mirem de reüll l'estaca i pensem: «No puc i no podré mai». Segurament ara som més forts i estem més preparats, però aquell record ens frena a l'hora d'intentar alliberar-nos.

De quines estaques ens hem d'alliberar? Ho escrivim en un tros de paper i ens el guardem a la butxaca per tenir-ho present.



MAIG: Celebrar la quotidianitat de la vida

Una carícia, una paraula amable, un somriure de complicitat... aquestes petites coses passen desapercebudes, però ens fan la vida més feliç i agradable. L'atenció als petits detalls i la capacitat de trobar bellesa en la senzillesa són valors molt presents en l'espiritualitat marista. Celebrant la quotidianitat estem conreant una actitud de gratitud i admiració. Tinguem present Maria, mestra en el fet de cuidar els detalls i celebrar la quotidianitat.

Setmana del 4 al 8 de maig

Motivació setmanal

Gaudim de les petites coses!!



Reflexió:

De vegades ens centrem tant en les coses grans que oblidem les petites. Aquesta setmana fixem-nos en aquelles coses que sempre hi són i que fan millor el nostre dia: la salutació d'un amic, un acudit que us faci riure o el gust del vostre menjar preferit. Gaudiu d'aquests moments!

Passen els dies, un rere l'altre. Les mateixes rutines, les mateixes persones, les mateixes activitats. Dies en negre al nostre calendari. Molts. Però... i si els convertíssim en dies en vermell? I si fem de cada dia del calendari un motiu per celebrar? Celebrem que tenim rutines, celebrem que tenim persones amb qui compartir vida dia rere dia. Fent vida nova cada dia, cada rutina, cada persona, cada acte... Celebrem cada dia de la nostra vida! Tenim molts motius per fer-ho!

Imatge

Gaudeix de les petites coses.

Reflexió

Podem pensar en els dons i privilegis de què gaudim en el nostre dia a dia i que donem per fets i no valorem o no veiem com a regals. Quantes coses tenim que són regals i a les quals gairebé no donem importància?

Cançó:

Las pequeñas cosas, de Los Rebutitos: <https://open.spotify.com/intl-es/track/1hQXHX5TH8e-Ojdze8wpeB0?si=4759bb77c131460e>

Compromís setmanal:

Al final del dia escriu en un paper o al vostre mòbil tres coses bones de què hàgiu gaudit, per petites que siguin, i que voleu valorar al llarg de la setmana, donant-los la importància que no acostumeu a donar-los. Per exemple: un somriure, un moment divertit, un plat de menjar, una conversa o alguna cosa que hàgiu après. Quan acabeu la setmana podreu veure si ho heu aconseguit.



Setmana de l'11 al 15 de maig

Motivació setmanal

Gaudim del present.

Reflexió:

No us preocupeu tant pel que ha passat o pel que vindrà, perquè el més important és el que teniu ara. Cada dia hi ha alguna cosa bona, com ara una classe que us agrada, una estona amb els amics o bé descobrir alguna cosa nova. Què ha estat el millor del vostre dia d'avui?

Cançó:

Vivir mi vida, de Marc Anthony: <https://www.youtube.com/watch?v=UJxtulz3Wlg>

Imatge

Moltes coses petites fan el meu món gegant.

Frase:

«El secret de la felicitat no rau a fer sempre el que vols, sinó a voler sempre el que fas», de Lev Tolstoi.

Aquesta frase reflecteix la importància de gaudir i valorar el que estem vivint en el present, independentment de les circumstàncies. La felicitat rau a estar plenament involucrat en el moment, en el que fem ara, sense estar sempre pensant en allò que vindrà o en el que podria haver estat. És una manera profunda de valorar «l'aquí i l'ara».



Compromís setmanal:

Dediqueu almenys cinc minuts al dia a aturar-vos i simplement a ser conscients de l'aquí i l'ara. Respireu profundament i observeu el vostre entorn, les vostres emocions i el que està succeint en el present que viviu.

Setmana del 18 al 22 de maig

Motivació setmanal

Valorem el regal que representen les persones que ens estimen.

Reflexió:

Les persones que són al vostre costat cada dia són un regal molt valuós. Enmig de la rutina, de vegades oblidem com en són, de valuosos, el seu suport i la seva presència. Avui recordeu-vos d'agradir a qui comparteix el vostre camí, ja que ells us fan la vida més plena i significativa. Valoreu els fets quotidians i les connexions que us envolten, perquè són una part essencial de la vostra història.

Cançó:

La otra, d'El Kanka: <https://www.youtube.com/watch?v=2hrtObEhXUg>

Dinàmica

Agraïment

Distribuïm aquesta dinàmica en tres parts:

- Instrucció breu (**un minut**). S'explica als alumnes que durant aquesta activitat reflexionaran sobre les persones que més valoren en la seva vida diària, ja siguin amics, familiars o persones que els fan costat.



- Escriure paraules d'agraïment (**cinc minuts**). Es dona a cada alumne un full de paper o una cartolina i se'l demana que hi escrigui dues o tres paraules o frases breus (per exemple, «Gràcies per donar-me sempre suport», «Valoro molt la teva amistat»). Aquestes paraules han d'anar dirigides a les persones que valoren en la seva vida diària.
- Compartir (**quatre minuts**). Si el temps ho permet, convidarem l'alumnat a compartir una de les frases amb tota la classe. Si no hi ha temps per compartir-les es pot deixar el full com un recordatori personal de les persones importants en la seva vida.

Vídeo:

El poder del agradecimiento – Experimento social:

El poder del agradecimiento

EL PODER DEL AGRADECIMIENTO EXPERIMENTO SOCIAL <https://www.youtube.com/watch?v=-wAagSiLT-k>

Compromís setmanal:

Penseu en una persona que hagi fet alguna cosa positiva per a vosaltres aquesta setmana i agraïu-l'hi personalment, ja sigui amb paraules o un missatge breu.

Setmana del 25 al 29 de maig

Motivació setmanal

Cada dia és una nova oportunitat plena de possibilitats.

Reflexió:

Sovint oblidem que els moments petits són els més valuosos. Quan apreciem el que és quotidià omplim el nostre cor de gratitud i descobrim la bellesa en allò simple. Avui és un regal, i el que feu amb aquest dia és el que realment compta. Valorem el que tenim al davant, perquè aquests moments formen una vida plena.

Vídeo:

Emotivo experimento que te hará ver el mundo con otros ojos: <https://youtu.be/MCQouRD-qf78?si=9rErXsXvUDEoU-cB>.

Imatge

Aforisme i pregària.





Aquesta pregària reflecteix una visió de la vida que se centra en el present i en els aspectes més importants per a una vida plena: l'amor, la paciència, el perdó i el compromís amb els altres. És un recordatori de com n'és, de valuós, el dia d'avui..

Compromís setmanal:

Aquesta setmana és el moment de posar-ho en pràctica. Dediqueu cinc minuts al dia a observar alguna cosa en el vostre entorn: el cel, una planta, els sons del vostre voltant o fins i tot el sabor del vostre berenar. Noteu conscientment aquests detalls que massa sovint ens passen per alt.



JUNY: Agrair el que hem viscut per celebrar-ho

Celebrem la vida quan reconeixem tot allò que se'ns ha regalat. Com a maristes, celebrem el que hem rebut de tants educadors i educadores, germans i laics maristes que ho han donat tot i ho continuen fent. I ens en sentim ben afortunats! Donem gràcies a Déu i ens sentim agraïts pel fet de poder viure una vida plena i autèntica. I en aquest curs que anem tancant, de què donem gràcies?

Setmana de l'1 al 5 de juny

Motivació setmanal

Mantenim viu el somni de Marcel·lí Champagnat..

Reflexió:

Aquesta setmana és l'aniversari de Sant Marcel·lí Champagnat, i és un bon moment per agrair, recordar i ser conscients que tots, com a Família Marista, compartim un somni comú: el de Marcel·lí. Marcel·lí Champagnat va fundar l'Institut dels Germanets de Maria el 1817 com a resposta a la necessitat d'educació i evangelització d'infants i joves, especialment els més necessitats, per als quals va somiar un entorn segur, ja que creia que «per educar cal estimar».

Vídeo:

En aquest vídeo es pot veure l'evolució que ha tingut el somni que va iniciar Sant Marcel·lí:

El sueño de Marcelino de Champagnat: <https://www.youtube.com/watch?v=PW4bRHGJiAM>

Podem preguntar: "Quines característiques defineixen Sant Marcel·lí Champagnat?", "per què creieu que es va abocar a dedicar la seva vida a l'educació dels infants que més ho necessitaven?".

Frase:

«L'esperit d'una escola Marista és l'esperit de la família», de Marcel·lí Champagnat.

Podem preguntar: "Què suggereix, Sant Marcel·lí, amb aquesta frase?".

Oració:

Pregària a Sant Marcel·lí

Pregària a Sant Marcel·lí

Marcel·lí, que dedicares la vida sencera
a l'educació cristiana de la joventut
més necessitada d'ajuda i afecte:
a la primavera de la meua vida
vull imitar la teua generositat;
vull, també, seguir Jesús
sota la protecció maternal de Maria.
Ajuda'm a descobrir el camí
que Jesús vol que continuï
i a comprometre'm amb entusiasme.

Amén.

**Compromís setmanal:**

Penjarem unes violetes a les nostres classes i hi escriurem els somnis que penseu que queden per complir i que Sant Marcel·lí hauria desitjat.

Setmana del 8 al 12 de juny**Motivació setmanal**

Superem les adversitats amb la fe.

Reflexió:

La vida de Sant Marcel·lí Champagnat va estar marcada per la seva fe profunda i la seva passió per portar el missatge d'amor de Déu a través de l'educació. Com a sacerdot catòlic, es va sentir commogut per la manca d'educació i de formació religiosa dels infants a les àrees rurals de França durant l'època de la Revolució Industrial, com vam poder veure en el vídeo de la setmana passada. Amb una visió clara i un cor ple de compassió, el 1817 va fundar l'Orde dels Germans Maristes, que perdura fins avui. Per aconseguir tot el que ell somiava juntament amb els Germanets de Maria, va haver de passar per moltes adversitats, però sempre va aconseguir superar totes les adversitats, aferrat a la seva fe, a la seva gratitud i al projecte tan bonic que estava duent a terme.

Lectura**El peix Pescafregit**

A la botiga d'animals la mala sort tenia un nom: Pescafregit, un petit peix famós perquè mai no era a l'aquari adequat. Cada vegada que tocava reordenar els tancs, en Pescafregit acabava per error o descuit en el més perillós per a ell. Des d'altres tancs, els seus cosins i germans veien divertits les seves curses desesperades per evitar ser el menjar d'algun peix més gros.

Malgrat la seva poca fortuna, en Pescafregit no es desanimava, i a cada cursa posava els esforços per alliberar-se de nou, encara que sentís el cansament o fins i tot el dolor d'alguna mossegada a les aletes.

Així va anar sobrevivint, fins que un dia de reorganització als aquaris en Pescafregit per fi va acabar compartint tanc amb tots els seus cosins i germans. Mentre s'ajuntaven, però, un cuidador distret va llançar en aquest mateix tanc el peix més famolenc i perillós. L'enorme peix es va cruspitar tots els peixets excepte en Pescafregit, que, acostumat a fugir, va aconseguir escapar.

Poc després va entrar a la botiga un expert en aquaris i, quan va veure en Pescafregit viu al costat del peix gros, no s'ho podia creure. Va estar hores veient-lo escapar una vegada i una altra amb el seu estil de nedar, ple de girs i piruetes, i la seva increïble capacitat per amagar-se. No tenia dubtes: era un peix únic, i l'expert se'l va endur perquè pogués ser l'estrella de tots els seus aquaris. Allà en Pescafregit va viure feliç amb tota mena d'atencions, pensant de quina manera havia estat tan bona, per a ell, la seva famosíssima mala sort.

Reflexió:

Superar les adversitats. L'actitud de superació és la manera de convertir les adversitats i la mala sort en aprenentatge i preparació de cara al futur.

Podem preguntar: "I vosaltres, quins obstacles heu vençut, aquest curs?", "en què us heu superat?".

Cançó:

Gracias: <https://www.youtube.com/watch?v=8AlaKEyHww>

Després d'escoltar aquesta cançó donarem gràcies a Déu per tot el que és i representa en les nostres vides, juntament amb les nostres adversitats i èxits.

Compromís setmanal:

Durant aquesta setmana intenteu reconstruir el que vosaltres creieu que de debò dona forma a la vostra identitat, al vostre ésser. Heu arribat fins aquí amb les vostres fortaleses i les vostres limitacions gràcies a la presència de Déu. Penseu en tots els valors que valoreu de vosaltres mateixos després d'haver superat aquests obstacles durant el curs, i, si voleu, compartiu-los amb els vostres companys de classe.

Setmana del 15 al 19 de juny

Motivació setmanal

Arriba l'hora d'acomiar-se.

Reflexió:

Cada vegada queda menys per acabar aquest curs, i volem continuar celebrant la vida. De manera inconscient, comencem a acomiar-nos de les persones que ens han anat acompanyant durant aquest curs, recordem experiències positives, moments nostàlgics o moments que val més no recordar gaire, encara que tots hagin format part de nosaltres. Ara és el moment de portar al present allò que hem anat vivint, escoltant i sentint, sense descuidar-nos de qui ens ha envoltat. Tot això ens farà dibuixar als llavis més d'un somriure....

Imatge



Per reflexionar:

Podem preguntar: "Què us suggereixen, aquestes imatges?"

Expliqueu un bon moment que hàgiu passat amb algú de la classe.

Vídeo:

Dios no nos deja solos: https://www.instagram.com/reel/C5EL_ZIrrMD/?igsh=MXdnMzNn-MXVzMnloZg%3D%3D

Compromís setmanal:

Com més va més s'està perdent el gest d'escriure cartes a mà; per això us proposem com a compromís setmanal que escrigueu una carta a un company en què li doneu les gràcies pel que cregueu convenient i senti que heu de mostrar-li la vostra gratitud.



Setmana del 22 al 23 de juny

Motivació setmanal

Recordem les vivències del curs.

Reflexió:

Som a l'última setmana d'aquest curs. Al setembre semblava tan llunyà, el mes de juny...

Ha arribat el moment de revisar el que hem anat sembrant al llarg de tot aquest temps, tant en nosaltres mateixos com en els altres. Ha arribat el moment de recordar el que hem viscut, tant si han estat coses bones com no tan bones, però sempre quedant-nos amb totes les coses bones que ens regala la vida: perquè la vida cal celebrar-la.

També és moment de recordar les persones que ens han acompanyat durant aquests mesos: amics, professors, família, companys, educadors, animadors, catequistes, escoltes, monitors esportius... i donar-los les gràcies a tots!

També és moment de donar gràcies a Déu i a la Bona Mare per haver-nos acompanyat aquest curs, tot demanant-los que a partir d'ara continuïn sent el nostre pilar en el dia a dia.

Cançó:

Gracias de Manuel Muñoz y Sarayma: <https://www.youtube.com/watch?v=DUzer9fFyR4>

Reflexió:

Quines coses oferiu a Déu, en aquest final de curs? Podeu recordar alguna alegria concreta d'aquest any? Quines coses us proposeu canviar o millorar de cara al curs vinent?

Frase:

«La vida és un regal, o sigui que no t'oblidis de celebrar-la en cada moment i amb cada persona que t'envolta».

Oració:

Acabem donant gràcies a Déu i a la Bona Mare amb aquesta pregària:

Maria, com deia Marcel·lí,
 tu ets la nostra Bona Mare.
 Ets la Bona Mare,
 que sempre penses en nosaltres,
 que et preocupes pel que fem,
 que plores quan les coses ens van malament
 i t'alegres quan ens van bé.
 Mare, que t'estimem cada dia més.
 Ets la nostra Bona Mare sempre,
 tot i que de vegades no ens recordem de tu.
 Fes que siguem sempre feliços
 i fem feliços els altres.
 Tu ets la Bona Mare que escolta.
 Tu ets la Bona Mare que sempre ens atén.
 Gràcies per ser-hi sempre.
 Amén.

**Compromís setmanal:**

Us proposem que feu una cadena de favors. Fer favors és una bona manera de tornar a la vida tot allò que ens regala. Nosaltres estem agraïts a la vida, i per això la millor manera de celebrar-ho és ajudar els altres. Es pot fer de manera espontània, és a dir, cada vegada que veiem algú que necessita ajuda, ajudant-lo, o bé cada vegada que algú ens vulgui ajudar, deixar que ens ajudi. Si volem fer-ho de manera més estructurada, podem posar en un pot els noms de cadascun dels companys de classe, professors, educadors, animadors... Traiem un paper i haurem d'estar pendents d'aquesta persona durant aquests últims dies de curs per si necessita la nostra ajuda. Al final de la setmana es pot comentar l'experiència (com hem ajudat i en què ens han ajudat).