¡Camina y deja huella!
Dossier del monitor

Dirigido a: Chicos y chicas de 3 º y 4 º de ESO
Fechas: Primera semana de julio 2012
Lugar: Ruta de Verdú a Manresa
Descripción: Una ruta por el Camino Ignaciano. Seguiremos los pasos de San Ignacio en su etapa por Cataluña. Unos días de camino para avanzar en el crecimiento espiritual y personal.
Y aquí un video que lo explica:
http://www.youtube.com/watch?v=Esc-bT9TJvY&feature=player_embedded

Adolescentes del Casal Loiola Barcelona (ESO) 2012

Día 30 de Junio: BCN - Verdú
11:30 → Encuentro en el Casal
12h → Eucaristía
13:30 - 14:30h → Comida y carga de la furgoneta
14:30 → Salida del Casal
15:15h → Tren Pl.Catalunya. Durante el trayecto juego para conocernos y merienda
18h → Llegada a Tàrrega
19h → llegada a Verdú: instalación y bienvenida/normativa
20h → Cena
21h → Actividad

> ¡Posicionémonos! (30min)
Objetivo:
Reflexionar sobre los motivos por los que nos encontramos aquí
Desarrollo de la actividad:
Tendremos 3 zonas: izquierda, centro, derecha
Un voluntario cogerá una tarjeta y la leerá para todos. Cada ficha tendrá una pregunta con dos repuesta posibles. Tendrán que posicionarse lo más rápidamente posible yendo a izquierda, derecha o centro según sea su respuesta y argumentarla respecto los otros grupos
Preguntas:
- ¿Nesquik o Colacao?
- ¿Nocilla o Nutella?
- ¿Mar o Montaña?
- ¿Dulce o salado?

¿Qué me ha traido hasta aquí?
- ¿Me han insistido para venir o he insistido para venir?
- ¿Venir era mi única opción o he tenido que escoger entre otras propuestas?

¿Qué es lo que más me llama de la idea del camino?
- ¿Qué me llama más? El Camí en solitario o en comunidad
- ¿Qué me llama más? Los ratos andando o las actividades de la tarde

¿Qué espero que pase?
- ¿Vienes para conocer a gente o para conocerte a tu mismo?
- ¿Una experiencia de Fe? Si - No.

> Reflexión personal (15')
En un ambiente tranquilo, lanzamos las siguientes preguntas. Que las reflexionen y apunten
- ¿Qué me ha traído aquí?
- ¿Qué me llama más de la idea del camino?
- ¿Qué espero que pase?

21:45h → Plegaria de Buenas Noches

22h → Buenas Noches
23h → Buenas Noches monitores

Día 1 de Julio: Verdú - Cervera

6h → Buenos días
6:40h → Desayuno
7h → Lectura del diario del joven Íñigo, inicio del camí
9h → Tentempié en "El Talladell" (Tàrrega)
9:45 - 11:45 → Caminar
12h → llegada a Cervera - Residencia Sagrada Familia: Fruta y bebida
12:30h → Instalación + ducha + preparación de la comida
14h → Comida
16h → Actividad tarde

> Mi mochila

Objetivo:
- ¿Con qué carga la mochila que llevo en la vida?
- ¿Qué sitio ocupa? ¿Dónde lo sitúo?

Desarrollo de la actividad: (30')
Lee atentamente la siguiente lista de cosas que cargas en tu vida. Piénsalas tranquilamente durante un rato, una a una, las vas imaginando ¿Qué significan? ¿Qué sitio ocupan en tu mochila? Sé sincero contigo mismo, piensa que a lo mejor descubres cosas muy importantes pero que no tienen espacio en el día a día. No te preocupes. Lo importante es que te sitúes en el punto en que te encuentras. Para hacerlo más fácil, escoged 4 ítems de cada apartado y clasifícalos entre: "Fundamental, importante, necesario y prescindible". En cada ámbito (fundamental, importante,…) ver cuánto ocupa cada cosa apuntada. La actividad consiste en ubicar todas las cosas de la lista en la mochila dibujada. Las cosas que sí que llevo, las ponemos dentro la mochila. En función de la importancia irán más arriba o más abajo y en función del tiempo que les dedico ocuparán más o menos espacio dentro la mochila. Las que no llevo las colocamos fuera la mochila. La ponemos más cerca o más lejos en función de cómo lo sentimos.

Material Necesario:
Lápiz y goma + dibujo mochila

> ¡Bailamos un twist con la mochila!

Objetivo:
- Crear grupo
- Ganar confianza con el grupo
- Compartir de manera distendida lo que llevamos en la mochila

Desarrollo de la actividad: (30')
Con el tablero del tradicional juego del Twister, compartiremos lo que hemos puesto en la mochila y clasificado como fundamental, prescindible,…
Un monitor irá diciendo (no habrá rueda): quien haya puesto Dios como fundamental que ponga la mano derecha en el azul, quien lo haya puesto como prescindible que ponga el pie izquierdo en el verde y así hasta que hayan compartido lo que han puesto

17:30h → Merienda
18 - 19h → Visita a la Catedral
19 - 20:30 → Cocinar
20:30h → Cena
21:30h → Plegaria
22h → Buenas Noches
23h → Buenas Noches monitores

PERSONES
Padres, hermanos, abuelos, familia en general, amigos, profesores, monitores, pareja
TIEMPO LIBRE
Actividades extraescolares, lectura, video juegos, salir com amigos, internet, voluntariado
COLE

Cuidar a los compañeros, estudiar, profesor de referencia
CASA
Ayudar, pasar desapercibido, hacer caso
YO
Apariencia, el qué dirán, están por delante de los otros
RELIGIÓN
Dios, Jesús, plegaria, eucaristía
OTROS

Día 2 de Julio: Cervera - Jorba

6h → Buenos días
6:40h → Desayuno
7h → Lectura del diario del joven Íñigo, inicio del camí
8:30h → Tentempié en "Sant Pere dels Arquells"
9h - 10:30 → Caminar
11h → Llegada a Pallerols
11:30h → Actividades
> Actividad/juego conocimiento y ocio
Objetivo:
Cohesionar el grupo
Crear un ambiente distendido
Descripción:
1) Juego "extra-personal": sale 1 persona fuera del grupo, los otros decidimos 1 de dentro a quien describiremos. Al entrar, el chico/a hará preguntas para adivinar de quien se trata. Si fuera una fruta, ¿qué fruta sería? ¿Y si fuera un color? ¿y si fuera una pieza de ropa?
2) La frase inacabada
Mi lugar preferido es…
Mi película preferida es…
Mi libro preferido es…
El deporte que más me gusta es…
Mi canción preferida es…
> Actividad: Abrázame fuerte
Objetivo:
- Analizar cómo me siento en una relación
- Contemplar cómo se siente el otro en una relación
Descripción:
Hacemos un círculo. Sólo decimos que han de ir caminando libremente y escuchando las consignas. No puede haber ningún contacto físico ni visual con nadie. Cuando todo el grupo haya entrado en la dinámica empezamos las consignas:
1. Levantamos la mirada y miramos a los ojos a todos los que nos vamos encontrando
2. Mantenemos la mirada y saludamos con la cabeza
3. Mirada, saludo con la cabeza y verbal: " Buenos días, cómo estás?"
4. Mirada, saludo con la cabeza y verbal y apretón de manos
5. Mirada, saludos, apretón de manos y golpecito amistoso en el hombro
6. Mirada, saludo y dos besos amistosos
7. Mirada, saludo y un fuerte abrazo
8. Abrazo colectivo

No siempre los sentimientos son recíprocos y debemos aprender a escucharlos, respetarlos y aceptarlos con afecto y cuidado
12:30h → Comida
14:30h → Caminar
15:50 o 16:30h → Bus a La Panadella
17h → Llegada a Jorba - Berenar
17:30 - 18:30h → Piscina
19 - 20 → Instalación + duchas + preparar cena

20:30h → Cena
21h → Actividad de noche (1h)
> Mi mochila vista por el otro
Objetivo:
Abrir nuestra mochila a los demás
Descripción actividad:
En un ambiente tranquilo, nos colocamos en círculo separados los unos de los otros y nos tapamos los ojos con una venda. Previamente un monitor habrá recogido todos los libros de los jóvenes y los habrá abierto por su mochila (para que no se vea el nombre del propietario) Repartiremos aleatoriamente los libros, asegurándonos que a nadie le toque el suyo.
Dinámica:
1.- Cuando nos toquen el hombro, nos sacamos la venda y explicamos la mochila que vemos con el máximo detalle y teniendo en cuenta los conceptos aplicados cuando la dibujamos (en función de la importancia irán más arriba o más abajo y en función del tiempo ocupan más o menos espacio). Al final de la explicación se vuelve a tapar los ojos.
2.- El monitor preguntará: ¿Quién se ha identificado claramente con esta mochila?
3.- Quien si identifique, levantará la mano haciendo el mínimo ruido.
4.- El monitor apunta quien ha levantado la mano
5.- Continuaremos la actividad hasta que todo el grupo haya explicado su diario
6.- Ronda de conversación entre parejas de "leedor" y "leído" para que se expliquen cómo se han sentido Se utiliza la "entrega de mochila" como símbolo de "he llevado tu carga". Se puede acompañar de cualquier otro símbolo (abrazo,…)
Material necesario:
Vendas (o foulards). Una para cada joven.
Aparato de música
22h → Plegaria
22:30h → Buenas Noches
23h → Buenas Noches monitores

Dia 3 de Juliol: Jorba - Castellolí

6h → Buenos días
6:40 → Desayuno
7h → Lectura del diario del joven Íñigo, inicio del camí
8:30h → Tentempié en el parque de entrada a Igualada.
9:00 - 10:30h → Caminar
10:30h → avituallamiento final polígono Igualada: Bebido y frutos secos
11h - 12:30h → Caminar
13h → Llegada a Castellolí: bebida y fruta
13:30 - 14:30h → Piscina
14:30 - 15h → Duchas
15:30h → Comida
17:30h → Actividad tarde
Objetivo:
- Separar lo que nos impide caminar de lo que nos ayuda
- Tomar conciencia de nuestras batallas
> Match de improvisaciones (30')
Descripción:
Uno sale fuera y le damos instrucciones o a los de dentro:
- Todos han de hacer sentir al que sale vergüenza
- Todos han de hacer sentir al que sale tristeza,
- Todos han de hacer sentir al que sale alegría,
- Todos han de hacer sentir al que sale enfado,...
- El que sale ha de hacer que todo el grupo sienta admiración o queda impresionado
- El que sale ha de hacer que todo el grupo sienta lástima para poderse aprovechar de ellos
- Todos han de hacer sentir al que sale rechazado

Hacemos uno y lo analizamos, hacemos el siguiente. Analizamos las armas utilizadas: ¿todos habríamos actuado igual? Cuando te sientes así, ¿cómo actúas? Haremos una mención especial a la hora de revisión del día.
> Juego 'The Memory' (15')
Tarjetas con un dibujo (palo, agua, bocadillo, gorro, piedra en el zapato, linterna y zapatos
En la vida hay cosas que ayudan a andar y otras que paralizan e impiden continuar. Otras que en exceso son contraproducentes: sobreprotección familiar, por ejemplo.
> Ronda de preguntas (20')
Haremos 2 círculos concéntricos, un monitor lanzará una de las siguientes preguntas y en 1 minuto tendremos que dar una respuesta a lo que tenemos delante
Palo - ¿En quién me apoyo?
Agua - ¿Qué/quién me abre a nuevas expectativas?
Bocadillo - ¿Qué me alimenta, me da energía, me empuja a… buscar, seguir,…?
Gorro - ¿Qué/quién me protege?
Piedra en el zapato - ¿Qué me molesta más?
Linterna - ¿Quien / qué me descubre el camino?
Oscuridad - ¿Qué me paraliza, qué hace que abandone?
Zapatos rotos - ¿Qué debo cambiar?
15' de tiempo personal para escribir en la libreta
19h → Tiempo libre + preparación de cena
20:30h → Cena
21:30h → Plegaria
22h → Buenas Noches
23h → Buenas Noches monitores

Día 4 de Julio: Castellolí - Montserrat

6h → Buenos días
6:40h → Desayuno
7h → Lectura del diario del joven Íñigo, inicio del camí
8:30h → Tentempié en "Montserrat park"
9h - 10:30 → Caminar
10:30h → Avituallamiento en "Can Massana": bebida, fruta y frutos secos
11h - 13h → Caminar
13:30h → Comida
15:30h → Subida a Montserrat
17:30h → Llegada a Montserrat
18h → Merienda + instalación
18:45h → Vísperas
19:30h → Duchas
21h → Cena
22h → Plegaria de buenas noches

Día 5 de Julio: Montserrat

7:30h → Buenos días
8h → Desayuno
9h → Lectura del diario del joven Íñigo. Presentación de la jornada.
Será un día de preparación de la vigilia de la noche. El último día en Castellolí estuvimos trabajando nuestras luchas, batallas, actitudes,… que no nos dejan hacer camino. Hoy será el día de evaluar nuestras relaciones. Buscaremos espacios de silencio interior, silencio exterior (las montañas de Montserrat nos ayudarán con facilidad), conoceremos a alguien que ha optado por la vida contemplativa.
9:30 - 10:30h → Corta ruta por los alrededores
10:30 - 11h → Actividad primera parte:
> ¿Estamos ligados o somos libres?

Objetivo:
- Trabajar nuestra dimensión social.
Desarrollo: (30')
Un voluntario se ata una cuerda en la cintura. Los demás tienen su propia cuerda y la atan a la del chico/a voluntario en uno de los extremos. Cogen el otro extremo. Piden al voluntario que se mueva y todo el resto, tan solo cogiendo la cuerda, lo evitaran sin demasiada dificultad. Este ejercicio nos permitirá trabajar el tema de la libertad, nuestra relación con los demás – el efecto de su opinión,…- la importancia de la amistad – que ayuda al crecimiento -, las relaciones constructivas y las agresivas,…
Cada chico/a después corta su cuerda – podemos trabajar la simbología de las tijeras: qué me ayuda a ser libre: aspecto totalmente necesario para tomar una decisión,… Guardamos la cuerda para la segunda parte de la actividad: la dimensión personal.
11:30h → Como en todo camino, hay situaciones que nos marcan, que nos tocan,… ahora es momento de caminar solos y en silencio. Debemos escuchar lo que nos dice el corazón.
12h → Pausa: Escribimos sobre todo lo que hemos estado reflexionando solos durante el camino. Hacemos "nudos en la cuerda de la vida": cada chico/a tendrá un cordel fino. Cada uno hará un recorrido interior por su vida y camino de fe. Cada vez que haya un momento importante: de cambio, de dolor, de crecimiento… hará un nudo. Al final tendrá una cuerda con nudos que serán el hilo de la vida
12:30h → Volver a las celdas. El camino de regreso puede ser útil para compartir por parejas o pequeños grupos nuestras reflexiones de la mañana. Cada uno explica cómo Dios ha estado presente y qué actitudes se desprenden: qué me ha impedido avanzar o cómo he podido avanzar y superarme.
13:30h → Llegada a las celdas + preparación de la comida + duchas
14:30h → Comida
16h → Preparación encuentro monje
16:30 - 18h → Encuentro con el monje
18:15h → Merienda
18:45h → (Vísperas)
19h → Tiempo libre + preparación cena
20h → Cena
21 - 22h → Vigilia de armas
>Vigilia de armas
Velas y música de fondo. Iniciamos la vigilia entrando en silencio y cantando repetitivamente el canto "Senyor que us conegui"
Cada uno se sienta con el dossier abierto por la página de la mochila y las luchas. Escogemos lo que estamos dispuestos a dejar en Montserrat.
- Caballo: pasar rápido por la vida, sin fijarnos con las necesidades de los que me rodean
- Casco: tozudez, egoime,… no me dejan ver a los que me rodean
- Armadura: todo lo que me impide ser transparente
- ropa de hombre rico: mis afanes
- espada: las palabras poco acertadas que quitan la libertad, matan
Rato de confesión
Entrega de las armas a la Virgen de Montserrat.
Cada uno escribe en unos papeles lo que quiere dejar en Montserrat. Lo escribirán en papeles que después atarán como eslabón de una cadena. Quien lo desea ira a confesarse y entregará la cadena al sacerdote. Llevará una vela y cuando haga la entrega puede encenderla. Nos quitamos las cadenas que no nos dejan ser luz en el mundo.

Día 6 de Julio: Montserrat - Manresa

6h → Buenos días
6:40h → Desayuno
7h → Lectura del diario del joven Íñigo, inicio del camí.
9h → Tentempié al pie de Montserrat - Urbanización.
9:30 - 11:30 → Caminar

11:30h → Avituallamiento en “Castellgalí”: bebida fresca, fruta y frutos secos
12h - 13:30h → Caminar
13:30h → Comida en el Campo de Golf
15 - 17h → Caminar hasta Manresa
17:30h → Llegada a Manresa
18h → Merienda + instalación
18:30h → Duchas
20h → Cena
21h → Plegaria de agradecimiento
- Velas encendidas con el libro donde escribiremos dedicatorias
- Elaboración de un colgante como recordatorio: Huella: cómo Dios me ha ido modelando y ha dejado huella en mi
22h → Actividad de noche
- Danzas y juegos
- Party&co
00h → Buenas noches

Día 7 de Julio: Manresa

7:30h → Buenos días
8h → Plagaria de Buenos días
8:30h → Desayuno
9h → Recogida de habitaciones y material
9:30h → Preparación Eucaristía + elaboración de plegarias
10h → Encuentro con los padres + fotos
11h → Eucaristía
12h → Parc de l’Agulla con los coches
13h → Comida
16h → Regreso a Barcelona