

# CATÀLEG D'ACTIVITATS

CENTRES  
EDUCATIUS



SETMANA  
DE LA MOBILITAT  
SOSTENIBLE  
i SEGURA



DEL 16 AL 22  
DE SETEMBRE





Del 16 al 22 de setembre se celebra a Catalunya la Setmana de la Mobilitat Sostenible i Segura que promou hàbits de mobilitat més sostenibles, segurs i saludables com són els desplaçaments a peu, en bicicleta, en transport públic o amb vehicle elèctric, així com visualitzar els canvis possibles en l'ús de l'espai públic, millorar la qualitat de l'aire i la reducció de la contaminació. Sota el lema "**Mobilitza't per un aire més net!**", la Setmana del 2017 a més de vetllar per una vida saludable, sostenible i segura, també reforça el poder de la ciutadania per millorar la qualitat de l'aire que respirem.

Els objectius principals de la Setmana són els següents:

- Estimular un comportament ciutadà, en relació amb l'ús del vehicle, compatible amb el desenvolupament urbà sostenible, en particular amb la protecció de la qualitat de l'aire, la prevenció d'accidents de trànsit, la reducció d'emissió de gasos que provoquen l'efecte hivernacle i el consum racional dels recursos energètics.
- Sensibilitzar la ciutadania sobre els impactes ambientals del transport i informar-la sobre les seves diferents modalitats.
- Impulsar l'ús dels mitjans de transport sostenibles i, en particular, el transport públic, la bicicleta, la mobilitat a peu i els vehicles elèctrics.
- Potenciar un retrobament de la ciutadania amb la ciutat, la seva gent i el seu patrimoni cultural, en un entorn saludable i relaxat.
- Reflexionar sobre com afecta a la nostra salut l'ús excessiu del transport motoritzat. Per una banda, la contaminació atmosfèrica i la congestió que generen tenen un impacte negatiu sobre els sistemes respiratori i cardiovascular. Per una altra, propicien el sedentarisme i la inactivitat física.

En aquest catàleg d'activitats us presentem una selecció de bones pràctiques de mobilitat sostenible realitzades per centres educatius, una sèrie de propostes d'activitats de mobilitat sostenible i segura dirigides als centres educatius per fer o posar en marxa durant la Setmana, un recull de recursos educatius sobre aquesta temàtica i un recull d'altres activitats que es poden realitzar durant la Setmana, que esperem que us siguin útils per treballar-les amb l'alumnat al llarg del curs escolar.

Comissió institucional de la Setmana de la Mobilitat Sostenible i Segura

# ÍNDEX

---

<b>Bones pràctiques realitzades per centres educatius</b>	5
<b>Propostes específiques per a centres educatius per treballar durant la SMSS</b>	7
<b>Recursos educatius</b>	9
<b>Altres activitats per realitzar durant la SMSS</b>	11
<b>Activitats de caminar</b>	11
<b>Caminades escolars</b>	12
<b>Activitats de bicicleta</b>	15
Pedala 2017	16
Tallers de fotos: Jo vaig en bici!!	18
Foto Bici-Missatge	20
Omplim l'escola de bicis	22
Equipa la teva bicicleta	24
Tallers d'inspecció tècnica de bicicletes (ITB)	26
<b>Activitats de transport públic</b>	29
Curses de transport	30
<b>Activitats de mobilitat sostenible</b>	33
Joc de la Serp	34
Unitats mòbils de vigilància de la contaminació atmosfèrica	36
Concurs fotogràfic	38
<b>Annexos</b>	41
Dades de contacte	42

**SETMANA DE LA MOBILITAT SOSTENIBLE I SEGURA 2017**

**BONES PRÀCTIQUES  
REALITZADES PER  
CENTRES EDUCATIUS**

# Bones pràctiques



Mostra representativa d'activitats de durada llarga o d'experiències sobre com treballen els centres educatius la temàtica de la mobilitat. Seguint l'exemple d'activitats que ja han fet altres centres, podeu agafar idees diverses per organitzar la vostra. Us mostrem un parell d'exemples del que hi trobareu:

- Una de les bones pràctiques més habituals que fan els centres educatius són els camins escolars per accedir a aquests centres. Us proposem que consulteu **Fem del camí escolar un museu**; per aconseguir que el camí escolar sigui més segur, s'hi proposa elaborar unes siluetes per posar als llocs on les famílies del centre aparquen malament els cotxes, amb l'objectiu de conscienciar-les perquè ho deixin de fer. ([Vegeu la segona fitxa](#))
- Una altra bona pràctica interessant és la de compartir cotxe (entre professorat i personal no docent, amb l'alumnat i algun familiar) quan no sigui possible l'ús del transport públic i sobretot si es ve de lluny. Podeu basar-vos en **Compartir cotxe és la nostra opció**. D'aquesta manera es pot reduir l'ús del vehicle individual.
- També podeu visionar els vídeos **Per una mobilitat sostenible i segura**, que recull exemples de diversos centres educatius.

Vegeu totes les bones pràctiques clicant en aquest [enllaç](#).

**SETMANA DE LA MOBILITAT SOSTENIBLE I SEGURA 2017**

**PROPOSTES ESPECÍFIQUES  
PER A CENTRES EDUCA-  
TIUS  
PER TREBALLAR DURANT  
LA SMSS**

# Propostes

---



Mostra representativa d'activitats curtes i puntuals de com treballen els centres educatius la temàtica de la mobilitat, especialment durant la Setmana de la Mobilitat Sostenible i Segura. Aquells centres que encara no hagueu fet activitats sobre aquesta temàtica, us animem a consultar aquestes propostes, que us poden donar idees per fer-les o posar-les en marxa durant aquesta setmana. Us mostrem uns exemples:

- Us convidem a explicar què feu al vostre centre educatiu durant la Setmana de la Mobilitat Sostenible i Segura. Per això, us podeu inspirar en la fitxa **L'altaveu de les nostres accions**.

Entre les propostes que ens feu arribar a la bústia d'Escoles Verdes: [escolesverdes.tes@gencat.cat](mailto:escolesverdes.tes@gencat.cat) se seleccionaran les més interessants per publicar-les en els butlletins electrònics d'escoles verdes d'octubre i novembre i, si es considera adient, afegir-les a aquest catàleg.

- Us proposem que porteu a terme altres activitats, com organitzar alguna sortida en bicicleta o a peu per promoure hàbits més saludables entre l'alumnat. Podeu consultar alguns d'aquests exemples en [aquest apartat](#).

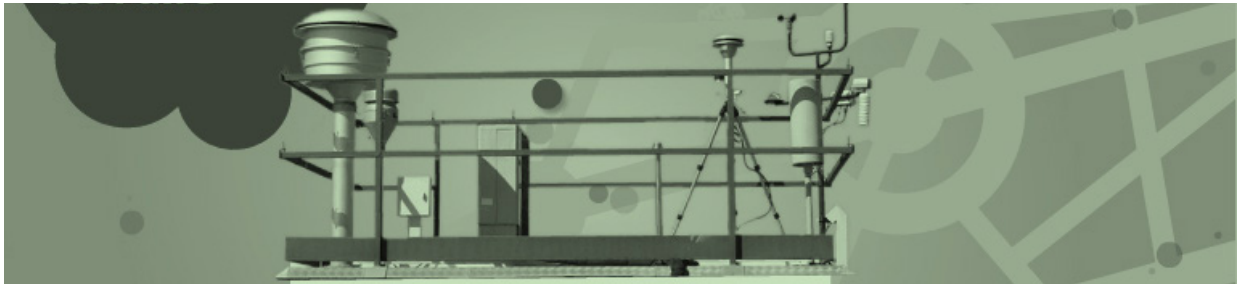
Vegeu totes les propostes per treballar durant la Setmana de la Mobilitat Sostenible i Segura clicant en [aquest enllaç](#).



**SETMANA DE LA MOBILITAT SOSTENIBLE I SEGURA 2017**

# **RECURSOS EDUCATIUS**

# Recursos educatius



Mostra representativa de recursos educatius (guies didàctiques, fitxes pedagògiques, vídeos, etc.) per treballar, a l'aula o fora d'aquesta, la temàtica de la mobilitat sostenible. Estan classificats en els temes següents:

- Camins escolars
- Mitjans de transport
- Mobilitat a les ciutats
- Mobilitat i educació viària
- Promoció de la bicicleta
- Qualitat de l'aire
- Recursos de sensibilització

Vegeu tots els recursos educatius clicant en aquest [enllaç](#).

**ALTRES ACTIVITATS PER REALITZAR DURANT LA SMSS**

# **ACTIVITATS DE CAMINAR**

# Caminades escolars



## **Públic objectiu**

Estudiants de primària

## **Objectius de l'activitat**

Conscienciar a la comunitat educativa de la importància de caminar i els avantatges que comporta pel medi ambient i la salut.

## **Dades de contacte**

Albert Obiols

Fundació de la Mobilitat Sostenible i Segura

Tel. 93 270 08 62

[info@fundaciomobilitatsostenible.org](mailto:info@fundaciomobilitatsostenible.org)

## **Descripció**

Es proposa fer una sortida a peu realitzant un itinerari quotidià pel municipi on es pugui avaluar la qualitat de l'espai urbà del recorregut, els elements de seguretat vial o l'accessibilitat per a persones de mobilitat reduïda.

Aquesta sortida pot servir per mostrar als alumnes equipaments municipals que poden ser de la seva utilitat o descobrir punts de referència culturals (en funció del cicle de primària).

A l'arribada a l'escola, i en col·laboració amb la policia local o l'AMPA, es pot passar una enquesta per identificar millores en els itineraris proposats així com punts insegurs de la ciutat. Hauria de ser una enquesta fàcil de contestar (l'entitat P(A)T, Associació de Prevenció d'Accidents de Trànsit, en té models) per després generar debat.

Aquesta feina podria esdevenir posteriorment en la creació d'un grup de treball dedicat per millorar i potenciar l'accés a peu i en bicicleta de manera segura a l'escola.

## Desenvolupament de l'activitat

### 🕒 Durada

- Entre 1 h i 2 h (en funció de la longitud de l'itinerari i dels aspectes que es volen comentar).
- Es pot fer amb diverses línies educatives.

### 👤 Persones i recursos materials

- 1 dinamitzador o guia i 1 o 2 persones acompanyant el grup.
- Fulletó amb mapa del municipi i itineraris marcats per a cada participant.

### 👮 Agents col·laboradors

- Consell Escolar, AMPES, entitats locals, policia local i/o voluntaris de protecció civil.

### 🗣️ Accions i materials comunicatius

- Fulletó o material explicatiu de la ruta.
- Cartell genèric i personalitzable per difondre l'activitat.

## Necessitats derivades

En cas que no es disposi, caldrà contractar el disseny i producció dels materials a lliurar als assistents a l'activitat (fulletó amb els itineraris marcats).

## Seguretat i prevenció

L'ajuntament organitzador ha de valorar l'acompanyament de la policia local així com les mesures de seguretat adients en cas que l'itinerari transcorri per punts de tràfic rodat. Així mateix, ha de preveure l'assegurança habitual per aquest tipus d'actes.

## Planificació i dedicació temporal

Les gestions i dedicació temporal a tenir en compte són:

- Disseny dels itineraris i elaboració de continguts: 8 hores
- Informació als agents col·laboradors: 1 hora
- Gestió i coordinació: 1 hora

**Dedicació temporal mínima total: de 7 a 10 hores**

## Materials comunicatius

Al web [mobilitat.gencat.cat/setmana](http://mobilitat.gencat.cat/setmana) trobareu el material (pancartes, cartells, papereria, etc.) per poder-lo adaptar amb els vostres logos i imprimir-lo vosaltres mateixos.



**ALTRES ACTIVITATS PER REALITZAR DURANT LA SMSS**

# **ACTIVITATS DE BICICLETA**

# Pedala 2017



## **Públic objectiu**

- Ciutadania en general
- Centres educatius

## **Objectius de l'activitat**

- Fomentar l'ús de la bicicleta com a vehicle sostenible i segur.
- Conscienciar sobre la importància del transport sostenible per millorar la qualitat de l'aire.
- Promoure una mobilitat activa i saludable.

## **Dades de contacte**

Mònica Enrich  
PEDALA 2017 – BACC  
Tel. 629 346 343  
[pedala@bacc.cat](mailto:pedala@bacc.cat)

## **Descripció**

Sota el nom de Pedala 2017 s'agrupen les pedalades que se celebren arreu de Catalunya amb motiu de la Setmana de la Mobilitat Sostenible i Segura (SSMS), amb un missatge i una imatge comuna per a tots els municipis.

Pedala 2017 és una passejada amb bicicleta pels carrers, carreteres o camins del municipi. No es tracta d'una competició esportiva, sinó que ha de ser una passejada lúdica i festiva, on tots els públics s'hi sentin convidats i puguin participar. El recorregut, d'uns 10-15 kilòmetres, ha de ser apte per a públics de totes les edats.

Abans de començar la pedalada, s'acolliran els participants i se'ls hi entregarà els materials de campanya. Després, la persona dinamitzadora donarà la sortida tot llegint un discurs de benvinguda. Durant el curs de la pedalada es poden realitzar actes per dinamitzar, com per exemple que a una senyal (xiulet o timbre) tots els participants toquin el timbre (recordem que és obligatori dur-ne un).

Al final s'entregarà un record a tots els participants i es farà un acte on es comunicaran els missatges de la campanya i s'animarà a l'ús de la bicicleta com a mitjà de transport quotidià. Es poden entregar premis a alguns participants, per exemple:

- Participant més gran
- Participant més jove
- Grup familiar més gran (es pot comptar amb animals de companyia)
- Grup més gran vestit d'un sol color
- Ciclista més ben vestit

Es recomana realitzar alguns dels tallers i accions complementàries al lloc d'arribada, que poden ajudar a reforçar el missatge i arribar al públic que no participi a la pedalada.



## Desenvolupament de l'activitat

- 🕒 **Durada** (orientativa, dependrà del volum de participants i del recorregut)
  - 30 minuts per a la recepció dels participants, repartiment de materials i benvinguda
  - 60-90 minuts de recorregut
  - 30 minuts de comiat de la pedalada, entrega de premis i discurs final
- 👤 **Persones i recursos materials**
  - 1 dinamitzador/a
  - 2-5 persones per repartir els materials al punt d'inici i final
  - 8-15 persones per encapçalar i guiar la pedalada
  - Equip de megafonia
  - 1 o 2 taules i 3 o 4 cadires per a les persones que atenen els participants
  - Papereres/bosses escombraries per a fer la recollida selectiva
  - Tanques i/o cintes per delimitar els diferents espais
  - Tarima o escenari
  - Materials específics de la campanya
- 🗣️ **Agents col·laboradors**
  - Associacions locals d'usuaris i usuàries de la bicicleta i/o altres
  - Associacions esportives locals
  - Comerç local de bicicletes
  - Policia local
- 🎯 **Accions i materials comunicatius**
  - Materials específics de la campanya

## Requeriments bàsics (factors clau de l'èxit)

- **Transmetre simultaneïtat:** fer menció a que s'estan celebrant al mateix temps altres pedalades.
- **Dinamització de la pedalada:** és important que durant la pedalada, i especialment a l'inici i al final, hi hagi una persona que animi a la participació, així com música, i que es transmetin els missatges de la campanya.
- **Participació:** és important animar a la participació i evitar la coincidència amb altres activitats que tinguin un públic similar, com per exemple les caminades populars.

## Necessitats derivades

Es pot contactar amb el comerç local per proporcionar premis.

### >> Recomanació

#### *Activitats postpedalada*

Es recomana la realització d'activitats complementàries al punt d'arribada. A les fitxes següents es proposen algunes activitats, tot i que cada ajuntament pot organitzar-ne d'altres en funció de les seves possibilitats.

### >> Seguretat i prevenció

L'ajuntament organitzador ha de valorar l'acompanyament de la policia local així com les mesures de seguretat adients com ara els talls puntuals de carrers. Així mateix, ha de preveure l'assegurança habitual per a aquest tipus d'actes i disposar d'un dispositiu sanitari mínim per atendre aquells casos de lesions o accidents que es puguin produir.

## Planificació i dedicació temporal

Les gestions i dedicació temporal a tenir en compte són:

- Disseny dels recorreguts i planificació de les activitats: 10 hores
- Informació als agents col·laboradors: 2 hores
- Gestió i coordinació el dia de la pedalada: 4 hores

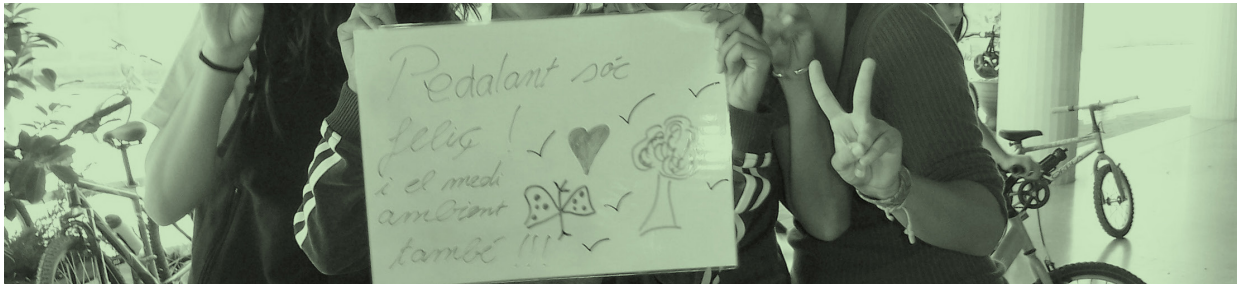
**Dedicació temporal mínima total: de 10 a 20 hores**

## Materials comunicatius

Al web [mobilitat.gencat.cat/setmana](http://mobilitat.gencat.cat/setmana) trobareu el material (pancartes, cartells, papereria, etc.) per poder-lo adaptar amb els vostres logos i imprimir-lo vosaltres mateixos.

Lloguer de carpes, taules, tarimes i equip de so.

# Tallers de fotos: Jo vaig en bici!!



## **Públic objectiu**

Usuaris i usuàries de bicicleta de qualsevol edat.

## **Objectius de l'activitat**

- Fomentar l'ús de la bicicleta com a vehicle sostenible i segur.
- Promoure una mobilitat activa i saludable.
- Col·laborar a crear una imatge positiva i propera de la bicicleta com a mitjà de transport.

## **Dades de contacte**

Mònica Enrich  
PEDALA 2017 – BACC  
Tel. 629 346 343  
[pedala@bacc.cat](mailto:pedala@bacc.cat)

## **Descripció**

Els participants que vulguin escriuran en una pissarra o full un missatge que reflecteixi allò que els hi aporta la bicicleta i els motius que l'impulsen a fer-la servir per tal d'animar a d'altre gent a utilitzar-la. Es faran fotos individuals o en grup on es vegin les bicicletes i les pissarres amb els missatges.

Es recomana que els missatges siguin curts, clars i s'escriguin amb lletres majúscules, així com que vagin signats amb el nom de la persona. Es pot animar a la participació i la imaginació dels ciclistes amb frases com les següents:

- Digues el que t'aporta la bicicleta, ajuda'ns a que hi hagi més ciclistes!
- Jo vaig en bici per...
- M'agrada la bici per...

Les fotografies s'enviaran via Internet a l'organització del Pedala 2017 i es penjaran posteriorment al [Facebook de la Setmana](#) i/o altres xarxes socials relacionades amb la fotografia.

## Desenvolupament de l'activitat

### 🕒 Durada

- 1-2 hores en funció de la disponibilitat i el nombre de participants

### 👤 Persones i recursos materials

- 2-3 persones per atendre als participants
- Càmera de fotos
- Pissarra blanca + retoladors esborrables / pissarra + guixos
- Pancarta o cartell

### 👥 Agents col·laboradors

- Associacions locals d'usuaris de la bicicleta i/o altres

## Requeriments bàsics (factors clau de l'èxit)

- Coincidència amb el final de la pedalada Pedala 2017, animar a la participació a l'activitat.
- Exposició de les fotografies: si es disposa d'ordinador i impressora o d'una pantalla gran, es poden anar exposant les fotografies a mesura que es fan (o oferint-ne còpies als participants). Si no, es pot disposar del material per fer una exposició més endavant a la localitat.

## Necessitats derivades

### >> Imprescindible

#### *Autorització*

Cal que els participants signin el seu consentiment per tal de poder publicar les fotografies, i que ho facin els seus pares o tutors legals en el cas dels menors d'edat. Aquestes autoritzacions s'han de fer arribar a l'organització del Pedala 2017 juntament amb les fotografies.

## Planificació i dedicació temporal

Les gestions i dedicació temporal a tenir en compte són:

- Informació als agents col·laboradors: 1 hora
- Gestió i coordinació: 1-2 hores
- Desenvolupament del taller: 1-3 hores

**Dedicació temporal mínima total: de 3 a 6 hores**

## Materials comunicatius

Al web [mobilitat.gencat.cat/setmana](http://mobilitat.gencat.cat/setmana) trobareu el material (pancartes, cartells, papereria, etc.) per poder-lo adaptar amb els vostres logos i imprimir-lo vosaltres mateixos.

# Foto Bici-Missatge



## **Públic objectiu**

Ciutadania en general  
Centres educatius

## **Objectius de l'activitat**

- Mostrar la implicació dels ciutadans amb la bici i la qualitat de l'aire.
- Transmetre missatges de conscienciació front la problemàtica de la contaminació atmosfèrica i el canvi climàtic.

## **Dades de contacte**

Mònica Enrich  
PEDALA 2017 – BACC  
Tel. 629 346 343  
[pedala@bacc.cat](mailto:pedala@bacc.cat)

## **Descripció**

Un grup de participants del Pedala 2017 es farà una fotografia de grup conformant entre tots, amb petits cartells, una gran pancarta amb missatges relacionats amb el Pedala 2017, com per exemple el lema de la Setmana "Mobilitza't per un aire més net". Es pot també demanar que els assistents vagin vestits d'un sol color o portin alguna cosa distintiva (gorra, fulard, etc.).

Es farà difusió de les fotografies a través de diferents mitjans de comunicació. El propi municipi també les pot fer servir per penjar a Internet, en exposicions, etc.

## **Desenvolupament de l'activitat**

### **⌚ Durada**

- 10-15 minuts

### **👤 Persones i recursos materials**

- 1-2 persones per organitzar als participants
- Rètols pels participants impresos en fulls DINA-4 o DINA-3
- Cordill per penjar els cartells a cada persona
- Càmera de fotos

### **👥 Agents col·laboradors**

- Associacions locals d'usuaris i usuàries de la bicicleta i/o altres

## Requeriments bàsics (factors clau de l'èxit)

### >> Missatges

D'acord amb els lemes i la temàtica de Pedala 2017 i de la SSMS d'enguany es proposarà el lema comú "Mobilitat's per un aire més net". Aquest lema pot servir tant per fer la foto al final de les pedales com al final de les caminades.

## Necessitats derivades

### >> Recomanació

#### *Autorització*

En tractar-se d'una activitat de grup no és imprescindible que els participants signin el seu consentiment per tal de poder publicar les fotografies, però sí pot ser recomanable, i que ho facin els pares o tutors legals en el cas dels menors d'edat. Aquestes autoritzacions s'han de fer arribar a l'organització del Pedala 2017 juntament amb les fotografies.

## Planificació i dedicació temporal

Les gestions i dedicació temporal a tenir en compte són:

- Preparació del material: 1-3 hores
- Gestió i coordinació: 1 hora

**Dedicació temporal mínima total: 2 hores**

## Materials comunicatius

Al web [mobilitat.gencat.cat/setmana](http://mobilitat.gencat.cat/setmana) trobareu el material (pancartes, cartells, papereria, etc) per poder-lo adaptar amb els vostres logos i imprimir-lo vosaltres mateixos.

# Omplim el municipi de bicis



## **Públic objectiu**

Nens i nenes de 4 a 12 anys

## **Objectius de l'activitat**

Col·laborar a crear una imatge positiva i propera de la bicicleta com a mitjà de transport entre els més petits.

## **Dades de contacte**

Mònica Enrich

PEDALA 2017 – BACC

Tel. 629 346 343

[pedala@bacc.cat](mailto:pedala@bacc.cat)

## **Descripció**

Amb el missatge “Omplim la nostra ciutat/poble de bicicletes” es vol visualitzar el desig de veure un canvi en els hàbits de mobilitat en què es vegin més bicicletes als carrers i que els propis nens i nenes s'imaginin com a protagonistes d'aquest canvi en el futur proper.

Es disposarà d'un espai on dibuixar, i els dibuixos s'exposaran tot seguit en un espai adient. Els dibuixos han d'incloure bicicletes i poden contenir un missatge en relació amb la bicicleta o la mobilitat. Pels nens més petits es pot disposar de dibuixos ja fets per pintar.

Opcionalment, es farà en format de concurs, tot donant un premi als millors dibuixos en diferents categories d'edat i/o als millors missatges.

## **Desenvolupament de l'activitat**

### **🕒 Durada**

- 1-2 hores en funció dels participants

### **👤 Persones i recursos materials**

- 2-4 persones per coordinar el taller
- Fulls de paper mida DIN-A5
- Retoladors o llàpissos de colors
- Cordill, pinces, xinxetes, cinta adhesiva o qualsevol material que serveixi per penjar els cartells
- Taules i cadires per dibuixar (o un espai delimitat al terra) i, si escau, para-sols
- Pancarta o cartell

### **👥 Agents col·laboradors**

- Escoles, esplais o casals de la localitat
- Associacions locals d'usuaris i usuàries de la bicicleta i/o altres

## Requeriments bàsics (factors clau de l'èxit)

- **Coincidència amb el final de la pedalada**, animar a la participació en l'activitat.
- **Visibilitat**: realitzar l'exposició de dibuixos en un lloc ben visible pot ajudar a fer arribar els missatges i estimular la participació.
- **Concurs de dibuix**: convertir-ho en un concurs, i animar no només a competir pels dibuixos en si sinó també pels lemes, pot ser una bona manera d'incentivar la participació. Es pot designar un jurat per decidir o oferir al públic assistent la possibilitat de votar.

## Necessitats derivades

### >> Premis

Es poden establir col·laboracions amb els comerços locals (relacionats o no amb la bicicleta) per tal d'oferir els premis del concurs. Idealment, es tractarà de premis que guardin relació amb la mobilitat sostenible i segura en bicicleta, com poden ser: complements per a la bicicleta, materials reflectors, cascs, llibres o contes sobre el tema, etc.

## Planificació i dedicació temporal

Les gestions i dedicació temporal a tenir en compte són:

- Gestió i coordinació: 1-3 hores
- Desenvolupament del taller: 1-2 hores

**Dedicació temporal mínima total: 2 hores**

## Materials comunicatius

Al web [mobilitat.gencat.cat/setmana](http://mobilitat.gencat.cat/setmana) trobareu el material (pancartes, cartells, papereria, etc.) per poder-lo adaptar amb els vostres logos i imprimir-lo vosaltres mateixos.

# Equipa la teva bicicleta



## **Públic objectiu**

Nens i nenes de 4 a 12 anys

## **Objectius de l'activitat**

Conèixer els diferents elements que té una bicicleta i conscienciar sobre les mesures de seguretat.

## **Dades de contacte**

Mònica Enrich

PEDALA 2017 – BACC

Tel. 629 346 343

[pedala@bacc.cat](mailto:pedala@bacc.cat)

## **Descripció**

L'activitat consisteix en un taller on els nens pinten, retallen i enganxen les diferents parts i complements d'una bicicleta. Mentre es fa això, es pot aprofitar per explicar quina funció té cadascun dels elements (llums, timbre, cadenats, etc.) i la seva importància.

## **Desenvolupament de l'activitat**

### **🕒 Durada**

- 1-2 hores en funció dels participants

### **👤 Persones i recursos materials**

- 2-4 persones per coordinar el taller
- Fitxes impreses amb els dibuixos de les bicicletes (les facilitarà Pedala 2017 - BACC per correu electrònic)
- Retoladors o llàpissos de colors
- Tisores i cola de tub
- Taules per dibuixar (o un espai delimitat al terra) i, si escau, para-sols
- Pancarta o cartell

### **🤝 Agents col·laboradors**

- Escoles, espais o casals de la localitat
- Associacions locals d'usuaris i usuàries de la bicicleta i/o ecologistes



## Requeriments bàsics (factors clau de l'èxit)

Coincidència amb el final de la pedalada, animar a la participació en l'activitat.

## Planificació i dedicació temporal

Les gestions i dedicació temporal a tenir en compte són:

- Gestió i coordinació: 1-3 hores
- Desenvolupament del taller: 1-2 hores

**Dedicació temporal mínima total: 2 hores**

## Materials comunicatius

Al web [mobilitat.gencat.cat/setmana](http://mobilitat.gencat.cat/setmana) trobareu el material (pancartes, cartells, papereria, etc.) per poder-lo adaptar amb els vostres logos i imprimir-lo vosaltres mateixos.

# Tallers d'inspecció tècnica de bicicletes (ITB)



## **Públic objectiu**

Usuaris i usuàries de bicicleta amb bicicleta pròpia.

## **Objectius de l'activitat**

- Ensenyar als usuaris a fer un manteniment bàsic de la bicicleta.
- Conscienciar sobre la necessitat de mantenir la bicicleta en bones condicions per millorar la seguretat.

## **Dades de contacte**

Mònica Enrich  
PEDALA 2017 – BACC  
Tel. 629 346 343  
[pedala@bacc.cat](mailto:pedala@bacc.cat)

## **Descripció**

S'establirà un estand on una persona amb coneixements de mecànica de la bicicleta farà una revisió de les bicicletes de les persones que ho desitgin. Durant la revisió es comprovarà el funcionament general de la bicicleta, tot i assenyalant els problemes que pugui tenir i explicant les possibles solucions. Els responsables del taller explicaran què s'ha de fer per mantenir la bicicleta en bones condicions i podran realitzar reparacions menors de manera demostrativa (reparació de punxades, ajust de frens, etc.). També podran aconsellar sobre com ajustar la bicicleta per a un correcte ús (alçada del selló, posició, etc.).

## **Desenvolupament de l'activitat**

### **🕒 Durada**

- 1-2 hores en funció dels assistents

### **👤 Persones i recursos materials**

- 1 o més talleristes
- Espai per al tallerista amb eines adequades (a proporcionar pels comerços)
- Tanques per delimitar l'espai del taller
- Fitxa amb les necessitats de revisió (demanu-ho a Pedala 2017 - BACC)

### **🤝 Agents col·laboradors**

- Comerços i tallers de bicicletes locals
- Associacions i clubs ciclistes locals

### **🗣️ Accions i materials comunicatius**

- Pancartes d'anunci de la ITB
- Cartells i tríptics als comerços locals

## Requeriments bàsics (factors clau de l'èxit)

Aquesta activitat pot ser molt atractiva al públic i es pot oferir a molts nivells diferents, des de mera-ment demostrativa fins a un taller actiu i participatiu. És imprescindible, no obstant, el poder comptar amb la col·laboració de tallers o comerços de bicicletes del municipi i/o amb clubs i associacions ciclistes locals, que seran els que, en la mesura de les seves possibilitats, definiran el tipus d'activitat a dur a terme.

## Planificació i dedicació temporal

Les gestions i dedicació temporal a tenir en compte són:

- Gestió i coordinació amb el comerç i les associacions: 2-8 hores
- Desenvolupament del taller: 1-2 hores

**Dedicació temporal mínima total: 3 hores**

## Materials comunicatius

Al web [mobilitat.gencat.cat/setmana](http://mobilitat.gencat.cat/setmana) trobareu el material (pancartes, cartells, papereria, etc.) per poder-lo adaptar amb els vostres logos i imprimir-lo vosaltres mateixos.



**ALTRES ACTIVITATS PER REALITZAR DURANT LA SMSS**

# **ACTIVITATS DE TRANSPORT PÚBLIC**

# Curses de transport escolar



## **Públic objectiu**

Centres d'Educació Infantil i Primària i Instituts d'Educació Secundària.

## **Objectius de l'activitat**

- Conscienciar del caràcter econòmic i ecològic del transport públic i la mobilitat no motoritzada (opcionalment també els vehicles elèctrics), fent una comparativa real de costos amb el cotxe i moto tradicionals, que inclogui despeses mitjanes com l'amortització del vehicle, les assegurances i les despeses directes com els peatges o aparcaments.
- Calcular el temps, costos, consums i emissions de CO<sub>2</sub> de diferents mitjans de transport per fer un mateix recorregut entre dos punts d'interès.
- Fomentar la reflexió al voltant del camí escolar, dels desplaçaments individuals i dels desplaçaments en grup.
- Divulgar els avantatges concrets de la integració tarifària als quatre nuclis integrats: Àrea Metropolitana de Barcelona, Camp de Tarragona, Àrea de Lleida i Àrea de Girona.

## **Dades de contacte**

Xavier Lujan Calvo  
PTP – Promoció del Transport Públic  
Tel. 93 244 49 70  
[curso2017@transportpublic.org](mailto:curso2017@transportpublic.org)

## **Descripció**

L'organització (PTP, Autoritats Territorials de Mobilitat i Departament de Territori i Sostenibilitat) assessora els centres educatius que vulguin realitzar una cursa de transports a cada àmbit integrat on es compararan temps, costos i consums d'energia i emissions de CO<sub>2</sub> dels diversos mitjans de transport participants. Hi poden participar un mínim de dos mitjans de transport, cotxe i transport públic i afegir altres formes de mobilitat, com l'anar a peu, en bicicleta, etcètera. La cursa consisteix en realitzar viatges en grup des dels respectius centres escolars fins a un emplaçament cèntric de la capital. En funció de les edats dels escolars participants es fa necessari l'acompanyament de tutors, mestres o pares d'alumnes. Al final de les rutes es farà una lectura comentada amb els resultats.

El dia i hora de celebració de la cursa s'acordarà amb els centres educatius participants, en tindreu més informació properament al [web de la Setmana](#).

## Desenvolupament de l'activitat

### 🕒 Durada

- De 2 a 2,5 h de durada total entre la primera sortida i la darrera arribada.
- L'hora de sortida s'adaptarà a l'oferta de transport públic existent.

### 👤 Persones i recursos materials

- Coordinador de la cursa a la destinació, que autoritza les sortides des dels diferents municipis participants mitjançant telèfon mòbil. Aquest coordinador també disposarà dels càlculs de costos i consums d'energia i emissions de CO<sub>2</sub>, facilitats per l'organització. Els càlculs de temps els realitzarà in situ. El coordinador serà aportat pels centres educatius.
- Participants de la cursa. Aportats pels centres educatius.
- Instruccions per als participants. Aportat per l'organització, en PDF.
- Identificadors-dorsals per als participants. Aportats per l'organització, en PDF.
- Material pedagògic. Aportat per l'organització, en PDF.

## Requeriments bàsics (factors clau de l'èxit)

L'èxit de les curses rau en la participació i implicació dels centres educatius, cobrint les diverses rutes amb tots els modes de transport representatius. Al mateix temps és important treballar els resultats a l'aula i fomentar el debat sobre els efectes de la manera de moure'ns. L'organització facilitarà el material pedagògic en format digital.

## Necessitats derivades

### >> Imprescindible

- Els centres escolars han de facilitar la participació en forma de grups: grup a peu, grup en bicicleta, grup en transport públic i grup en cotxe compartit. Al mateix temps haurà d'assignar un monitor a cada grup en cas que els alumnes no siguin majors d'edat.
- Cada centre d'ensenyament ha de designar una persona de contacte amb la qual concretar les persones participants i el lliurament d'instruccions pertinents per part de l'organització.

### >> Aconsellable

Els centres educatius han de preveure l'assegurança habitual per a aquest tipus d'actes.

## Planificació i dedicació temporal

Els centres educatius hauran de buscar els participants i facilitar les dades de l'escola a l'organització (PTP) per rebre els resultats i instruccions adequats.

## Materials comunicatius

Al web [mobilitat.gencat.cat/setmana](http://mobilitat.gencat.cat/setmana) trobareu el material (pancartes, cartells, papereria, etc.) per poder-lo adaptar amb els vostres logos i imprimir-lo vosaltres mateixos.





**ALTRES ACTIVITATS PER REALITZAR DURANT LA SMSS**

**ACTIVITATS  
DE MOBILITAT  
SOSTENIBLE**

# Joc de la Serp



## **Públic objectiu**

Escoles de primària

## **Objectius de l'activitat**

- Promocionar les formes de mobilitat sostenibles entre nens/es, professors/es i pares i mares.
- Millorar la seguretat i qualitat de vida a les àrees escolars i en els camins i rutes per anar a l'escola.
- Animar a mantenir hàbits de mobilitat sostenible més enllà de l'escola primària.

## **Dades de contacte**

M. Puiggraciós Villaronga Sánchez  
DG de Polítiques Ambientals i Medi Natural  
Servei d'Educació Ambiental  
[mvillarongas@gencat.cat](mailto:mvillarongas@gencat.cat)  
Tel. 93 444 50 55

## **Descripció**

Quan una escola està a punt per iniciar la campanya, ha d'escollir un període de dues setmanes, durant el calendari escolar, per portar-la terme.

En aquestes dues setmanes, cada vegada que els alumnes utilitzen un mitjà de transport sostenible en els seus desplaçaments a l'escola (a peu, en bici, transport públic o cotxe compartit), enganxen uns adhesius en un pòster que representa una serp. Cada escola fixa els seus reptes particulars, però l'objectiu final és cobrir completament la serp amb adhesius. Cada dia, el professor o professora fa una enquesta a mà alçada per conèixer els progressos.

Els nens i nenes reben un premi cada vegada que arriben a un punt determinat del pòster, per exemple, menys deures o 15 minuts extres d'esbarjo. Quan arriben al cap de la serp, el premi és més gran i pot consistir en una excursió a peu o en bici o alguna activitat atractiva.

Unes tres setmanes després d'haver acabat el joc, s'analitzen els resultats de les enquestes diàries per conèixer l'impacte de la campanya.

## **Desenvolupament de l'activitat**

### **🕒 Durada**

- 2 setmanes (dues setmanes per a la realització del joc, més dos dies deu dies abans de començar el joc i dos dies més, setmanes després de finalitzar el joc) 15 minuts al dia durant aquestes setmanes.

### **👤 Persones i recursos materials**

- Planificació per part del professorat.
- Coordinació entre els diferents cursos que hi participin.
- Planificació d'activitats amb les entitats del municipi, escoles i AMPAs, en el cas que sigui necessari.
- Logística: trobar un lloc on penjar el pòster de la serp, preferiblement a l'entrada de l'escola.

### **📡 Agents col·laboradors**

- Entitats locals
- Policia local
- Voluntaris de protecció civil
- Comerç local

### **🎯 Accions i materials comunicatius**

- El manual del professor
- El pòster de la serp (3 m de llarg per 1 m d'ample)
- Adhesius i punts
- La carta per a les mares i pares
- Pòsters
- Adhesius de regal pels nens i nenes

## **Necessitats derivades**

### **>> Recomanacions**

La versió "Deluxe"

La campanya del Joc de la Serp pot utilitzar-se com un paraigües per a portar a terme tota classe d'activitats enfocades a la mobilitat sostenible o relacionar-se amb campanyes relacionades amb la qualitat de l'espai públic, els plans de mobilitat, etc. Pot també aprofitar-se el seu caràcter lúdic per treballar temes inclosos en el currículum, en matemàtiques, educació física, coneixement del medi o lectura i escriptura.

Convidem a les escoles participants a posar en marxa la versió "Deluxe". Cada escola decidirà posar en marxa tantes activitats paral·leles com desitgi. L'impacte serà més gran quant més i millor es treballi la sostenibilitat. A continuació, mostrem algunes activitats de la versió "Deluxe":

- Educació sobre mobilitat i seguretat vial a les aules
- Anàlisi de l'espai públic i disseny de rutes segures al voltant de l'escola
- Celebració del dia sense cotxes
- Classes de bicicleta o patí
- Concerts o festes al voltant de la mobilitat
- Taller per arreglar la bici i cuidar-la
- Visites de la policia de trànsit i altres actors de la comunitat (per exemple, ONG de vianants o ciclistes)
- Exhibició de dibuixos dels nens/es sobre el tema
- Iniciatives d'intervenció i pacificació del trànsit a l'entorn de l'escola

## **Planificació i dedicació temporal**

Les gestions i dedicació temporal pot variar segons el nombre de d'aules que hi participen:

- Professorat encarregat de fer l'enquesta: 12 hores
- Gestió i coordinació: 22 hores

**Dedicació temporal mínima total: de 12 a 22 hores**

## **Valoració econòmica**

El cost dels premis que l'escola vulgui donar

Per a més informació podeu consultar la pàgina web: <http://www.trafficsnakegame.eu/spain/>

# Unitats mòbils de vigilància de la contaminació atmosfèrica



## **Públic objectiu**

- Municipis
- Consells comarcals
- Centres educatius
- Entitats i/o organismes que ho sol·licitin

## **Objectiu de l'activitat**

- Conèixer la qualitat de l'aire de manera directa i poder quantificar el grau de contaminació atmosfèrica en un indret i un temps determinat en cas de situacions accidentals.
- Fomentar l'educació ambiental sobre la contaminació atmosfèrica mitjançant visites guiades.

## **Dades de contacte**

Núria Nebra  
Servei de Vigilància i Control de l'Aire  
Tel. 93 444 50 84  
[aire\\_immissions.tes@gencat.cat](mailto:aire_immissions.tes@gencat.cat)

## **Descripció**

S'ubicarà la unitat mòbil de mesura en un punt estratègic i un tècnic del Servei de Vigilància i Control de l'Aire farà les explicacions corresponents de com mesurar l'aire que respirem.

Les unitats mòbils són vehicles equipats amb analitzadors automàtics i capturadors manuals per mesurar els contaminants atmosfèrics i sensors per a les variables meteorològiques.

Es mesuren els nivells de concentració a l'aire dels diferents contaminants que respirem, és a dir, els nivells d'immissió.

Per tal de dinamitzar l'activitat, caldria assignar un responsable per organitzar les visites i adreçar-les on es troba la unitat mòbil.

## **Desenvolupament de l'activitat**

- 🕒 **Durada** (dependrà del volum de participants)
  - Explicació del funcionament de les unitats mòbils (entre 20-30 min).
- 👤 **Persones i recursos materials**
  - 1 persona que realitzarà l'explicació.

### 📡 Agents col·laboradors

- Policia local (per garantir la ubicació de la unitat mòbil).
- Professor (per coordinar amb el Servei de Vigilància i Control de l'Aire la ubicació de la unitat mòbil més adient).
- Electricista (per realitzar la connexió elèctrica).
- Personal docent del centre educatiu.

### 🗨️ Accions i materials comunicatius

- Materials específics (material i aparells de mesura).
- Tanques per delimitar l'espai de la unitat mòbil.

### Requeriments bàsics (factors clau de l'èxit)

- Disposar d'una ubicació no apantallada representativa de la qualitat de l'aire que respira la població i no localitzada prop d'un focus emissor.
- Connexió al corrent elèctric monofàsic altern de 220V i a 8,8kW de potència.
- Cobertura de telefonia mòbil.
- Els ajuntaments o les entitats participants hauran d'organitzar i confeccionar un calendari per a realitzar les visites guiades. Es realitzaran tantes visites com grups d'entre 15 i 20 persones es vagin formant.

### Valoració econòmica

Subministrament elèctric a les unitats mòbils.

# Concurs fotogràfic de la Setmana



## **Públic objectiu**

Podrà participar en el concurs fotogràfic qualsevol persona física amb domicili a l'àmbit territorial de Catalunya que no hagi estat implicada en la definició i/o preparació d'aquest concurs. En el cas de persones menors de 18 anys, el fet de participar en el concurs implica que tenen el consentiment dels seus pares o tutors per fer-ho.

## **Objectius de l'activitat**

- Promoure la mobilitat sostenible: l'ús del transport públic, caminar, pedalar, etc. i l'eslògan d'enguany: "Mobilitza't per un aire més net!".
- Donar cobertura a la Setmana de la Mobilitat Sostenible i Segura.

## **Dades de contacte**

Contactar amb l'ATM corresponent de cada territori. Trobareu les dades de contacte als annexos.

## **Descripció**

El concurs fotogràfic de la Setmana de la Mobilitat consisteix en la publicació de fotografies a la xarxa Instagram amb l'etiqueta #mobilitat2017. Les imatges han d'estar inspirades en el lema d'enguany "Mobilitza't per un aire més net!" i en les noves formes de mobilitat i transport més sostenible, segur i saludable.

## **Desenvolupament de l'activitat**

- 🕒 **Durada**
  - Del 12 al 25 de setembre de 2017.
- 👤 **Persones i recursos materials**
  - El jurat que seleccioni fotografies.
- 🗣️ **Accions i materials comunicatius**
  - Si es vol anunciar.

El concurs comptarà amb tres categories i tres premis diferents:

- Activitat, la millor foto entre aquelles que hagin participat en alguna activitat de la SMSS.
- Artística, la foto més bonica.
- Difusió, sorteig del premi entre aquelles persones que hagin compartit la imatge del concurs al seu Instagram i hagin etiquetat a dues persones.

## Requeriments bàsics (factors clau de l'èxit)

Per participar en el concurs s'haurà de tenir un compte a Instagram amb un perfil públic i respectar les condicions d'aquesta xarxa social (<http://instagram.com/legal/terms/>).

Els participants hauran de:

- Realitzar una fotografia de noves formes de mobilitat, evocant una mobilitat més sostenible, segura i saludable. És obligatori que la fotografia hagi estat feta al territori de Catalunya.
- Posar un títol a la fotografia, preferiblement identificatiu del lloc o l'acció fotografiats.
- Etiquetar la fotografia amb l'etiqueta #mobilitat2017, sens perjudici d'altres etiquetes que l'autor de la fotografia vulgui incloure.
- A banda de les tres categories abans esmentades que impulsa el Departament de Territori i Sostenibilitat, cada ATM promou una categoria pròpia on els participants han d'utilitzar les etiquetes: #mobilitat2017\_ATMlleida o #mobilitat2017\_ATMgirona o #mobilitat2017\_ATMtarragona o #mobilitat2017\_ATMbarcelona.
- Totes les fotografies presentades al concurs podran optar als premis generals de l'àmbit de Catalunya.
- Cada col·laborador podrà promoure aquest concurs.

## Necessitats derivades

És recomanable tenir un compte a la xarxa Instagram per poder anunciar el concurs, els guanyadors i dinamitzar l'activitat. És gratuït fer-se un usuari. Per exemple: <http://instagram.com/territoricat>.





# ANNEXOS

## Dades de contacte

### Coordinació

Coordinació de les activitats de la Setmana de la Mobilitat Sostenible i Segura dels centres educatius	M. Puiggraciós Villaronga Sánchez DG de Polítiques Ambientals i Medi Natural Servei d'Educació Ambiental <a href="mailto:mvillarongas@gencat.cat">mvillarongas@gencat.cat</a> Tel. 93 444 50 55
--	---

### Activitats de CAMINAR

<ul style="list-style-type: none"><li>• Caminada escolar</li></ul>	Albert Obiols Fundació de la Mobilitat Sostenible i Segura <a href="mailto:info@fundaciomobilitatsostenible.org">info@fundaciomobilitatsostenible.org</a> Tel. 93 270 08 62
--	--

### Activitats de BICICLETA

<ul style="list-style-type: none"><li>• Pedala 2017</li><li>• Taller de fotos: Jo vaig en bici</li><li>• Foto Bici-Missatge</li><li>• Omplim l'escola de bicis</li><li>• Equipa la teva bicicleta</li><li>• Taller d'inspecció tècnica de bicicletes (ITB)</li></ul>	Mònica Enrich PEDALA 2017 – BACC <a href="mailto:pedala@bacc.cat">pedala@bacc.cat</a> Tel. 629 346 343
--	---

### Activitats de TRANSPORT PÚBLIC

<ul style="list-style-type: none"><li>• Cursa de transports escolar</li></ul>	Xavier Lujan Calvo PTP – Promoció del Transport Públic <a href="mailto:cursa2017@transportpublic.org">cursa2017@transportpublic.org</a> Tel. 93 244 49 70
---	--

### Activitats de MOBILITAT SOSTENIBLE

<ul style="list-style-type: none"><li>• Joc de la Serp</li></ul>	M. Puiggraciós Villaronga Sánchez DG de Polítiques Ambientals i Medi Natural Servei d'Educació Ambiental <a href="mailto:mvillarongas@gencat.cat">mvillarongas@gencat.cat</a> Tel. 93 444 50 55
--	---

<ul style="list-style-type: none"><li>• Unitats mòbils de vigilància de la contaminació atmosfèrica</li></ul>	Núria Nebra Servei de Vigilància i Control de l'Aire <a href="mailto:aire_immissions.tes@gencat.cat">aire_immissions.tes@gencat.cat</a> Tel. 93 444 50 84
---	--

## Coordinació i adhesions

Barcelona	Maria Montaner ATM Àrea de Barcelona <a href="mailto:mmontaner@atm.cat">mmontaner@atm.cat</a> Tel. 93 362 00 20
Girona	Letícia Alaimo ATM Àrea de Girona <a href="mailto:lalaimo@atmgirona.cat">lalaimo@atmgirona.cat</a> Tel. 872 975 040
Lleida	Meritxell Macià ATM Àrea de Lleida <a href="mailto:mmacia@atmlleida.cat">mmacia@atmlleida.cat</a> Tel. 973 27 31 51
Camp de Tarragona	Núria Gil ATM Camp de Tarragona <a href="mailto:ngil@atmcamptarragona.cat">ngil@atmcamptarragona.cat</a> Tel. 977 921 956
Terres de l'Ebre	Loles López Servei Territorial de les Terres de l'Ebre <a href="mailto:dolores.lopez@gencat.cat">dolores.lopez@gencat.cat</a> Tel. 977 510 546



# SETMANA DE LA MOBILITAT SOSTENIBLE I SEGURA

#MOBILITAT2017

MOBILITAT.GENCAT.CAT/SETMANA

WWW.FACEBOOK.COM/SETMANADELAMOBILITAT

**ATM** Àrea de Barcelona  
Autoritat del Transport  
Metropolità

**ATM** Àrea de Girona  
Autoritat Territorial  
de la Mobilitat

**ATM** Camp de Tarragona  
Autoritat Territorial  
de la Mobilitat

**ATM** Àrea de Lleida  
Autoritat Territorial  
de la Mobilitat



EUROPEAN MOBILITY WEEK

