



# ELS NENS JA PODEM SORTIR!

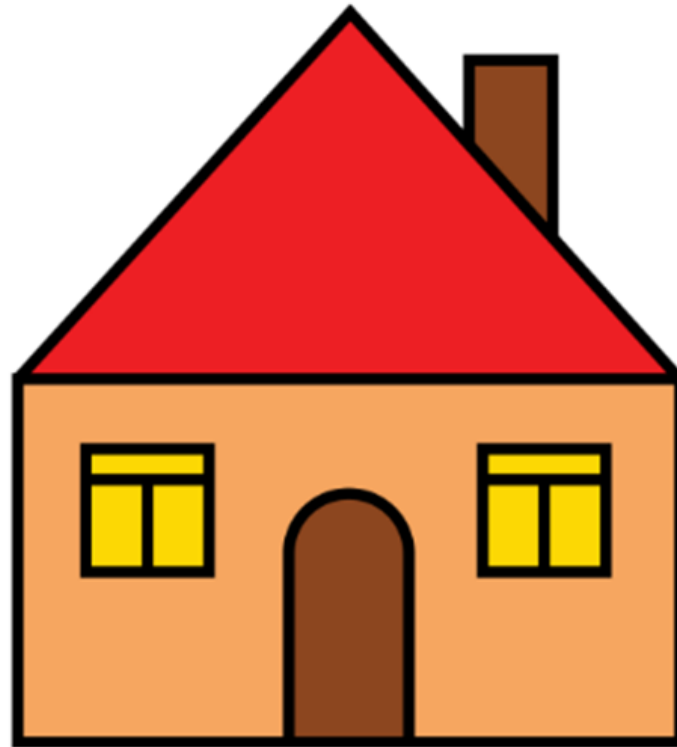
## *Orientacions per les sortides al carrer*



**Fundació Aspace Catalunya**

C. dels Tres Pins, 31 (Parc de Montjuïc) 08038, Barcelona  
Tel. **93 200 25 34** - [aspace@aspace.cat](mailto:aspace@aspace.cat)

# *ABANS DE SORTIR DE CASA*





## ✓ AJUDAR ELS INFANTS A SENTIR-SE SEGURS AL CARRER:

Fa molts dies que no surten , perquè els hi hem explicat que a fora hi ha un perill.

Cal donar confiança, parlar de prudència.

Gestionar les nostres pròpies pors i les seves.

Donar temps. Alguns infants no voldran sortir a l'inici.

Cal acompanyar aquest procés: recorreguts curts i fotografies o imatges, els poden ajudar.

# ✓ ANTICIPAR ALLÓ QUE ES TROBARAN

Els carrers que ells recorden han canviat.

Les mascaretes ens ajuden , però poden fer por.

Si el pare i la mare, se l' emproven a casa, els ajudarà a guanyar confiança.

Si el nen/a l'ha de dur, practicar abans a casa.

Explicar que farem, on anirem. Pensar en un recorregut conegut i/o un objectiu concret.

Estructurar quin serà el moment del dia per sortir, ajudarà a integra-ho dins la rutina diària.

# MENTRE SOM AL CARRER





# ✓ TOTHOM ESTÀ CONTENT DE SER FORA

Les persones que trobaràn, també eren a casa com ells, i és una alegria veure'ls passejant.

Cal mantenir les distàncies, i seguir les indicacions de seguretat, però no són un enemic.

Inventarem noves maneres divertides per poder saludar, si trobem amics o coneguts.

# ✓ ACOMPANYAR LA TRISTESA I LA FRUSTRACIÓ

Malgrat el que els haguem explicat abans de sortir, els infants poden haver generat expectatives que no es compliran.

Tenir present que segons el moment evolutiu del nen, tindrà més o menys capacitat per gestionar les seves emocions.

Cal valorar i potser inicialment evitar, situacions que generin una angoixa excessiva, com passar per davant del parc i no poder-hi entrar.

# QUAN TORNEM A CASA







## ✓ Parlem de com ens hem sentit

Adaptant-nos a l'edat del nen, podem pensar junts, que ens ha agradat i que no.

Compartir sensacions i fer preguntes concretes que els ajudin a expressar les seves emocions amb confiança.

Si hi ha hagut algún moment difícil, ja amb més calma, valorem que cal modificar, per la propera sortida.