

AIREJA'T EN BICI A CAN PICÓ, activitat doble

La presa de consciència sobre l'aire que respirem a les ciutats és un dels pilars per modificar els nostres hàbits de mobilitat i, en conseqüència, millorar la nostra salut. Aquesta activitat té per objectiu combinar la circulació en bicicleta amb l'estudi de la qualitat de l'aire de l'entorn per on circularèm.

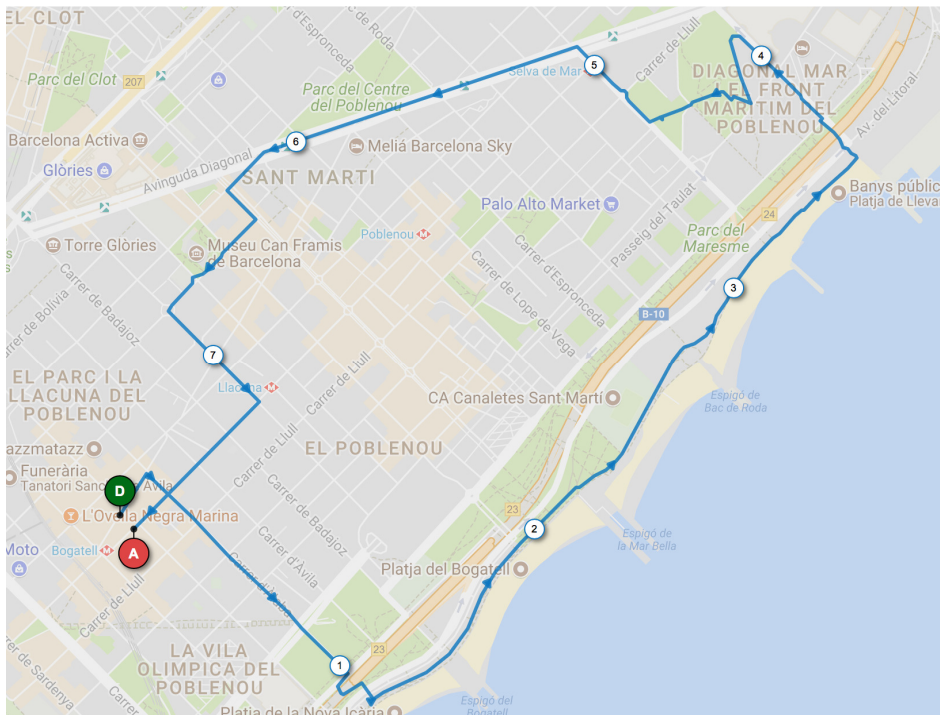
L'activitat compta amb la col·laboració de l'**Institut de Salut Global de Barcelona (ISGlobal)**, una aliança entre l'Obra Social "la Caixa" i institucions acadèmiques (Universitat de Barcelona i Universitat Pompeu Fabra) i governamentals (Hospital Clínic i Parc de Salut MAR) per contribuir a l'esforç de la comunitat internacional, amb l'objectiu d'afrontar els reptes de la salut en un món globalitzat.

L'activitat està pensada per ser realitzada paral·lelament amb dos grups-classe.

ITINERARI EN BICICLETA + NORMES DE CIRCULACIÓ

Descripció de l'itinerari

Es tracta d'un itinerari d'uns 8 km. Sortim des de Biciclot i circulem per carrils bici, platges, parcs, carrers tranquils i zones de vianants. Podrem comprovar com existeixen rutes alternatives per tal que circular en bicicleta sigui un plaer i no un perill. El grup anirà acompanyat d'un monitor-guia i un monitor-cua, i cada alumne disposarà d'una bicicleta i un casc de seguretat.



PUNT DE TROBADA: Biciclot,

c. Pere IV, 58-60

Metro L4 parada Bogatell
Bus B25, B20, 136,
H14 i 6

A 10 min a peu:
Metro L1 parada Marina
Tramvia T4 parada Marina

Contingut i dinàmica de l'activitat

Abans de la sortida es realitzarà una explicació d'uns 20 minuts amb els següents continguts:

- Explicació del recorregut que realitzarem.
- Aspectes de seguretat a tenir en compte.
- Funcionament de les bicicletes: mida del quadre, canvis, frens i casc.
- Es repartiran cascs i bicicletes.

Durant l'itinerari es realitzaran 3 aturades a fi de mesurar quantitativament la qualitat de l'aire que ens envolta. Per dur a terme aquesta pràctica, a cada punt, farem servir un sonòmetre (intensitat del soroll) i anotarem el valor mesurat, i amb els ulls tancats valorarem la qualitat de l'aire per classificar-la en bona, regular o dolenta.

Al final de l'itinerari analitzarem les dades obtingudes, en treure'm conclusions i farem propostes per millorar la qualitat de l'aire.

VISITA A CAN PICÓ + XERRADA SOBRE QUALITAT DE L'AIRE

Descripció de l'activitat

L'activitat es divideix en dues parts: visita a les instal·lacions de Can Picó i xerrada sobre la qualitat de l'aire a la ciutat.

Contingut i dinàmica de l'activitat

- **Visita a Can Picó.** Visitarem les instal·lacions de Biciclot, ubicada a l'edifici històric de Can Picó, i de primera mà amb els seus treballadors coneixerem les característiques de l'edifici, així com les activitats que s'hi desenvolupen.
- **Xerrada sobre la qualitat de l'aire.** Realitzarem una xerrada sobre la qualitat de l'aire: quines substàncies componen l'aire que respirem, quines conseqüències poden tenir sobre la nostra salut, i quines alternatives hi ha per a la seva millora. El contingut de la xerrada està elaborat a partir d'un estudi realitzat per ISGlobal.

DETALL D'HORARIS

ACTIVITAT COMPLETA: 9.30 – 13 h

DURADA DE L'ITINERARI: 1 h i 10 min (+ 20 min de preparació i 15 min de conclusions)

DURADA DE LA VISITA I XERRADA: 1 h i 15 min

	Arribada, presentació i inici del primer torn d'activitat	Descans per esmorzar i canvi de grups	Realització del segon torn d'activitats
Grup 1	Visita i xerrada: 9.30 – 10.45 h	10.45 – 11.15 h	Itinerari: 11.15 – 13 h
Grup 2	Itinerari: 9.30 – 11.15 h	11.15 – 11.45 h	Visita i xerrada: 11.45 – 13 h

FITXA RESUM DE L'ACTIVITAT: AIREJA'T EN BICI A CAN PICÓ, activitat doble.

HORARI: 9.30 a 13 h

NIVELL EDUCATIU: ESO (de 12 a 16 anys) / Batxillerat / Cicles formatius

NOMBRE DE PARTICIPANTS: Entre 40 i 60 alumnes, pensat per a dos grups classe d'entre 20 i 30 alumnes. Cal anar acompanyat per un mínim de 3 professors/es, i com a mínim dos d'ells hauran de fer el recorregut en bicicleta.

A TENIR EN COMPTE: Venir esmorzats i portar alguna cosa per menjar i beure durant l'activitat. Portar roba còmoda i evitar pantalons i faldilles amples.

ALUMNES AMB DISCAPACITAT:

Podem posar a la vostra disposició tàndems per tal que puguin participar alumnes amb discapacitat acompanyats per un professor/a.

PER A INFORMACIÓ I RESERVES CONTACTEU AMB:

Biciclot sccl c. Pere IV, 58-60 08005 Barcelona activitats@biciclot.coop