

JUNIO 10

NUESTRA TIERRA

DESPEDIMOS RESPIRO HASTA EL PRÓXIMO OTOÑO

Han pasado nueve meses desde que comenzó la [primera edición de Respiro](#) y el pasado 19 de junio nos despedimos del programa hasta el próximo otoño con la certeza de haber cumplido gran parte de nuestros objetivos y haber materializado un proyecto cuyos beneficios se confirman en los niños y niñas que participan en él.

En el mes de octubre [definíamos Respiro](#) como unas jornadas lúdico-educativas para niños y niñas cuyas actividades y Fisioclases mejoran la salud infantil. El titular es apropiado, pero tiene el inconveniente propio de la síntesis, ya que Respiro supone para sus participantes **mucho más que un beneficio para su salud.**

Respiro es un programa integral en el que se trabaja a nivel físico el aparato respiratorio, lo que permite a los niños y niñas fortalecer los músculos y órganos implicados en la respiración, permitiéndoles un mayor control de éstos de cara a la prevención de enfermedades o crisis respiratorias. Es decir, cuando centramos la atención en la salud, **Respiro tiene sentido en el ámbito de la prevención.** Pero en Respiro se trabaja, además, a nivel educativo, quizás la vertiente menos explicada de este programa, pero igualmente importante.



En Respiro se ejercita el conocimiento del medio natural, que se convierte en fuente de aprendizaje. Los juegos en la naturaleza tienen un sentido educativo. Las carreras de orientación, los juegos de pista o las excursiones tienen el objetivo de **promover el ejercicio físico, pero también el de trabajar la paciencia y poner en práctica la observación, la reflexión y la capacidad de**

decisión a la vez que se desarrolla el placer de la aventura y el descubrimiento.

Los talleres naturalistas, puestos en marcha en colaboración con la Fundació L'Esplai, persiguen transmitir a los niños y niñas el valor del respeto por la naturaleza, como fuente de aprendizaje y conocimiento del mundo, apreciando, a su vez, la dimensión recreativa y de ocio.



El taller de cocina tiene el valor pedagógico de comprender la relación de una alimentación sana con la salud, además de reflexionar sobre la posibilidad de participar activamente en su propia alimentación, desarrollando la creatividad al elaborar los platos.

Los talleres de pintura permiten que los niños y niñas conecten con su parte creativa, desarrollen su sensibilidad por el color, la forma, la observación consciente de elementos que pueden encontrarse en la Naturaleza para trasladarlos a una pintura.

Los niños y niñas disfrutan de los beneficios de estos talleres sin sentirse coartados por la presión académica, dejando fluir su creatividad y aprendiendo a través del juego, que, sin duda, es la forma en la que los niños y niñas prestan atención y aprenden de verdad.



La continuidad del programa ofrece también a los niños y niñas desarrollar la idea de pertenencia al grupo y valorar el compañerismo, más allá de los grupos habituales del colegio u otras actividades que llevan a cabo en su entorno habitual.

Después de estos nueve meses **nuestra evaluación es positiva** en cuanto a la progresión de los niños y niñas que han asistido a Respiro. El Polell ha sido escenario de talleres, juegos, clases de yoga, jornadas de puertas abiertas para los padres... y poco a poco se ha ido plasmando la idea inicial de la Fundació Roger Torné, la de influir positivamente en el bienestar de estos niños y niñas, tanto en lo que se refiere a su salud como en lo que tiene que ver con su capacidad de aprender a través del juego y el contacto con la naturaleza, en un entorno de excepcional calidad.

Estos nueve meses de Respiro también han supuesto un aprendizaje para las personas que trabajamos en la Fundació Roger Torné. De cara a la próxima temporada, tenemos la misión de hacer llegar este proyecto al máximo número de personas y transmitirles

los beneficios tangibles para la salud y el desarrollo personal de los niños y niñas, de forma que consigamos llenar El Polell cada sábado. Para ello, como siempre, contamos con tu colaboración: nos encantaría que te hicieras eco de nuestras actividades, animando a las personas que conozcas a [suscribirse a este boletín mensual](#), a través del cual enviaremos información puntual al comienzo de la próxima edición de Respiro.

[ir a NUESTRA TIERRA](#)