



# 5 experiències per regalar temps de qualitat al teu fill o filla fugint del materialisme

*Propostes educatives per a ocasions especials que els encantaran i us faran gaudir en família*

[inicicentrareport]**Nadal**, aniversari, final de curs,... Al llarg de l'any hi ha múltiples moments en què **pensem regals per als nostres fills i filles**. I no sempre ens ve de gust caure en el materialisme, perquè valorem més el temps de qualitat en família i considerem que les criatures ja tenen prou llibres, joguines, jocs, etc.

Segons les estadístiques, els nens i nenes reben de mitjana **10 vegades més joguines** de les que necessiten, per això cada vegada és més difícil trobar regals originals amb els quals sorprendre'ls... Són **infants hiperregalats** i la dopamina que segrega l'organisme no és capaç de proporcionar el plaer suficient perquè el nostre fill o filla se senti satisfet amb el que està rebent. I aquí és quan entren en bucle, perquè necessiten més regals per a satisfer aquesta necessitat.

Per això, cada vegada més, és tendència regalar **temps de qualitat** als fills fugint del materialisme i de les presses que envaeixen el nostre dia a dia.

Una molt bona opció és oferir **experiències en família, perquè amb elles no acumulem objectes, se sorprenen i, sobretot, aprenen a gaudir del moment**.

[nointext]

"**Quan regalem experiències, regalem molt més que això**. És molt millor col·leccionar moments en lloc de continuar acumulant coses", ens explica Maria Toral, una de les creadores de **Regalexia**.

[GotaVerdaPle] **Quins beneficis té regalar experiències als infants?**

[GotaVerdaBuit] Fomentem la seva **capacitat de sorpresa**.

[GotaVerdaBuit] Generem moments divertits i plaents que els ajuden a **reduir l'estrès i l'ansietat**.

[GotaVerdaBuit] Contribuïm a **augmentar la seva autoestima** ajudant-los a adonar-se que són capaços de fer coses noves

[GotaVerdaBuit] Despertem **nous interessos, aficions i habilitats**.

[GotaVerdaBuit] **Alimentem la seva imaginació i creativitat**, el respecte cap als altres i cap a la natura.

[GotaVerdaBuit] **Reforcem els llaços i dediquem més temps a la família** millorant la convivència i l'empatia entre nosaltres

[GotaVerdaBuit] **Vivim moments feliços que romanen en la memòria** de tots i totes durant molt de temps. Els estudis demostren que les experiències queden gravades, i es recorden amb molt d'afecte amb el pas dels anys.

---

[GotaVerdaPle] **Com triem l'experiència?**

D'activitats n'hi ha de molts tipus i es poden triar segons edat i enfocament: creativa, exploradora, científic i tecnològica, esportista,...

Per fer-vos-en un tastet, us hem destacat **5 experiències de Regalexia** per a totes les edats que podeu trobar al seu catàleg i que es poden gaudir durant tot l'any:

[GotaVerdaPle] **Hollywood en miniatura: Stop Motion**



Una bona proposta per estimular la seva creativitat i per aprendre tots **els secrets de la tècnica cinematogràfica Stop Motion**. Amb la família podreu construir sets impressionants on donar vida a personatges de LEGO amb moviments creatius i històries divertides. Jugareu amb les llums, les ombres i tota mena de detalls per capturar cada moment i acabar fent una pel·lícula única. Una experiència creativa i tècnica que us farà sentir talment com a directors de Hollywood.

Més informació [aquí](#).

[GotaVerdaPle] **Visita a un rusc d'abelles**



Voleu viure una aventura en família per a **conèixer l'emocionant món de les abelles**? Al bell mig del parc natural del Montseny hi podreu fer una activitat especialment dissenyada per a famílies. Una proposta per entendre com viuen i treballen les abelles en els seus ruscs i com n'extreu la mel un apicultor. Una experiència ideal per connectar amb la natura.

Més informació [aquí](#).

[GotaVerdaPle] **Taller de cuina japonesa**

# A



Si a casa sou fans del sushi, aquesta proposta us encantarà. Una experiència creativa per explorar **la cuina japonesa en família**. Junts aprendreu a crear plats deliciosos mentre us submergiu en el món culinari del Japó. Deixeu-vos portar pels sabors i les tècniques d'una de les gastronomies més famoses del món. Un viatge al Japó en la mateixa ciutat de Barcelona.

Més informació [aquí](#).

[GotaVerdaPle] **Pinta quadres de neó**

# A



Una activitat familiar per **despertar la passió per l'art en els infants!** En aquest divertit taller, els nens i nenes exploraran la seva creativitat amb les tècniques de pintura amb colors neó i fluorescents. Una experiència artística i creativa per conèixer els primers conceptes de l'art i la lluminositat, us sentireu com a veritables artistes dels colors. Tots i totes a pintar!

Més informació [aquí](#).

[GotaVerdaPle] **Ruta en bicicleta elèctrica**

# A



La bicicleta és el millor vehicle de transport per a les famílies intrèpides. En aquesta proposta viureu **una aventura astronòmica i anireu en bicicleta**. Anireu pedalejant fent una bonica ruta en plena natura fins a arribar al planetari i observatori astronòmic de Pujalt. Allà descobrireu els misteris de l'univers en una visita emocionant i educativa. Ideal per a despertar el seu amor per la ciència i la naturalesa!

Més informació **aquí**.

Consulteu **aquí** altres propostes educatives, i comenceu a pensar en experiències per viure en família segons els vostres interessos i gustos.

Amb el suport de



---

[ficentrareport]