



Explora el Parc



**Territori, natura i
patrimoni pirinenc
en família**

Llibre-guia de propostes per conèixer
el Parc Natural de l'Alt Pirineu

Índex

| | Pàg. |
|---|------|
| 1- La natura, un espai de criança i aprenentatge..... | 3 |
| 2- Primer pas, fes-te exploradora! | 6 |
| 3- Segon pas, com funciona Explora el Parc..... | 7 |
| 4- Tercer pas, la nostra aliança, el territori..... | 8 |
| 5- Les recompenses i els punts on segellar..... | 10 |
| 6- Les propostes | |
| ⇒ Proposta 1 - L'Ossa de Bonabé..... | 12 |
| ⇒ Proposta 2 - Al cor de les fargues..... | 14 |
| ⇒ Proposta 3 - Als peus de la geganta..... | 16 |
| ⇒ Proposta 4 - El bosc de les mines i les carboneres..... | 18 |
| ⇒ Proposta 5 - Dos rius sota Gilareny..... | 20 |
| ⇒ Proposta 6 - Remuntant la Noguera Pallaresa..... | 22 |
| ⇒ Proposta 7 - Àssua un bell país d'herba i formatges..... | 24 |
| ⇒ Proposta 8 - Caminant per terres roies..... | 26 |
| ⇒ Proposta 9 - Art i natura, ramats i boscos a la Ribalera..... | 28 |
| 7- Safari de segells | |
| ⇒ Safari 1 - La Vall Ferrera..... | 30 |
| ⇒ Safari 2 - La Vall de Cardós..... | 32 |
| 8- Enxarxa't..... | 34 |
| 9- Alguns dels miradors Explora el Parc..... | 35 |



*"Ajuda'm a fer-ho
per mi mateix"*

(Maria Montessori)



*"Tots viatgem
per la via làctea
arbres i homes"*

(Jonh Muir)

Crèdits:

Autors: Carmen M^a Iranzo Quesada, Xavier Ródenas Mayor i Anna Pou Calzada

Idea Original Explora el Parc: Aixortà GRT, Nequa Ambient i Territori i Sysmap

Foto portada: Felipe Valladares Véjar

Fotos: Xavier Ródenas Mayor, Felipe Valladares Véjar, Hugo Mas, Juli Capilla, Carmen Iranzo, Anna Pou i Marc Garriga, fons PNAP

Disseny imatges corporatives Explora el Parc: Judith Batllés Sánchez

Croquis: Anna Pou Calzada

Dibuixos: Miriam Colillas

Maquetació i Impressió: Tecnigraf Indústria Gràfica, S.L.

ISBN: / Dipòsit legal:

La natura, un espai de criança i aprenentatge

Quan un grup de professionals del territori que vivíem al Pallars, pensàvem en com aportar instruments que facilitaren la criança natural i l'aprenentatge, va nàixer Explora el Parc. La fita era convertir el territori en una gran aula bosc on les nostres filles i la de totes les persones que habiten el nostre meravellós petit país, així com els qui ens visiten, pogueren aprendre el màxim de coses i de la millor forma, jugant en el bosc, en els rius, en els prats, en els pobles i amb el patrimoni. Vam fer arribar la proposta al Parc Natural de l'Alt Pirineu durant l'any 2012 i finalment el 2013 vam aconseguir un ajut del Parc per engegar el programa Explora el Parc, com el programa de turisme familiar al Parc Natural de l'Alt Pirineu.

En aquell moment totes les converses i idees que havíem anat recollint durant anys, així com els aprenentatges de Montessori, Ferrer i Guàrdia, Tonucci, Waldorf o Powell, els vam anar trasladant, amb les nostres pròpies limitacions, a un programa que, a més a més de tenir la intenció de generar eines de criança, també pretenia ser una proposta turística per conèixer el PNAP d'una forma més amable i més implicada. I el repte encara era més gran perquè la idea també incloïa la generació d'il·lusió envers el territori per tal de tornar a visitar-lo. D'entre les converses del que fer per motivar als més xics a caminar i arribar a fites naturals o patrimonials que els meravellaren i els apropiaren a nous mons, també sortiren les converses al voltant del propi desconeixement del territori, dels amics i amigues que vivien al Pallars i no el coneixien. Així doncs, vam anar bullint els ingredients i van anar apareixent el passaport, la web, els materials didàctics, els segells, les aliades, les recompenses, els clips, els fullets, els butlletins i sobre tot els exploradors i les exploradores.

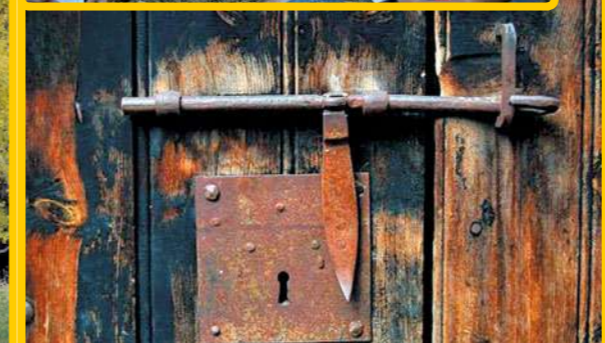
Alguns d'ells, ja no tornaran al Pallars però esperem que aprengueren alguna cosa de les nostres propostes. Altres retornen cada cert temps i recorden ja el seu passaport, com un fet

del passat, perquè s'han fet grans. Hi ha de noves petites cames que agafen fort el llapis de l'Explora i el seu passaport i comencen l'aventura de buscar segells. I encara veiem gorres d'exploradora que ja van descolorint. Així que esperem que la nostra petita proposta hagi col·laborat sobretot a fer territori, a generar respecte i coneixement cap a la gent, els animals, els paisatges, la economia i el patrimoni que conformen el Parc Natural de l'Alt Pirineu. Pensem que el PNAP, és un meravellós espai per tal de compartir i créixer juntament amb els nostres fills i amb les nostres filles, és una gran oportunitat per parlar de tot amb elles, per debatre, per compartir silencis i també per esgotar-se i jugar molt. Benvingudes a l'Explora el Parc, una eina de joc i de coneixement del Parc Natural de l'Alt Pirineu. Esperem que us agradi.

Gràcies al suport de: Jordi Palau, Marc Garriga, Moisès Villanueva, Martí Boada, Agustí López, Joan Ordi, Maria Pou, Mireia Jiménez, Elisenda Montserrat, Felipe Valladares, Andreu González, Carmen Iranzo, Marina Clavera, Judith Batllés, Verónica Rapalino i Bernard Loughlin. I sobre tot gràcies a Murta Ródenas, Àssua Ródenas, Pau Valladares, Lluna Valladares, Eloi Loughlin, Dani Loughlin. Totes vau aportar trossets a l'Explora. Sense totes vosaltres hagués estat complicat.

Anna, Michael i Xavi
Tardor de 2020





Cursa Nautica Planetaria de Șeșușă Pallareșă

Primer pas, fes-te exploradora!

El passaport és el carnet de l'explorador i de l'exploradora, amb ell podràs fer veure que ets del nostre equip d'exploració! El passaport és un llibret editat en paper on s'ubiquen i s'expliquen els llocs preparats per rebre't, on trobaràs continguts interpretatius, espais i persones assabentades de que ets explorador i que tens ganes de conèixer ben bé el Parc Natural de l'Alt Pirineu. En aquests espais podràs segellar el teu passaport; centres d'interpretació i d'informació, activitats de l'agenda del parc realitzades per empreses acreditades, miradors de l'àmbit del PNAP, refugis on podràs fer bons àpats i descansar i botigues amigues on podràs comprar territori i fer més forta la economia local.

Pots aconseguir el teu passaport en aquests cinc punts de venda. 🛒

- ✓ Als dos espais oficials del Parc Natural de l'Alt Pirineu: a la **oficina del Parc Natural de l'Alt Pirineu a Llavorsí**, i a l'**oficina del Parc Natural de l'Alt Pirineu a la Seu d'Urgell**.
- ✓ A les oficines de turisme d'**Esterrí d'Àneu**, de **Tavascan** i de **Sort**.

El passaport té un preu d'1 euro. 💰

Quan aconseguis segellar tot el passaport, tenim una recompensa per a tu! Passa per una de les dues oficines del Parc i porta el teu passaport segellat. Allí l'equip tècnic del Parc t'entregarà una recompensa! Però ja saps que la recompensa més important és conèixer el Parc, la seva gent, el seu patrimoni i col·laborar a mantenir-lo viu. Vinga exploradora, a completar el teu passaport!



Segon pas, com funciona Explora el Parc?

Llegeix les següents instruccions abans de començar a utilitzar el teu passaport, hi trobaràs informació útil per a la teva exploració!

- ✓ Cal que el passaport estigui numerat, comprova-ho a la pàgina 1
- ✓ Els mapes-guia sectorials del Parc et serviran per ubicar millor els espais on segellar. Els trobaràs a les oficines del Parc i altres establiments. També els pots trobar a la pàgina web del Parc Natural. En aquesta guia et facilitem alguns retalls per tal d'orientar les nostres propostes.
- ✓ Les activitats que es podran segellar seran aquelles programades a l'agenda del Parc Natural que porten a terme les empreses acreditades pel Parc.
- ✓ A les fires indicades en el passaport, hi haurà un estand del Parc on segellar el passaport, o bé hi haurà una entitat col·laboradora que se'n farà càrrec.
- ✓ Sota el segell de cada activitat realitzada o mirador visitat, haureu d'escriure el nom de l'activitat o mirador, segons s'escaigui. Als miradors trobareu una xapa referida al programa Explora el Parc pròxima al panell interpretatiu. Caldrà que calqueu, amb un llapis de grafit, el pictograma indicat amb la icona distintiva del mirador. Cal portar sempre el teu llapis grafit d'exploradora.
- ✓ Per tal de segellar als refugis participants del programa Explora el Parc, caldrà fer una consumició.
- ✓ El passaport s'anirà omplint als llocs que s'indica al propi passaport i que poden variar d'un any per l'altre depenent dels establiments adherits al programa.



Tercer pas, la nostra aliança, el territori

Les empreses acreditades per fer-ho són:

- Aubèria: www.aubèria.cat
- Balmes Blancs: www.balmesblancs.com
- Guies de Muntanya de l'Alt Pallars: www.guiesdemuntanya.com
- Obaga: www.obagaactivitats.cat
- Guies de Muntanya En Ruta: www.guiesdemuntanyaenruta.com
- Ramat de Camins: www.ramatdecamins.cat
- Terra Viva: www.terravivaactivitats.net
- Salvatgines: www.salvatgines.com
- Ecomuseu de les Valls d'Àneu: www.ecomuseu.com
- Refugi de la Basseta: www.santjoandelerm.com
- Geoterra Pallars: www.geoterrapallars.com



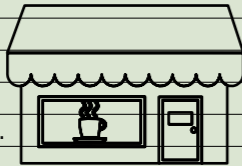
Els refugis participants són:

- Refugi del Gall Fer del Bosc de Virós (Alins).
- Refugi d'Estaon (Vall de Cardós).
- Refugi del Gerdar (Sorpe).
- Refugi l'Abadia de Montnartró (Llavorsí)
- Refugi del Fonet (Alt Àneu)
- Pleta del Prat (Lladorre)
- Alberg-refugi Arestui (Llavorsí)
- Comes de Rubió (Soriguera)
- Ras de Conques (Valls de Valira)
- Vall de Siarb (Soriguera)



Els comerços i botigues participants són:

- Formatgeria Tros de Sort. Sort.
- Formatgeria La Peça d'Altron. Altron.
- Formatgeria Casa Mateu. Surp
- Formatgeria Montsent de Pallars. Rialp.
- Formatgeria Girola. València d'Àneu
- Projecte Boscos de Muntanya. Llavorsí
- Associació Obrador Xisqueta. Rialp.
- Parc Pirineus Aventura. Guingueta d'Àneu
- Herbes de l'Alt Pirineu. Araós
- Botiga Les Aigües. Llavorsí



Quart pas, la web exploraelparc.cat

Llocs on segellar: Llistat de llocs on et segellaran el teu passaport, links a les seves pàgines web, info i fotos relatives a cada lloc...

Material d'activitats: En aquesta secció et podràs descarregar materials per jugar amb la família els dies de pluja o els dies previs. També hi trobaràs propostes per realitzar durant les excursions.

Biblio: Els nostres butlletins, el conte de la Júlia i el Bosc explorant el parc i totes les publicacions referides al nostre programa les trobaràs en aquest apartat.

ExploraTV: Hem anat gravant diferents materials audiovisuals relatius al funcionament del programa i relatius als nostres col·laboradors. Aquí els trobaràs.

Sol·licitar el passaport: Pots reservar el teu passaport i recollir-lo quan arribes al territori Parc en les oficines de venda.

Passaport: Com funciona, on segellar, les nostres col·laboradores...consulta aquest apartat i trobaràs tota la informació necessària.