

INSTRUCCIONS D'IMPRESSIÓ I RETALL

1. Impressió

Imprimiu el document en format **DIN A3**.
A la finestra de configuració de la impressió, seleccioneu «**Tamaño real**» per mantenir les dimensions originals de les cartes.
Si és possible, imprimiu en color per gaudir del disseny tal com ha estat concebut.

2. Retall amb impressora personal

Cada full DIN A3 conté 8 cartes. Utilitzeu les línies discontinües com a guia per retallar-les amb tisores o cúter.

3. Impressió en una impremta professional

Si encarregueu la impressió a una impremta, demaneu que obrin l'arxiu amb Adobe Illustrator i desactivin la capa «**Instruccions**» abans d'imprimir. Així, s'eliminaran les línies discontinües i es mantindran les marques de tall per obtenir un acabat net i precís.



Alfabetització alimentària crítica

Àmbit centrat en la transformació de la relació de l'infant amb la procedència i l'impacte d'allò que consumeix, convertint l'acte de menjar en un espai de sobirania i consciència ambiental.

Alimentació i nutrició

Urbanisme actiu i dinàmic

Espais d'actuació que busquen integrar el moviment natural en el teixit urbà quotidià, eliminant el sedentarisme forçat pel disseny de les ciutats.

Activitat física

Higiene dels ritmes circadians

Territori d'intervenció per optimitzar els entorns físics i digitals de manera que respectin els cicles biològics de son i recuperació de l'infant.

Descans

Prevenició i detecció precoç comunitària

Àmbit d'actuació per integrar indicadors de benestar mental en els entorns naturals de l'infant (parc, escola) per tal d'actuar abans que aparegui la patologia.

Salut mental

Governança de l'espai públic infantil

Àmbit d'actuació que busca integrar la veu i el vot de la infància en les decisions que afecten la seva comunitat i territori.

Participació

Xarxes de suport intergeneracional

Espais d'oportunitat per reconstruir el teixit social, connectant els infants amb altres grups d'edat per fomentar la transferència de valors i sabers.

Capital social

Ecosistemes de sabers expandits

Àmbit per validar i connectar els aprenentatges que ocorren fora del sistema formal, creant una xarxa de coneixement continu i accessible.

Oportunitats d'aprenentatge

Arquitectures d'autogestió emocional

Espais i eines que permeten a l'infant reconèixer, anomenar i transitar les seves emocions amb autonomia en moments de crisi o estrès.

Regulació emocional

Presència digitalment responsable

Àmbit centrat a protegir i potenciar la qualitat del temps de connexió cara a cara entre infants i adults, reduint les interferències de la tecnologia.

Vincles afectius

Aprenentatge basat en reptes comunitaris

Àmbit per transformar l'educació en una acció directa sobre l'entorn, on l'infant aprèn resolent problemes reals del seu barri.

Metodologies

Disseny universal de l'experiència infantil

Àmbit per garantir que qualsevol infant, independentment de la seva condició o origen, tingui accés ple i equitatiu a les mateixes oportunitats de joc i desenvolupament.

Inclusió i equitat

Sobirania de la narrativa personal

Àmbit de protecció i foment de la construcció de la identitat pròpia, lliure d'etiquetes algorítmiques o pressions socials externes.

Identitat

Sistemes d'ètica per disseny

Àmbit d'intervenció per assegurar que els entorns (físics i digitals) on creix l'infant estiguin construïts sobre valors universals de justícia i respecte.

Valors

Laboratoris de judici moral i ètic

Espais d'oportunitat per entrenar la presa de decisions conscient, permetent a l'infant explorar dilemes i conseqüències en entorns controlats.

Decisions

Cultura de l'empatia i la mediació

Territoris d'intervenció per enfortir el clima de convivència, transformant el conflicte en una oportunitat d'aprenentatge social i respecte mutu.

Relacions socials

Humanització de l'experiència clínica

Àmbit per redissenyar els protocols i espais de salut, eliminant la por i empoderant l'infant en la gestió del seu propi cos.

Serveis sanitaris