

GUIA PER A L'EQUIP DE DINAMITZACIÓ

2017-2018

ÍNDIX

1. Visc, Convisc, Participo!	pg. 3
2. La participació com a escola de ciutadania i eina de transformació	pg. 4
3. Conceptes bàsics	pg. 6
4. Objectius del VCP!	pg. 7
5. El centre educatiu com a marc d'intervenció	pg. 8
6. Les sessions als centres	pg. 8
7. Els projectes d'aula	pg. 11
8. L'equip de dinamització	pg. 12
9. Informacions rellevants	pg. 14
10. Agents implicats	pg. 15
11. Annex	pg. 16

I. Visc, Convisc, Participo!

Què és?

El Visc, Convisc, Participo! (VCP) és un projecte d'acció educativa que promou la participació com a eina d'aprenentatge personal i col·lectiu, i com a mecanisme d'incidència i transformació de l'entorn. Es tracta que persones joves associades s'acostin als centres educatius per donar a conèixer, de primera mà, les vies de participació tan en el marc dels centres educatius com les fórmules que la participació pot adoptar a la societat, tot posant especial èmfasi en el teixit associatiu juvenil del territori. Amb aquest projecte l'alumnat té l'oportunitat d'aprendre què és la participació i de viure què vol dir participar; tot culminant aquesta experiència amb la formulació d'un projecte participatiu propi.

Qui l'organitza?

L'organitza el Consell de la Joventut de Barcelona (CJB) en conveni amb l'Ajuntament de Barcelona. També hi participen les entitats d'associacionisme educatiu (esplais i caus), les entitats estudiantils i les plataformes juvenils territorials (com ara els Casals de Joves), i que són membres actius del Consell de la Joventut.

Qui som?

El Consell de la Joventut de Barcelona és la plataforma interassociativa que representa, coordina, les principals entitats juvenils de la ciutat. El CJB va néixer el 1980 com un instrument democràtic de participació i d'acció juvenil per promoure el creixement d'un associacionisme fort i articulat.

A qui va dirigit?

El VCP va dirigit a alumnes de segon cicle d'Educació Secundària dels centres educatius de la ciutat de Barcelona. Fa més de 10 anys que es du a terme aquest projecte. Al llarg d'aquest temps, el VCP ha trobat un lloc als instituts de la ciutat que s'ha encabir a les programacions d'assignatures com l'antiga Educació per la Ciutadania, Ètica o en el marc del Pla d'Acció Tutorial dels centres.

Com s'estructura?

Els continguts a tractar tenen cabuda en tres o quatre sessions d'una hora en funció de la disponibilitat dels centres i segons com escullin adaptar-ho a les seves realitats concretes. Està previst que les sessions cloquin amb la formulació d'un projecte participatiu d'aula que permeti als joves estudiants viure en primera persona la participació.

Qui dinamitza les sessions?

Qui millor pot parlar de participació és qui l'ha viscuda. Per això els equips de dinamització es conformen per tres persones associades a alguna entitat juvenil de la ciutat. Dues d'elles acompanyen el grup d'alumnes durant totes les sessions per donar a conèixer la participació en associacions juvenils des d'un punt de vista general. Una tercera persona, membre d'una entitat estudiantil, s'incorpora a la segona sessió per tractar específicament la temàtica de la participació en el marc dels centres educatius.

2. La participació com a escola de ciutadania i eina de transformació

Què entenem per participació?

Des del Consell de la Joventut de Barcelona (CJB) i el conjunt d'entitats que l'integren, quan es parla de participació sempre es fa des de la perspectiva associativa. **Entenem la participació com la capacitat de decidir sobre tot allò que afecta directa o indirectament la ciutadania;** sobre tot allò que condiona l'entorn i les relacions i possibilitats de desenvolupament personal i col·lectiu. Així mateix s'entén que **la participació va lligada a alguna forma de servei a la comunitat.**

La participació no només és una finalitat en sí mateixa, sinó que també és una **eina que permet assolir objectius concrets.** És a dir, l'ús que fa cada agent (cada persona o grup de persones) de la seva capacitat de decisió respon als seus objectius, a la construcció de projectes propis d'acord amb la seva visió del món.

Perquè és tan important?

La participació és un procés d'aprenentatge que es caracteritza pel fet de ser, sobretot, vivencial. La participació promou **l'aprenentatge d'actituds, habilitats, coneixements i competències:** saber escoltar, proposar, argumentar, consensuar, discutir, establir relacions amb els altres, assumir rols en entorns diversos, negociar, moderar, liderar, mobilitzar, incidir, educar, aprendre...

Què ens aporta la participació?

Un aspecte fonamental de la participació té a veure amb el seu **impacte directe sobre determinats valors i opinions** de cada individu; des del foment d'un canvi d'actitud propi fins a la promoció d'un canvi dirigit a l'entorn, ja sigui el barri, el medi ambient, un col·lectiu desafavorit, o bé fomentant l'esperit crític.

Quan l'individu forma part d'un col·lectiu i del seu procés de presa de decisions, acostuma a millorar el propi auto-concepte perquè se sent útil, es marca reptes i fites -personals i col·lectives-, coneix gent nova i treballa amb persones amb qui comparteix interessos. Aquests processos permeten millorar les pròpies competències i habilitats. Participar fa sentir empoderada a la persona per **transformar-se i transformar l'entorn:** aempoderada per aconseguir millores dins del l'institut, per millorar els serveis públics del barri, per transmetre valors democràtics i de ciutadania a infants i joves, per fer revocar decisions als diferents governs... Així, la participació s'entén com una de les eines pedagògiques que permet la formació d'una ciutadania conscient, crítica i amb capacitat transformadora.

Com es pot participar des del centre educatiu?

L'alumnat dels centres educatius pot vehicular la seva participació a través de les persones que exerceixen de representants:

- Les delegades i delegats de classe.
- Les persones representants d'alumnes al Consell Escolar. Es tracta d'estudiants escollides en eleccions convocades pel Consell Municipal d'Educació.

També ho poden fer mitjançant la seva participació directa:

- En assemblees obertes convocades per parlar de temes concrets
- En organitzacions o sindicats d'estudiants que existeixen o que es poden crear.

Com es pot participar fora del centre educatiu?

Hi ha moltes maneres de participar. Una manera de fer-ho, potser la més senzilla, és formant part del teixit associatiu. A Barcelona hi ha un munt d'associacions de tot tipus. Segur que els i les alumnes tenen moltes inquietuds, idees i iniciatives. I ben segur que poden trobar l'entitat amb la qual trobin sentit a col·laborar i que encaixi amb les seves motivacions.

A continuació es descriuen algunes categories d'entitats

- **Entitats socials:** persegueixen la igualtat de les persones. Lluiten contra les discriminacions per raons com ara l'origen, l'orientació sexual, la pobresa, el gènere...
- **Entitats sindicals:** treballen pel foment de l'ocupació jove de qualitat.
- **Entitats educatives:** ofereixen la possibilitat de participar en les activitats de dissabtes, excursions de cap de setmana i colònies o campaments.
- **Plataformes territorials:** coordinen les entitats juvenils als districtes de la ciutat
- **Entitats culturals:** realitzen projectes d'àmbit cultural o artístic.
- **Entitats internacionals o d'intercanvi:** desenvolupen camps de treball, projectes de cooperació o intercanvis entre joves d'orígens diversos
- **Casals de Joves:** Espai de trobada entre joves. En aquests espais s'hi realitzen activitats obertes o a preus reduïts i estan obertes a la participació de tothom.
- **Entitats estudiantils:** organitzacions o sindicats que inici deixen en la millora dels centres educatius i defensen els drets dels estudiants.
- **Organitzacions polítiques i assemblees de joves:** vehiculen les opcions polítiques de l'àmbit juvenil

Quin impacte té l'associacionisme al nostre entorn?

Més enllà d'allò que la participació pot reportar a l'individu o al col·lectiu destaca l'impacte que l'associacionisme té en l'entorn. Cada procés de presa de decisions, cada debat, cada projecte o

acció realitzada, amb independència del tipus d'associació que hi hagi darrera, és una petita escola de ciutadania. Organitzar-se col·lectivament, informar-se o desenvolupar l'esperit crític són petits grans passos cap a una ciutadania més compromesa, activa i conscient. I això fa que l'associacionisme sigui cabdal en societats democràtiques com la nostra.

3. Conceptes bàsics

Perquè participar (jo)

Fer referència al concepte de participació individual en el marc d'un grup. Personalment aporta coneixements perquè es tracta d'un procés d'aprenentatge vivencial que permet especialitzar-se en temes concrets al temps que ajuda millorar la manera de relacionar-se amb les persones de l'entorn. Per tot això, col·lectivament contribueix a crear una societat més forta i cohesionada .

Com participar (jo)

L'escolta activa, l'assertivitat, la predisposició a consensuar, negociar i cedir i l'obertura a noves idees i fórmules són claus perquè la presa de decisions sigui eficient, eficaç, no generi divisions i permeti dur els objectius i les finalitats a bon port.

On participar (institut o entorn)

Cal explicar els canals de participació en el marc dels centres educatius: Consell Escolar, persones delegades, assemblees de delegades, assemblees d'estudiants...

A la vegada, cal donar a conèixer les associacions del territori com a mecanismes de vehiculització de les inquietuds de la ciutadania (personals i col·lectives).

Impacte de la participació (entorn)

Deixar constància que la participació no només té un impacte directe en una mateixa i pel que fa a l'objectiu directe que es persegueix. La participació impacta en la societat com a escola de ciutadania que és.

Posar-ho en pràctica: el projecte d'aula (jo-institut-entorn)

Possibilitat de materialitzar allò que s'ha anat treballant durant les sessions.

4. Objectius del VCP!

En el marc del Visc, Convisc Participo! es distingeixen objectius generals, que expressen la finalitat del projecte i els objectius específics que concreten els objectius generals i defineixen el camí a seguir. A continuació es detallen aquests objectius.

Objectius generals

- Motivar la participació de l'alumnat en el marc dels centres i en el seu entorn més proper.
- Donar a conèixer els valors de la participació i l'associacionisme entre l'alumnat de secundària.
- Promocionar l'entrada del teixit associatiu a la vida dels centres educatius així com l'obertura dels centres al teixit associatiu que els envolta.

Objectius específics

- Transmetre el contingut de les sessions a través de les dinàmiques pròpies de l'educació no formal.
- Dotar d'eines de representació als estudiants perquè puguin desenvolupar la seva tasca de representació amb la màxima informació i recursos.
- Facilitar al professorat eines de participació perquè la promoguin entre l'alumnat del seu centre.
- Obrir la possibilitat d'articular iniciatives de participació de l'alumnat a l'institut
- Promoure la realització d'un projecte participatiu per part de l'alumnat participant.
- Fomentar el treball en xarxa de l'alumnat dels centres d'educació secundària de Barcelona.

Es tracta d'objectius que cal adaptar a les realitats dels centres i dels grups classe. Hi ha grups més o menys motivats, amb un professorat més o menys compromès amb la causa, alhora que hi ha centres en què hi ha tradició d'elaborar projectes i alumnes que, de partida, saben més o menys de participació segons si ja col·laboren o han col·laborat amb entitats prèviament.

És important que pugueu **adaptar les sessions a les necessitats de l'alumnat i comptar amb l'orientació del professorat.**

5. El centre educatiu com a espai d'intervenció

Per dur a terme aquest projecte l'equip de dinamització s'insereix en un **espai educatiu formal** (el centre educatiu) que **té unes línies de treball continuades i unes normatives concretes que cal seguir per garantir una acció educativa coherent** de cara a l'alumnat.

A la vegada, però, el projecte presenta una metodologia pròpia que s'assembla a la dels dissabtes a l'esplai, al cau o al casal, ja que probablement s'assembla al dia a dia de la vostra associació: jocs, dinàmiques, debats oberts i distesos ompliran les nostres programacions. Això pot arribar generar algunes tensions amb la dinàmica escolar i cal trobar l'equilibri entre mantenir la proximitat amb l'alumnat i alhora la distància del fet que en aquell moment vosaltres sou el seu referent a l'aula.

Cal tenir en compte

- Utilitzar un llenguatge planer i informal però adequat a l'àmbit escolar.
- Procurar que el to de veu a l'aula sigui adequat; organitzar bé els torns de paraula.
- Vigilar amb les faltes d'ortografia.
- Arribar deu minuts abans de començar les sessions amb el material preparat.
- Parlar amb el professorat al finalitzar la sessió per conèixer el seu punt de vista i veure com podeu millorar la intervenció el proper dia.

La rebuda als centres no sempre és igual. En alguns casos el professorat n'està al corrent, en d'altres potser el professorat n'ha quedat més al marge i no sap exactament què aneu a fer-hi... El CJB vetlla per minimitzar aquestes barreres, però no sempre és fàcil.

6. Les sessions als centres

Els centres educatius poden prendre part del projecte en els **formats de tres o quatre sessions** d'una hora que es realitzen en grups classe de 30 alumnes aproximadament. Segons el nombre de sessions que el centre hagi escollit, el nivell de profunditat amb què es poden tractar els continguts canvia.

També varia en funció de les prioritats que el professorat del centre ha marcat amb els seus alumnes i segons quins contingut han preferit desestimar. Tot això se us farà saber amb antelació de manera que pugueu adaptar les sessions a partir d'aquesta programació inicial.

Programació inicial VCP

SESSIÓ 1: La Participació i jo (alumne)	SESSIÓ 2: La participació al centre (amb estudiantils)	SESSIÓ 3: La participació en l'entorn/societat	SESSIÓ 4: Participem!
<p>Dinàmiques Presentació i introducció Presentació i coneixement del grup Passar riu, l'ampolla al mig, ordenar-se en cadires Valoració de la SESSIÓ I</p>	<p>Dinàmiques Joc de Rol: Consell Escolar (inclou: assemblea d'estudiants, estructura del CE i pluja d'idees sobre possibles transformacions i canvis) Reflexió</p>	<p>Dinàmiques Termòmetre Propostes de millora de l'entorn</p> <p><i>Tancament del projecte¹</i> <i>Valoració VCP²</i></p>	<p>Dinàmiques: Presentació de la sessió Tria de projectes d'aula Propostes d'organització dels projectes Tancament i valoració del projecte VCP</p>
<p>Continguts Què és la participació Què ens aporta (pertinença, reconeixement,...) Perquè ens serveix: Aconseguir objectius comuns difícils des d'un punt de vista individual La complexitat organitzativa: Calen actituds, aptituds, paciència,...</p>	<p>Continguts: Diagnosi de la participació a l'aula. Organització estudiantil dins del centre. Aptituds i problemes de la representativitat Facilitats i dificultats de les assemblees (inclou pluja d'idees de propostes per portar al Consell Escolar) Introducció de la proposta de realitzar un projecte: recull d'idees sobre coses del nostre centre que estan a l'abast de l'alumnat millorar.</p>	<p>Continguts: Quina incidència té la participació en la societat que vivim? (més democràcia a més participació, exemples reals,...) Les entitats com escola on aprendre i posar en pràctica la participació Descoberta afinitats de la resta de companys de classe Com s'organitza una activitat Introducció de la proposta de realitzar un projecte: recull d'idees sobre coses del nostre entorn que podem contribuir a millorar.</p>	<p>Continguts: Recuperació de les pluges d'idees inicials. Tria de la finalitat del projecte (necessitat a cobrir). Disseny i discussió del projecte que triï la classe</p>

Tots aquests continguts i dinàmiques es desenvolupen amb profunditat al recull de dinàmiques.

¹Només pel cas de centres que desenvolupen el VCP en tres sessions

²Només pels cas de centres que desenvolupen el VCP en tres sessions i que que han demanat fer la valoració en el marc de les sessions del projecte.

7. Els projectes d'aula

La proposta és que al finalitzar les tres o quatre sessions l'alumnat hagi dissenyat un projecte escollit col·lectivament. Aquesta activitat ha de permetre posar en pràctica els conceptes treballats al llarg de les sessions.

Alguns centres realitzen projectes encaminats a fomentar la participació i d'altres ja tenen iniciatives engegades en què hi participa bona part de l'alumnat. A l'hora de formular els projectes d'aula cal tenir en compte aquestes experiències prèvies alhora que si el centre té menys tradició entorn la participació caldrà empènyer i guiar l'alumnat d'una altra manera.

Amb la voluntat de guiar la formulació de projectes que pugui proposar l'alumnat i acotar els àmbits d'actuació es concreten quatre tipologies de projectes segons l'objectiu principal que proposen:

- **Projectes d'acció social:** Són aquells projectes que procuren dur a terme alguna acció o activitat encaminada a alleugerir la situació de vulnerabilitat d'algun col·lectiu concret.
- **Projectes d'incidència política:** Accions o campanyes amb una clara finalitat reivindicativa. La seva principal característica és incidir per transformar l'entorn. (Normalment, en algun aspecte concret).
- **Projecte d'autoconsum:** Són aquells projectes que tenen per finalitat dur a terme una activitat que beneficia principalment a les persones que la realitzen.
- **Projecte de dinamització social:** Són aquells projectes que tenen com a principal objectiu la dinamització de la vida comunitària i el foment de la participació de l'entorn. Acostumen a generar sinergies i bona convivència.

Alguns projectes podran identificar-se amb més d'una categoria si bé, per a classificar-los i determinar-ne la categoria, caldrà centrar-se en l'objectiu principal que persegueixen. En qualsevol cas, en tots els projectes hi afegirem la dimensió de l'àmbit d'actuació; projectes encaminats al mateix grup-classe, curs o centre educatiu així com projectes que enfoquin les seves actuacions al barri o a la ciutat.

Fer la proposta de projecte no és obligatori; tot i que és una bona eina d'ensenyament i d'aprenentatge pot passar que sigui molt difícil la tria, o el consens, o fins i tot la pluja d'idees. Si això passa cal aprofitar l'ocasió per reflexionar al voltant del perquè passa i poder extreure aprenentatges de la situació.

Contingut dels projectes d'aula

Les propostes de projectes d'aula cal que continguin els següents elements:

- Nom del projecte d'aula
- Objectius i finalitat
- Planificació (organització, accions a realitzar, paper de l'alumnat i calendari)
- Pressupost
- Sistemes d'avaluació i seguiment

8. L'equip de dinamització

Els equips de dinamització els conformareu tres persones associades a alguna entitat juvenil de la ciutat. Dues de vosaltres acompanyareu el grup d'alumnes durant totes les sessions per donar a conèixer la participació en associacions juvenils des d'un punt de vista general. Una tercera persona, membre d'una entitat estudiantil, s'incorpora a la sessions per tractar específicament la temàtica de la participació en el marc dels centres educatius.

Per formar part dels equips de dinamització cal tenir 20 anys o més i estar associada com a membre actiu a alguna entitat del teixit associatiu de la ciutat. Alhora de formar els equips el criteri de territorialitat serà determinant.

La majoria de línies es comuniquen mitjançant un formulari, que es fa arribar per correu electrònic, a inicis de cada trimestre. En aquest formulari caldrà que marqueu la vostra disponibilitat i posteriorment se us confirmarà quines són les línies que se us hagin assignat. D'altra banda, hi ha altres línies que es van tancant a mesura que avança el curs, de manera que quan es tingui una nova proposta es faran arribar les dates per correu electrònic a totes les persones que formeu part de la borsa de dinamització. No se us assignarà una línia en que no hagueu indicat la vostra disponibilitat, però això no vol dir que si heu indicat que teniu disponibilitat se us hagi assignat directament. L'assignació la farà la tècnica del CJB, una vegada hagueu comunicat la disponibilitat, i us ho comunicarà a través del correu electrònic, el qual caldrà que respongueu confirmant que l'heu rebut. En aquest correu electrònic hi estareu totes les persones de l'equip perquè tingueu els correus i números de telèfon les unes de les altres i us pugueu posar a treballar conjuntament.

Les línies s'adjudicaran en base a dos criteris: El primer i més important és la territorialitat, ja que es prioritzaran aquelles persones que coneguin el teixit associatiu de la zona on estigui situat cada centre. El segon és el nombre de línies realitzades, per tal d'assegurar l'equitativitat dins l'equip.

És important que quan us oferiu per fer una línia tingueu clara la vostra disponibilitat les dates i hores demanades; sempre hi pot haver algun incident d'última hora però certament no és convenient que vagi variant la parella de dinamització, ni per l'alumnat ni per les mateixes persones dels equips. De totes maneres. Si hi ha algun incident heu d'actuar ben ràpid:

- Enviar un correu a la tècnica del CJB (educacio@cjb.cat)
- Si no obteniu resposta, trucar al 93.265.47.36

Serà la tècnica qui busqui una persona substituïda. En aquest cas es farà un correu d'urgència i l'assignació es farà per ordre de resposta.

Compromisos com a membres de l'equip de dinamització

- Assistir a la formació prèvia.
- Realitzar les sessions acordades i arribar als centres deu minuts abans de l'inici de les sessions.
- Preparar les sessions amb la parella de dinamització; acordar les dinàmiques a realitzar i valorar i adaptar-les en funció de les necessitats del grup i dels continguts del projecte.
- Acollir la persona que s'incorpora a l'equip a la segona de les sessions i donar-li suport.
- Enviar els formularis de valoració un cop acabada cada línia.
- Coordinar-se amb el CJB:
 - Informar al CJB de qualsevol incidència relacionada amb les sessions o la preparació prèvia.
 - Comunicar al CJB la proposta de projecte d'aula de cada grup classe per fer una recopilació de propostes entre tots els centres.
 - Mantenir el contacte de forma fluida, llegir i respondre els correus electrònics.
- Coordinar-se amb l'equip docent del centre:
 - Intercanviar impressions sobre el desenvolupament de les sessions per adaptar-les a les prioritats del centre i a les necessitats dels grups.

Paper a l'aula

- L'equip de dinamització s'encarrega de conduir les sessions, resoldre els possibles dubtes que sorgeixin a l'aula, tractar els conflictes que hi puguin tenir lloc i guiar les intervencions de l'alumnat.
- L'equip de dinamització pot variar les dinàmiques sempre que aquestes serveixin per treballar els objectius definits per a cada sessió. També tenen la capacitat d'adaptar els objectius específics a les necessitats de l'aula si bé els cal comentar-ho amb el professorat responsable.
- Les persones que dinamitzen les sessions són les encarregades de mantenir l'ordre a l'aula. L'objectiu és crear un ambient distès i participatiu però cal evitar que l'entusiasme pugui dificultar alterar l'ordre i desenvolupament de les sessions pròpies o de les aules de l'entorn.
- L'equip de dinamització s'encarrega de fer el seguiment i assessorament del projecte que plantegin els grups classe. Per facilitar aquesta tasca el professorat i l'equip de dinamització

poden d'intercanviar els correus electrònics de manera que s'evitin problemes derivats de fer aquest intercanvi amb el mateix alumnat.

9. Informacions rellevants

Reconeixement econòmic

La remuneració de les sessions es detalla a continuació tenint en compte la realització completa de les línies siguin de tres o quatre sessions. Realitzar una línia completa inclou les sessions a l'aula, el seguiment i adaptacions de les dinàmiques entre sessió i sessió i l'avaluació del procés seguit.

- Realització d'una línia completa de 3 sessions en un institut: 90 € bruts
- Realització d'una línia completa de 4 sessions en un institut: 100 € bruts

El pagament implicarà un rebut i es farà amb xec.

Contacte amb el CJB

La vostra persona de referència és la Itziar Pérez Tècnica d'educació del CJB

Podeu trobar-la a educacio@cjb.cat o per telèfon al 93.265.47.36

10. Agents implicats

Aquest projecte va néixer a la Coordinadora Infantil i Juvenil de l'Eixample i es va dur a terme amb el Consell de la Joventut de Barcelona durant el curs 2005-2006 al districte de l'Eixample.

Aquesta és la dotzena edició del projecte i any rere any s'ha anat ampliant a associacions juvenils de tota la ciutat.

En l'actualitat col·laboren amb aquest projecte:

Entitats estudiantils participants

AEP Associació d'Estudiants Progressistes

AJEC Associació de Joves Estudiants de Catalunya

SEPC Sindicat d'Estudiants dels Països Catalans

Plataformes territorials participants

Casals de Joves de Catalunya

Consell de la Joventut d'Horta-Guinardó

Plataforma Infantil i Juvenil de Les Corts

Entitats educatives participants

Acció Escolta de Catalunya

Centre Marista d'Escoltes

Escoltes Catalans

Esplais Catalans

Federació Catalana de l'Esplai

Federació de Centres d'Esplai Don Bosco

Minyons Escoltes i Guies de Catalunya

Moviment de Centres d'Esplai Cristians

Moviment Infantil i Juvenil d'Acció Catòlica

Com sabeu el projecte és una realitat pel conveni que el CJB ha establert amb l'**Ajuntament de Barcelona i en concret amb el** Comissionat d'educació i universitats, l'Institut Municipal d'Educació de Barcelona (IMEB) i la Regidoria d'Adolescència, Joventut i Gent Gran.

