

Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure

Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure

Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure

Barra lliure

Barra lliure

Barra lliure

Barra lliure

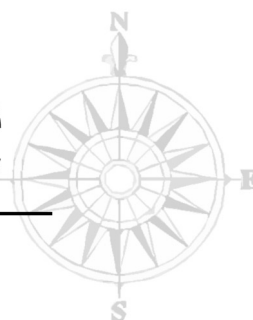
Barra lliure

Barra lliure

Barra lliure

Barra lliure

# Barra lliure



Barra lliure

Barra lliure

Barra lliure

Barra lliure

Barra lliure

Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure

Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure

Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure

Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure Barra lliure

## **INTRODUCCIÓ**

En les edats de l'alumnat de batxillerat -entre els 16 i els 18 anys- el consum d'alcohol està ja molt normalitzat. És freqüent la convivència entre joves amb opcions molt diverses de consum (abstemis, ús esporàdic i consum freqüent).

Els estudis de prevalença de consum solen mostrar que l'alumnat de cicles formatius de grau mig normalment té -respecte al de batxillerat- majors índexs de consum i usos d'alcohol i d'altres drogues més problemàtiques.

En aquestes edats la conducta prioritària de treball -relacionat amb la primera causa de mort de persones joves- és la relació entre l'ús d'alcohol i la conducció o l'ús de vehicles conduïts per persones intoxicades.

Això és degut a:

- L'ús de la moto i del cotxe com a element identificador i definitori d'aquestes edats.
- El major protagonisme de la festa de nit -per sobre de la tarda, que és més tranquil·la i curta.
- L'existència de grups de joves amb edats diferents (els més petits tenen accés a situacions més dures i problemàtiques que les pròpies de la seva edat).

A més, es poden incorporar dos aspectes relacionats amb l'alcohol:

- Les relacions afectives i/o sexuals sota estats d'intoxicació.
- La intimidació de gènere i l'agressivitat física.

Les activitats prèvies a l'assistència a l'obra de teatre *Barra Lliure* són més prudentes i estan més pensades per als joves més tranquils i amb consums baixos d'alcohol. Les posteriors -seguint la línia argumental del guió- són més apropiades per als qui surten més de festa i el consum d'alcohol dels quals és més proper i normalitzat.

## ABANS (INICI)

### TO BEER OR NOT TO BEER? THAT'S THE QUESTION

## 1. Descripció

Dos grups argumenten a favor i en contra del consum d'alcohol dels joves, i posteriorment es proposen criteris per possibilitar una elecció lliure i responsable.

## 2. Objectius

- Mantenir i reforçar l'opció dels joves que decideixen no beure alcohol.
- Retardar l'edat d'inici entre els joves que tenen la intenció de consumir alcohol.
- Adoptar una postura crítica davant les pressions externes relacionades amb l'ús de les begudes alcohòliques.

## 3. Desenvolupament

→ El professor explica breument que hi ha persones o grups diversos interessats a exercir una influència sobre les nostres decisions -en general- i en la nostra relació amb l'alcohol -en particular-. Alguns ho fan a favor i altres en contra.

→ Es dóna un dels sis rols adjunts -a favor i en contra del consum d'alcohol en joves- a cada dos alumnes, perquè defensin la seva postura en 3 minuts.

A favor		En contra	
Rol	Representant a	Rol	Representant a
Presidenta d'una fàbrica de cervesa	Accionistes d'empreses productores de begudes alcohòliques	Presidenta de l'AMPA del centre educatiu	Mares i pares
Amo d'una discoteca	Empresaris de l'oci (bars, discoteques, etc.)	Un tècnic de salut pública	Professionals de la salut
Dos amics que quan surten beuen	Joves que creuen que t'ho passes millor bevent	Dos amics que quan surten prenen begudes sense alcohol	Joves que creuen que t'ho passes pitjor bevent

→ Els diferents agents debaten entre ells, tenint en compte els arguments defensats.

→ El professor explica quins criteris s'han de tenir en compte a l'hora de realitzar una elecció responsable sobre l'ús de l'alcohol:

Criteri	Descripció
Edat	En èpoques de creixement físic i del sistema nerviós central -cervell- (com quan es tenen 14, 15 o 16 anys), l'alcohol provoca efectes més perjudicials.
Sexe	A igual pes i edat, la mateixa quantitat ingerida d'alcohol afecta més les noies (per una qüestió orgànica).
Voluntat	No s'hauria de beure alcohol quan no es desitja.
Situació física i psíquica	En algunes situacions -com amb certs trastorns mentals o malalties físiques-, l'alcohol pot provocar problemes seriosos.
Religió	Mentre que en el cristianisme el vi té un fort protagonisme, alguns corrents de l'Islam prohibeixen l'ús de l'alcohol.

→ Finalment el professor suggereix que, en cas de dubte, en aquesta edat el millor és no beure alcohol i, quan es faci, fer-ho en poques ocasions i en poca quantitat.

#### 4. Temporalització



5 min.	Presentació de l' activitat i breu explicació de les influències externes.
20 min.	Defensa per parelles de les postures.
10 min.	Debat entre els agents participants.

**Total: 35 min.**

## JO AL MEU ROTLLO, I TU TAMBÉ (AL MEU)

### 1. Descripció

S'analitzen situacions relacionades amb els joves i la festa, en les quals el consum d'alcohol d'uns quants afecta negativament uns altres, i es busquen propostes d'actuació per portar a terme en els espais d'oci.

### 2. Objectius

- Entendre que l'ús de drogues -en general- i de l'alcohol -en particular- no només afecta les persones que les consumeixen.
- Disposar de pautes d'actuació per resoldre moments problemàtics relacionats amb l'ús d'alcohol.

### 3. Desenvolupament

→ El professor llança -com a introducció a l'activitat- la següent pregunta: *“Penseu que el consum d'alcohol afecta només a qui en beu o que també pot repercutir negativament en d'altres persones? Per què?”*

→ El grup pensa i comenta casos o situacions en els quals un ús excessiu pot afectar persones que no beuen alcohol, i s'anoten a la pissarra. Algunes de les més freqüents són:

Repercussió	Descripció
Intimidació	Algú que ha begut insisteix massa a una altra persona, no accepta la negativa que ha rebut, s'apropa físicament massa, etc.
Accidents	Si una persona que va intoxicada condueix, un possible accident afecta tots els passatgers o pot també afectar els d'un altre cotxe -al marge de si han begut alcohol o no.
Agressivitat	Les persones amb tendència a l'agressivitat poden veure potenciada aquesta actitud amb el consum d'alcohol.
Intoxicació aguda	Una intoxicació -i encara més quan es tracta d'un coma etílic- provoca que els col·legues hagin de fer d'infermers i se'ls acabi la festa.
Incomoditat	Una persona beguda pot estar especialment “plasta” i inaguantable.

En cas de no sorgir altres repercussions importants, es poden llançar preguntes que ho facilitin.

→ Es divideix la classe en grups de 3 o 4 persones per analitzar una o dues de les repercussions indesitjables que pot tenir l'alcohol en altres persones. Es proposen pautes d'actuació per a les tardes o nits de festa i per al dia següent. A més, i atès que hi ha moltes formes de resoldre o plantejar una situació (en funció del nostre caràcter, el moment pel qual estem passant, etc.), se'ls demanarà que pensin en dues actuacions: una de suau i una altra de més dura. Per exemple: L'amic que t'ha dut en cotxe de festa va begut però vol conduir.

	En calent (quan passa)	En fred (un altre dia)
Proposta suau	Demana-li per favor que doni les claus a una altra persona que no beu alcohol i que també té carnet.	Dir-li que n'aprenem, perquè ni ell ni els altres no hàgim de tornar a passar per alguna cosa així.
Proposta dura	Deixar clar que ell no conduirà. I si no ho entén amb paraules normals, se li haurà de dir amb paraules més fortes.	Dir-li que té dues opcions: - Si és un nen -perquè no reconeix el que fa i actua com a tal-, que no begui alcohol i es quedi en casa mirant la tele. - Si és un adult- perquè decideix el que vol i surt només de festa- que actuï com a tal, sàpiga què fa i no jugui amb la vida de ningú.

→ Debat final i conclusions. A més el professor convida l'alumnat a no haver d'aplicar aquestes propostes per:

- No beure alcohol.
- En cas que es faci, beure de manera que no impliqui negativament altres persones.

#### 4. Temporalització



5 min.	Presentació de l' activitat i pregunta introductòria.
10 min.	Llista de problemes que pot provocar l'ús d' alcohol a terceres persones.
15 min.	Treball en grup.
25 min.	Posada en comú del treball en grups i reflexió.
5 min.	Conclusió final.

Total: 60 min.

## DURANT (EL NUS)

### Quatre idees per al debat final:

L'obra de teatre *Barra Lliure* té un doble objectiu:

- Prevenir l'ús problemàtic de l'alcohol.
- Oferir als joves una experiència teatral enriquidora.

Una vegada finalitzada l'obra, s'obre un espai de debat. Atès que la representació pot realitzar-se simultàniament amb un nombre elevat d'alumnes, pot ser convenient preparar-los prèviament des del centre educatiu sobre com participar en el col·loqui final i recordar alguns aspectes sobre les formes d'assistir a un espectacle.

L'alumnat, en acabar l'obra, pot fer intervencions de diferents tipus:

Pregunta	Valoració	Comentari vivencial	Suggeriments
<i>Us ho passeu bé mentre actueu? Es triga molt a preparar una obra així?</i>	<i>La part que més m'ha agradat és la de mímica. No diuen res, però t'ho diuen tot.</i>	<i>Això, en el meu grup, no passa. Si algú va en moto és perquè té molt clar que no prendrà res.</i>	<i>Estaria bé que hi hagués algú que no begués alcohol. No tots els joves, quan sortim, bebem.</i>

En qualsevol dels casos, convé que les intervencions:

- Es facin utilitzant un volum alt -perquè ens sentin els actors i els companys.
- Siguin breus i clares -sense embuts.
- Siguin constructives i respectuoses.

És important que l'alumnat tingui clar que una representació teatral esgota. Quan les actrius i l'actor obren el debat estan molt cansats i, per tant, agrairan la nostra col·laboració i la dels alumnes.

## **I, encara que ja ho saben, podem recordar un parell de coses sobre l'experiència teatral:**

És important que els nois i les noies tinguin en compte que el teatre:

... no és com veure una pel·lícula: els artistes, que són de carn i ossos, són allà, concentrats en el que fan.

... no només el públic veu i escolta les actrius i als actors; també succeeix a l'inrevés, perquè els artistes veuen i senten el públic (les seves expressions, els seus moviments, els seus comentaris...).

... és una expressió artística que es construeix al moment; ja que tant el públic (amb la seva actitud, les seves reaccions...) com els i les artistes (que adapten cada obra al públic i a la seva reacció) construeixen una representació que cada vegada canvia.

Per això és tan important:

- Estar en silenci (no només per les companyes i els companys, sinó també per la concentració dels artistes).
- Si es té mòbil, tenir-lo apagat.
- Evitar -sempre que sigui possible- aixecar-se del seient.
- Si s'expressa algun sentiment o emoció (riure, sobresalt, etc.), que sigui d'una forma respectuosa.



## DESPRÉS (EL DESENLLAÇ)

### BEC, BEC... QUÉ BEUS?

#### 1. L'obra de teatre *Barra Lliure*

S'analitzen situacions relacionades amb els joves i la festa, en les quals el consum d'alcohol d'uns quants afecta negativament uns altres, i es busquen propostes d'actuació per portar a terme en els espais d'oci.

*Barra Lliure* planteja situacions problemàtiques relacionades amb cert ús de l'alcohol. En concret:

- Conseqüències físiques –intoxicació- i conductes associades al descontrol.
- Conducció -i deixar-se conduir- sota els seus efectes.
- Afectivitat i sexualitat no plenament desitjades.

A partir d'aquí es pot treballar perquè qui begui alcohol, ho faci de manera que eviti aquests problemes.

#### 2. Descripció

Es plantegen situacions relacionades amb els joves i la festa, en les quals el consum d'alcohol d'uns quants afecta altres persones, i es busquen propostes d'actuació.

#### 3. Objectius

- Conèixer quins són els usos de l'alcohol menys problemàtics i més agradables entre els joves que beuen.
- Disposar d'informació per saber què dir-li a un col·lega que consumeix alcohol, quan es vol col·laborar perquè ho faci millor.

## 4. Desenvolupament

→ El professor explica prèviament que aquesta activitat està centrada en la forma de beure alcohol. És possible que molts joves no el facin servir, però els pot ser útil tenir informació de com fer-ho, per dos motius:

- És fàcil que tinguin amigues o amics que sí que consumeixen begudes alcohòliques.
- Potser algun dia decideixin fer-ho.

→ Per temes, es van llançant preguntes a l'alumnat per obrir el debat i la reflexió. El professor dinamitza el debat i pren nota de les propostes a la pissarra:

Tema	Pregunta
Salut	Cervesa o cubata? Amb l'estómac ple o buit? Un sol tipus de beguda alcohòlica o barreges?
Hàbits i costums	Bevent a poc a poc o ràpid? Tots els caps de setmana o alguns? Amb jocs de beure -com la moneda- o cadascú al seu rotllo? Alternant-ho amb begudes no alcohòliques o només alcohol? Bevent tant com es vulgui, o no? Millor quan s'està passant una època bona o una de difícil?
Social i comunitari	Als bars o a les discos? Fabricat aquí o a fora?
Legal	En un local o en una plaça?

→ Posteriorment, comenta les respostes de l'alumnat i les compara amb la informació següent:

Cervesa o cubata?	Millor cervesa, ja que: <ul style="list-style-type: none"> <li>• En tenir menys graduació, és més fàcil controlar-ne els efectes.</li> <li>• És més natural i menys perjudicial per a la salut.</li> </ul>
Amb l'estómac ple o buit?	Millor ple, perquè l'alcohol s'assimila més lentament i és més fàcil de controlar.
Un sol tipus de beguda alcohòlica o barreges?	Millor sense barrejar, perquè barrejant diferents tipus de begudes alcohòliques -especialment quan són destil·lades- és molt més fàcil l'aparició d'intoxicacions (vòmits, marejos...).

<b>Bevent a poc a poc o ràpidament?</b>	Millor a poc a poc, perquè la beguda dura i es valora més, i se'n pot regular més el consum.
<b>Tots els caps de setmana o alguns?</b>	Millor només alguns, perquè quan es beu amb freqüència és més fàcil caure en la rutina i que faci cada vegada menys efecte.
<b>Amb jocs de beure -com la moneda- o cadascú al seu rotllo?</b>	Millor sense jugar, perquè així s'evita beure sense desitjar-ho o dur un ritme per sobre del propi.
<b>Alternant-ho amb begudes no alcohòliques o només alcohol?</b>	Millor anar canviant (per exemple amb un cervesa 0,0%), perquè es pot anar bevent sense prendre massa alcohol.
<b>Bevent tant com es vulgui, o no?</b>	Millor no deixar-se dur tant com vingui de gust o el cos demani, perquè arriba un moment en què ja no se sap què es fa.
<b>Millor quan s'està passant una època bona o difícil?</b>	Millor només en moments bons, perquè l'alcohol en temps difícils pot semblar-nos una solució.
<b>Als bars o a les discos?</b>	Millor als bars, perquè no és tan protagonista i té més importància estar i parlar amb els col·legues, que el que es beu.
<b>Fabricat aquí o a fora?</b>	Millor fabricat aquí, perquè es potencia l'economia local i és més sostenible.
<b>En un local o en una plaça?</b>	Millor en un lloc tancat, perquè beure alcohol en la via pública està sancionat amb una multa.

→ Es finalitza amb una reflexió sobre les idees errònies que es tenien sobre l'ús de l'alcohol i sobre la importància que els joves bevedors les apliquin, i donant el web de referència sobre alcohol i altres drogues: <http://laclara.info>

## 5. Temporalització



5 min.	Introducció i presentació.
10 min.	Plantejament de les preguntes i respostes en gran grup.
15 min.	Comparativa entre les conclusions extretes i la taula annexa.
10 min.	Conclusió i valoració final.

Total: 40 min.

## 6. Diàlegs de l'obra i reflexions

**Víctor-** A la Núria se li'n va anar l'olla. Que si no la paren, es despulla allà davant... Fins i tot van trobar un mitjà a l'ascensor!

**Cristina-** Jo flipava, tan tímida que ha estat sempre la Núria...

**Víctor-** Què entens tu per "puntet"?

**Natàlia-** Doncs tela amb la patacada que et vas donar amb aquest "puntet", ¡si arriba a ser cec...!

**Natàlia-** Tan exagerat va ser? [...] Allò d'anar tota l'estona darrera del Toni...

**Cristina-** Doncs jo l'examen de mates crec que l'he suspès. He portat una altra "birra" per a cada un.

**Cristina-** Estic bé, Natàlia. Sé que donaria positiu si em pareessin, però no vaig borratxa. I a la tornada ja calcularé no beure l'última estona i també podré agafar-la.

L'alcohol sempre desinhibeix?  
 Fins a quin punt volem desinhibir-nos?

On és el límit entre el "puntet" i la borratxera?  
 Amb el "puntet" és senzill veure quan hom pot començar a passar-se?

Perdre els papers és passar-ho bé?  
 Realment se'n gaudeix si l'endemà se sent vergonya?

Es pot beure cervesa com si fos suc?  
 Beure molt alcohol o sortir molt de festa és compatible amb complir amb les obligacions?

Què pot implicar que una persona beguda senti que controla o està bé per conduir?  
 Quin grau de responsabilitat i de consciència es té quan s'ha begut?

## SEX, DRUNK & ROCK'N ROLL

### 1. A l'obra de teatre *Barra Lliure*

*Barra Lliure* planteja el cas d'una de les protagonistes que, sota els efectes de l'alcohol, té una relació amb un desconegut. Aquest comportament repercuteix en la protagonista -en sentir que no ha controlat la situació i se li ha escapat de les mans- i en la seva nova relació.

### 2. Descripció

S'analitza una relació afectiva i/o sexual sota els efectes de l'alcohol, i es plantegen els possibles problemes derivats i solucions per prevenir-los.

### 3. Objectius

- Reflexionar sobre les possibles conseqüències indesitjables de les relacions afectives i/o sexuals sota els efectes de l'alcohol.
- Saber quines mesures prendre per evitar problemes físics i/o emocionals si es beu alcohol.

### 4. Desenvolupament

→ El professor presenta l'activitat i anima l'alumnat a recordar i comentar el final de l'obra de teatre *Barra Lliure*.

→ El grup es divideix per parelles, que imaginin i plantegen un final diferent per a l'obra. Tenint en compte que el desenllaç vist és relativament positiu, haurien de plantejar les pitjors conseqüències possibles en una relació d'aquest tipus i completar la taula següent:

	Conseqüències físiques	Conseqüències emocionals
Conseqüències reversibles		
Conseqüències irreversibles		

→ Es fan grups de 2 o 3 parelles. Cadascú buscarà què es pot fer per evitar les possibles conseqüències indesitjables que s'hagin plantejat. Per exemple:

Situació	Actuació per prevenir-la
Embaràs.	- No tenir sexe amb penetració. - Utilitzar preservatiu. - Si no s'ha fet servir protecció, prendre "la pastilla del dia després".
Infecció de transmissió sexual.	- Practicar sexe amb preservatiu.
Anar més enllà del que es volia.	- No beure tant alcohol per tenir més capacitat a l'hora de conduir la situació.
Penedir-se del què ha passat.	- En cas de dubte o de no tenir-ho clar, no fer cap pas.
Quedar-se sol/a amb algú que no coneixes i que pot aprofitar-se'n.	- Assegurar-se que els amics i les amigues no et deixin sol/a.

→ Posada en comú del treball dels grups.

→ El professor finalitza l'activitat amb les següents conclusions:

- Reforçar la idea que el millor és prendre mesures per evitar que passi alguna cosa indesitjable.
- Recordar que el consum de grans quantitats d'alcohol està directament relacionat amb la pèrdua de consciència i de control.
- Advertir que hi ha algunes conseqüències -com una infecció del VIH- que són irreversibles.

## 5. Temporalització



5 min.	Plantejament i repàs del final de l'obra <i>Barra Lliure</i> .
10 min.	Treball per parelles.
20 min.	Treball per grups.
15 min.	Posada en comú.
10 min.	Conclusions i reflexió final.

Total: 60 min.

## 6. Diàlegs de l'obra i reflexions

**Natàlia-** Ho sento, Víctor, jo... No era conscient del que feia. Saps que tu m'agrades i...

Com pot repercutir, a més, l'alcohol en una tercera persona si es tracta d'una parella?

**Natàlia-** No sé per què ho vaig fer. És que ni em recordo de la seva cara... Jo...

Què passa quan ni un mateix sap el que fa? Com et pots sentir si has tingut una relació amb una persona i després no records com és?

**Cristina-** Bé, però no vau arribar a més, no?

Quines conseqüències podria haver tingut una penetració sense barrera?

# Barra lliure

Fitxes elaborades per Educació Per l'Acció Crítica (EDPAC).



Quan l'alcohol s'ha convertit per a molts joves en un dels ingredients imprescindibles de les festes del cap de setmana, Societat Il·limitada indueix a reflexionar els teus alumnes amb aquest espectacle rotund i proper a la seva realitat.

Després de l'èxit demolidor d'*Amors que Maten*, tornem a commoure els joves amb els temes que els preocupen i els afecten més directament. Un valent muntatge que no els deixarà indiferents.



Agraïm a l'associació PDS, Promoció i Desenvolupament Social, la seva col·laboració desinteressada facilitant orientacions tècniques sobre el tractament del tema de l'alcohol en el guió d'aquesta obra.

## ALTRES OBRES...

Batxillerat

La vida  
es sueño

El Lazarillo  
de Tormes

Mar i  
Cel

Chapeau!

Dr. Jekyll and  
Mr. Hyde



TRANSEDUCA  
INFORMACIÓ I RESERVES  
**902 318 319**

Transeduca, S.L.  
C/ Doctor Valentí Carulla, 9  
08940 Cornellà de Llobregat  
(Barcelona)  
Tel. 902 318 319  
Fax 902 320 321  
info@transeduca.com  
www.transeduca.com