



# ≡ Ruta para Todos ≡

¡Rutas para conocer **Barcelona**  
de una forma distinta!

*[Un proyecto por y para familias]*

DESARROLLADO POR



Y



CON EL APOYO DE



*El Agua de tu Vida*

**Idea creativa del proyecto:**  
Mavi Villatoro y Jennifer Baños

**En colaboración con:**  
Font Vella

**Edición:**  
Mavi Villatoro y Anaïs Orihuela

**Fotos cedidas por:**  
Mavi Villatoro y Anaïs Orihuela

**Diseño de la publicación, ilustraciones,  
gráfica y maquetación:**  
Marta Parra [www.martaparra.com](http://www.martaparra.com)

**Rutas ganadoras diseñadas por:**  
Anna Blasco, Anna Pérez  
y José Luis, el Tano

Estamos convencidos que una Barcelona mejor es posible: más justa, más accesible y más amigable para las familias, sean como sean y tengan las necesidades que tengan.

**Una iniciativa para fomentar el ocio inclusivo en Barcelona.**



Precisamente con este objetivo hemos puesto en marcha Ruta para todos, un proyecto de **Mammaproof, Lazzum y Font Vella**, con el que queremos promover el ocio inclusivo en Barcelona a través de rutas que trasciendan las barreras físicas y psicológicas con las que muchas veces nos encontramos las familias que queremos disfrutar de la ciudad.

Queremos una Barcelona para los niños y sus familias, tan diversas como sean, sin obstáculos ni barreras. **¿Nos ayudas a conseguirlo?**

**Mavi & Jennifer**



**Disfruta  
las rutas  
ganadoras**

¡CLICK!







# El Proyecto

Un proyecto colaborativo con el que buscábamos anfitriones con ganas de compartir su pasión por Barcelona con las familias.

## La convocatoria.

*Un proyecto abierto a todo el mundo.*

En la primera fase del proyecto, lanzamos una convocatoria abierta a través de [www.rutaparatodos.com](http://www.rutaparatodos.com) para que cualquier persona con ganas de emprender una actividad de ocio para familias pudiera proponer su idea de ruta. El resultado de la primera fase: 12 anfitriones como 12 soles.

## Los anfitriones

### de las rutas.

*12 emprendedores con mucho corazón.*

Detrás de cada una de las 12 propuestas que seleccionamos para Ruta para Todos, hay un anfitrión con ganas de compartir con las familias un pedacito de su pasión por

la ciudad. 12 personas con una energía maravillosa y con muchísimas ganas de emprender una actividad social, local e inclusiva. Ellos nos enamoraron con sus ideas y con su entusiasmo, pero para darles forma a las rutas definitivas y hacerlas verdaderamente inclusivas para las familias nos pusimos juntos manos a la obra.



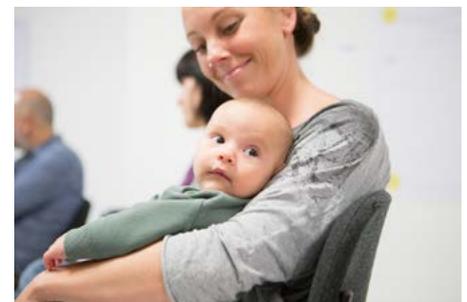
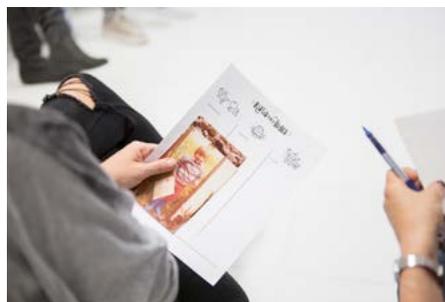
## La co-creación de las rutas.

Una rutas pensadas para familias.

Durante un fin de semana, los 12 anfitriones y los equipos de Lazzum, Mammaproof y Font Vella, trabajamos juntos en dos sesiones de co-creación en las que **detectamos posibles necesidades de las familias y trabajamos para potenciar las propias capacidades de cada anfitrión y de cada ruta para dar respuesta a dichas necesidades.**

¿Cómo podemos garantizar la movilidad en las rutas para cochecitos de bebé o sillas de ruedas? ¿Cómo podemos involucrar juntos a niños y a mayores en las actividades que propongamos? o ¿Cómo generar un ambiente confortable y relajado para que las mamás puedan dar el pecho a los más peques? Estas y muchísimas más cuestiones fueron recogidas y trabajadas entre todos durante la co-creación.

Una vez terminadas estas sesiones, los anfitriones terminaron de definir sus rutas y las entregaron para la fase final de Ruta para Todos. **¿Queréis conocer todas las propuestas?**



**Sesión de co-creación realizada en el espacio de co-working Happy Milk para mamás.**



# ≡ LOS 12 Anfitriones Finalistas ≡

## Ruta #1

### ¡Juguemos!

M<sup>a</sup> Alejandra Aguiar

### Su ruta:

La idea principal de su propuesta era **contribuir a la construcción de los vínculos familiares a través de la pedagogía viva y en un contexto de ciudad**. Su ruta proponía distintos juegos libres en el Poblenou con elementos como telas, cintas, arcilla... En su ruta ¡Jugamos! los niños y niñas encuentran espacios para ser ellos mismos y jugar en la ciudad.

### Palabras clave:

#juego #libre #vínculos  
#familias #barcelona

### Objetivo:

Trabajar la pedagogía viva a través del juego libre en la ciudad.



*M<sup>a</sup> Alejandra es socióloga y educadora infantil, ha participado activamente en proyectos relacionados con la pedagogía viva en la Escola Congrés-Indians y en el Espacio Petit Ateneu.*



Ideas brillantes para una ciudad más inclusiva.

## Ruta #2

### Gràcia con Sentido

Adriana Pérez

#### Su ruta:

La propuesta de Adriana consistía en una gincana por el Barrio de Gràcia con sesión de cine incluida. A lo largo de su gincana, la ruta proponía distintas pruebas que pasaban por lugares emblemáticos del barrio de Gràcia y que se desarrollaban trabajando un sentido específico: prueba del gusto con los ojos vendados en el Mercat de la Llibertat, prueba de tacto en la Escola de Música Vinil, prueba de olfato en la floristería y sesión de cine en el Espai Jove dónde se proyectaban cortometrajes sin imagen y con audiodescripción.



#### Palabras clave:

#sensorial #empatía, #cine  
#barrio #centrocívico #festival  
#lenguadesignos #subtítulos  
#sinbarreras

#### Objetivo:

Explorar la ciudad y el cine desde los 5 sentidos.

*Adriana es periodista, formada en cine documental y participa en varios movimientos y ONG's vinculados a la inclusión social. Ha creado una productora y organiza el Festival Inclús de Cine y Discapacidad de Barcelona.*



## Ruta #3

### El Joc amb els 5 sentits

Anita García

#### Su ruta:

Anita nos proponía una ruta en la que pudiéramos conectar desde los 5 sentidos con la naturaleza de nuestro ecosistema urbano. Todos somos exploradores creativos y gracias a un mapa 5S su ruta nos planteaba descubrir la ciudad mediante pistas que despertaban el ingenio, la inspiración, la diversión... Finalmente, terminábamos en el taller obrador realizando una acción creativa y sensorial.

#### Palabras clave:

#creatividad #5sentidos  
#eCOsistema #espaciopúblico  
#convivencia #infancia



#### Objetivo:

Impulsar acciones co-creativas con los 5 sentidos para transformar nuestra percepción sobre el espacio público.

*Anita es docente y se define como ECOdiseñadora, creativa polifacética, tejedora de sueños y madre de la sonriente Júlía.*



## Ruta #4

### El pulmón verde de Nou Barris

Mari García

#### Su ruta:

La ruta de Mari nos proponía un paseo por el Parc del Turó de la Peira, un precioso enclave del barrio de Nou Barris. Allí nos animaba a encontrar distintas frutas escondidas y a realizar diferentes juegos por el parque. Una vez habíamos recogido todas las frutas, la ruta de Mari continuaba con un picnic familiar para coger fuerzas y seguía con una pequeña ruta por el barrio explicándonos su historia. Terminábamos en la preciosa librería Lluna de Paper con un taller musical, cortometrajes sin imagen y con audiodescripción.



#### Palabras clave:

#naturaleza #paseo #vistas,  
#diversión #tallermusical  
#psicomotricidad

#### Objetivo:

Descubrir el Turó de la Peira y Nou Barris con bebés.

*Mari es una enfermera enamorada de su barrio y mamá de dos niñas pequeñas. Propuso su ruta para todos impulsada por la sensación de falta de actividades para hacer con bebés.*



## Ruta #5

### FAMILYFit

Naiara Celades

### Su ruta:

La ruta de Naiara proponía una sesión de ejercicio físico basada en el juego y que sucedía en el parque de la Ciutadella. Un recorrido por el parque y una sesión de ejercicios en familia con esterillas y juguetes para que los pequeños disfrutarán jugando mientras los mayores hacían ejercicio. Una ruta que promovía hábitos de vida saludable en familia.

### Palabras clave:

#deporte #ejercicio #familia,  
#bebes #hijos #mamas,  
#papas



### Objetivo:

Dar a las familias recursos para hacer ejercicio mientras lo pasan bien y disfrutan juntos.

*Naiara es licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, especialista en Gestión y Dirección de proyectos deportivos y actualmente dirige MAMIfit Barcelona e instruye en Hipopresivos.*



## Ruta #6

### La Factoría del Arte

Dolores Barilari

### Su ruta:

La ruta de Loli proponía un recorrido por talleres y espacios expositivos del Poblenou para acercar la trastienda del arte en Barcelona a adultos y niños. Inspirados por una serie de objetos artísticos que nos acompañarían durante la ruta: un pincel, un marco, unos bigotes de Dalí,... Loli proponía conocer cada uno de los espacios y talleres con los que descubrir las mejores muestras de arte urbano para familias.

### Palabras clave:

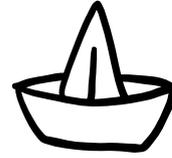
#arte #talleres  
#exposicion #creatividad  
#inspiración #estimulación  
#manualidades #poblenou  
#artistas #historias



### Objetivo:

Conocer talleres y espacios artísticos del Poblenou en familia.

*Loli es licenciada en comunicación y especialista en gestión cultural. Ha sido columnista y ha colaborado con varios medios de comunicación e instituciones culturales. Le encanta el arte y la literatura, y entiende las ciudades y sus historias como procesos íntimos y creativos.*



## Ruta #7

### ¡Conoce a los pescadores y su oficio!

Cristina Caparrós

### Su ruta:

Cristina proponía empezar su ruta en el muelle de pescadores y seguía con un paseo por los espacios asociados al entorno pesquero de Barcelona. Estos espacios daban la oportunidad de descubrir los entresijos del oficio a través de objetos escondidos: redes, barcos, faros, relojes... Su propuesta terminaba con un juego de pesca y una foto familiar. saludable en familia.

### Palabras clave:

#pesca #pescadores  
#pescado #barco #tradición  
#cultura #oficios #mar #redes  
#marinero #capitan



### Objetivo:

Descubrir el oficio de la pesca y la tradición pesquera de Barcelona.

*Cristina es hija de una familia de pescadores del muelle de Barcelona dedicada a la pesca desde hace generaciones. Después del nacimiento de su hijo Max, Cristina creó CAPA MAR un proyecto para para dinamizar y divulgar la cultura y el patrimonio de su familia y del oficio de la pesca.*

## Ruta #8

### Arte Urbano Interactivo

Hissora Linse

#### Su ruta:

La ruta Arte Urbano Interactivo estaba pensada especialmente para familias monoparentales. Mediante un juego de pistas, Hissora nos proponía encontrar obras de arte urbano por la ciudad para reflexionar, comentar e interpretar en familia cada una de ellas. Las pistas de su ruta de Arte Urbano Interactivo iban llegando vía Whats app y la ruta terminaba con un refresco en un bar de moda frecuentado por artistas de la ciudad.

#### Palabras clave:

#street #arte #urbano #calle,  
#mural #graffiti #pistas,  
#interactivo #monoparental  
#singles #spray



#### Objetivo:

Conocer y disfrutar en familia del arte urbano de la ciudad.

*Hissora combina su trabajo como grafista para programas de televisión de TV3 o La Sexta y su colaboración con Médicos Sin Fronteras, con su propia agencia de viajes de aventuras a países exóticos para familias.*





## Ruta #9

### ¡ Deja volar tus sentidos!

Estefania Reina

### Su ruta:

La ruta de Estefanía consistía en encontrar un precioso tesoro mediante un recorrido sensitivo por el parque. Cada familia empezaba con un mapa que proponía encontrar puntos clave utilizando un sentido en particular, en cada punto se obtenía una pieza de puzzle en braille. Una vez superadas las 5 pruebas se unían las piezas y se descifraba la pista que indicaba el escondite del tesoro.

### Palabras clave:

#sentidos #familia #amigos  
#barcelona #actividad #braille  
#parque



### Objetivo:

Explorar los 5 sentidos mediante el juego.

*Estefania trabaja en un proyecto que apuesta por el ocio accesible e inclusivo tanto en entornos rurales como naturales. Un proyecto que cree en la importancia de la educación mediante el ocio para encaminarnos hacia una sociedad que se enriquezca de las diferencias.*



# Las rutas Ganadoras

## 3 rutas que podréis disfrutar este verano

Un jurado formado por Lazzum, Font Vella, Mammaproof y Belén Viloría, seleccionó entre las 12 propuestas finalistas las 3 mejores rutas de Ruta para Todos.



⇒ Mavi ⇒



⇒ Jennifer ⇒



⇒ Alexandra ⇒



⇒ Belén ⇒



¡Sus rutas son una realidad! Y los 3 anfitriones ganadores son los guías de estas rutas tan especiales que compartirán este verano con las familias que se apunten a la experiencia, ellos os enseñarán un pedacito de Barcelona de una forma distinta, divertida y amable.

### ¿Queréis disfrutar de alguna de las 3 rutas ganadoras del proyecto?

No solo son rutas 100% approved by Mammaproof sino que además son un plan perfecto para este verano, toda una experiencia hecha por familias y para familias.



Rutas  
Ganadoras ya  
a la venta

¡CLICK!



←  
A partir  
de 6 años\*



Quiero  
esta ruta

¡CLICK!

# Ruta de los Guardianes de la Memoria de Sants

**(Oficios antiguos en peligro de extinción)**

José Luis Infante

Con José Luis nos adentraremos en familia por los secretos históricos y los oficios tradicionales del barrio de Sants. Su ruta empezará con un misterioso StoryMap que José Luis nos enviara unos días antes.

Una vez en marcha, recorreremos el barrio guiados por nuestro mapa con el objetivo encontrar un tesoro escondido por los Guardianes de la Memoria; por el camino descubriremos rincones maravillosos, conoceremos los talleres y oficios más representativos de Sants y nos convertiremos en exploradores urbanos.

\* Si vienes con niños más pequeños avísanos para que tengamos en cuenta sus necesidades.



**Duración:**

2h

**Palabras clave:**

#historia #cultura  
#patrimonio #turismo  
#exploracionesurbanas  
#cosasquepasan-  
enmibarrío

**Categoría:**

Conocimiento y  
descubrimiento del  
entorno para la infancia.

“Caminando he descubierto tesoros escondidos; personajes únicos y maravillosos e historias sorprendentes, dignas de ser contadas. Y eso es lo que hago: Narrar lo extraordinario de lo cotidiano.”



José Luis es un explorador que recoge sus aventuras en el blog [www.eltano.com](http://www.eltano.com). Sus exploraciones van generando pequeñas rutas de contemplación y descubrimiento del entorno, donde el tiempo no es lo primordial, sino la experiencia de conocer desde otra mirada la historia no oficial y los habitantes de un barrio.



A partir  
de 4 años\*

## Ruta Quin gust té Barcelona?

Anna Pérez

Anna y Bergith nos proponen una ruta que combina la relación entre mayores y pequeños, la conexión con el mercado como lugar social y un taller de experimentación con alimentos: una ruta que promueve hábitos de alimentación saludable y consciente. En esta ruta descubriremos Barcelona a través del sentido del gusto empezando por el mercado de Santa Caterina donde conoceremos su historia, haremos un juego de pistas para conocer distintos alimentos y recogeremos todos los ingredientes necesarios para el taller gastronómico. A continuación, haremos una pausa en la Plaça Sant Just y continuaremos hasta la Plaça Regomir, donde llevaremos a cabo un taller de cocina y experimentación con los alimentos que hemos comprado. Terminaremos comiendo todo lo que hemos preparado mientras compartimos lo aprendido!



\* Si vienes con niños más pequeños avísanos para que tengamos en cuenta sus necesidades.



**Duración:**

3h

**Palabras clave:**

#Barcelonaconniños  
#Juegopistas #Gimcana  
#Alimentaciónconsciente  
#Actividadesenfamilia  
#SantaCaterina

**Categoría:**

Promover hábitos de vida saludables en familia.

“Me gusta mucho la gente y, en especial, la gente pequeña. Creo que debemos aprender mucho de los niños, su curiosidad por las cosas es un tesoro que hay que cuidar mucho durante toda la vida.”



*Junto a otra mamá emprendedora, Anna está empezando con muchísima ilusión un proyecto que lleva por nombre Kids&Cat y que intenta hacer descubrir o (re)descubrir a las familias la ciudad de Barcelona de una forma distinta.*



←  
A partir  
de 5 años\*

👍  
Quiero  
esta ruta  
¡CLICK!

# Ruta Present: Un Paseo Por el mindfulness lleno de ideas Para llevar

Anna Blasco

Una ruta que promueve el mindfulness y la relajación en familia y que propone ejercicios y talleres para que aprendamos juntos a trabajar la conciencia plena.

Gracias a Anna, descubriremos cómo podemos aplicar el mindfulness y la relajación en casa, en el cole o en el trabajo a través de paseos, ejercicios y talleres como el de la “botella de la calma” o el taller de haikus. En esta ruta, pequeños y mayores experimentaremos el mindfulness como herramienta para vivir más conscientemente.

\* Si vienes con niños más pequeños avísanos para que tengamos en cuenta sus necesidades.



**Duración:**

2,5h

**Palabras clave:**

#Mindfulness

#consciencia #consciencia

plena #atención plena

#relajación #haikus

#mindful #sensorial

#paseo

**Categoría:**

Ruta Sensorial (conocer Barcelona a través de los sentidos).



“Creo que el mundo de la consciencia y la espiritualidad nunca debieron separarse del humor y de los ambientes sencillos y distendidos. Me interesa trabajar a través de una psicopedagogía orientada a la prevención y la educación emocional.”



*Anna es educadora social, psicóloga y facilitadora de actividades basadas en mindfulness para niños y niñas, jóvenes y familias en el Espai Familiar y Centre Obert en el que trabaja.*

# Ruta Para Todos

[www.rutaparatodos.com](http://www.rutaparatodos.com)

👍  
Rutas  
Ganadoras ya  
a la venta

¡CLICK!

DESARROLLADO POR



Y



CON EL APOYO DE



El Agua de tu Vida