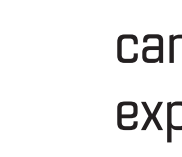


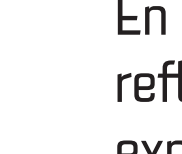
cuadernos de CAMINANTES

Barrio: _____

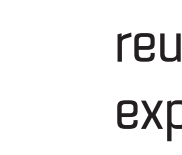
1 ¿Qué es?



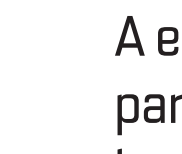
Hola, nosotras somos Cuadernos de caminantes y venimos a compartir la experiencia de aprender de nuestro barrio al caminar.



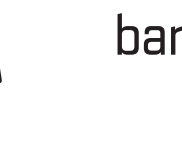
En este cuaderno registrarás todas tus reflexiones y comentarios a partir de tu experiencia al caminar por tu barrio.



Una vez completado individualmente, nos reuniremos y comentaremos los temas, hitos y experiencias que más nos hayan llamado la atención. Y así decidiremos nuestro recorrido grupal.



A este paseo invitamos a la comunidad a participar para compartir nuestra visión del barrio.



Con todo esto podremos aprender todos los barrios que hay en tu barrio.

¿Caminamos?

2 ¿Cómo se rellena el cuaderno?

Hola caminante,

Bienvenido a tu cuaderno. A continuación, te dejamos unas instrucciones de uso para facilitarte su manejo. Y, en cualquier caso, ya sabes, deja que tu imaginación y creatividad te acompañen.

Después de la portada y nuestra presentación vas a encontrar el retrato del caminante, o sea, tú. Aquí podrás dibujarte a ti y rellenar algunos datos con los que personalizarás este cuaderno.

Luego, te proponemos algunas ideas o simplemente inspiraciones que puedan serte útiles en tu paseo.

Posteriormente verás un mapa de tu barrio para marcar tu recorrido, puntos que creas interesantes o relevantes, incluso puntos donde has vivido o visto situaciones que te hayan llamado la atención. ¡D lo que quieras! Ah, y también podrás indicar la hora a la que comienzas y terminas el paseo.

Las siguientes tres páginas están dedicadas a que nos cuentes tu experiencia. En la parte superior puedes expresar libremente tu recorrido, paradas y/o hitos que quieras destacar. Te animamos a que los asocies con los puntos de más abajo: tus emociones (tristeza, alegría, frustración...) y sensaciones (ruidos, olores, sensación térmica, ...). A parte, a pie de página, también tienes espacio para contarnos aquellos impedimentos, o lo que te hizo más cómodo tu paseo. Y por último... ¡Un corazonómetro! Sólo tienes que rellenar de - (menos) a + (más) el cuadrante de cada tema según tu vivencia. Este viene con espacio para describir lo que creas que merece la pena destacar.

¿Completo, verdad? Ya solo queda que mires la última página para ver cuándo compartiremos nuestras experiencias y cerremos con broche de oro con una caminata colectiva.

Y ahora ¡disfruta de tu paseo!

3 Retrato del caminante

Retrato del caminante

Nombre:

Mi edad es de: _____

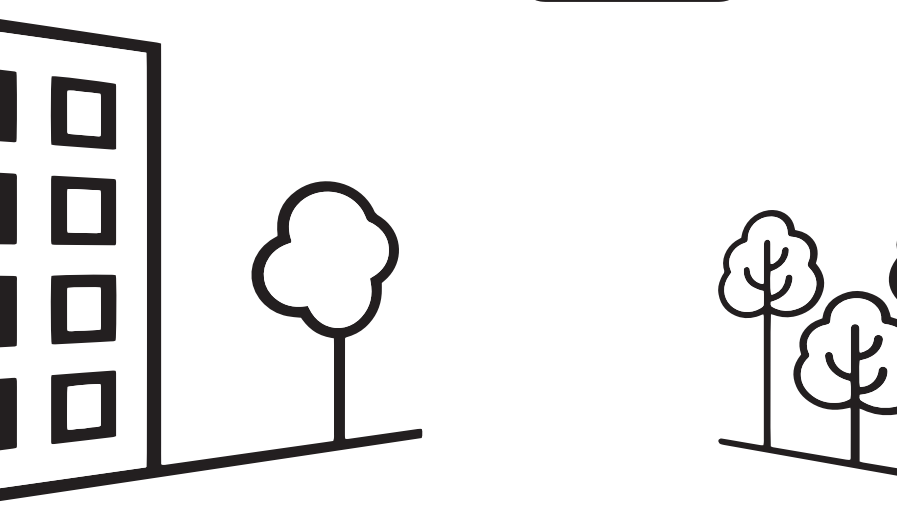
Me dedico a: _____

Vivo en la calle: _____

4 Recomendaciones antes de la caminata

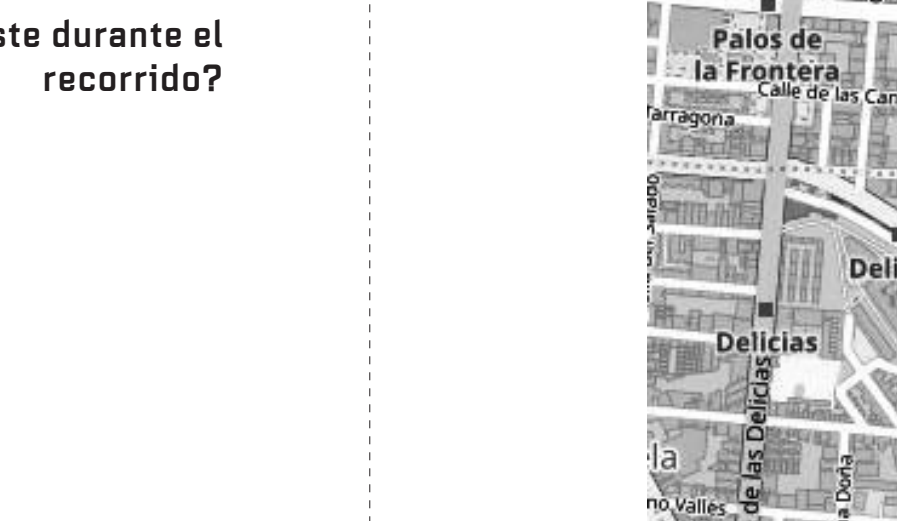
Al caminar tu barrio...

¿Recuerdas el cielo?



¿Recuerdas tus pies?

¿Qué hiciste durante el recorrido?



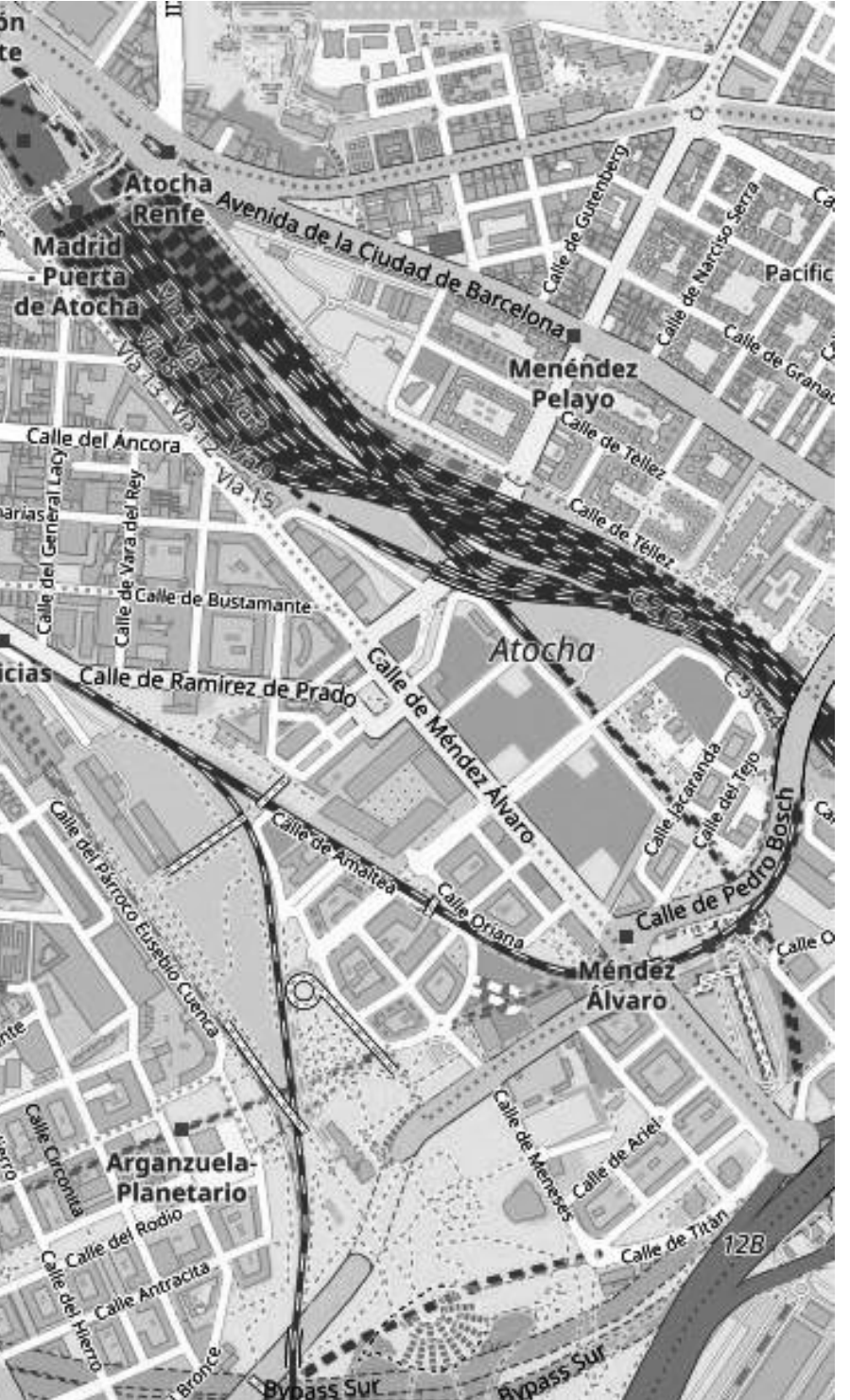
¿Hiciste paradas?
¿Por qué?



5 ¿Por dónde camino?

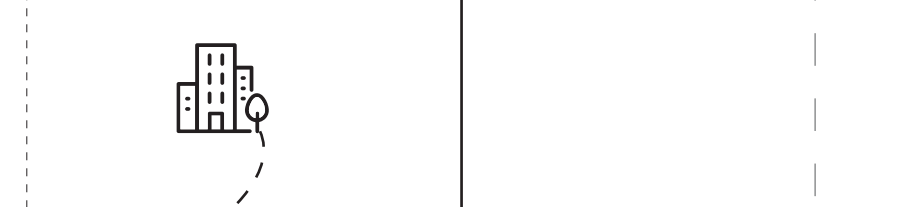
Hora inicial: _____ Hora final: _____

Marca en este mapa tu recorrido. (paradas, momentos importantes, qué te llamó la atención, acciones, lugares)



6 Este es mi recorrido:

En este espacio nárranos tu recorrido de la forma que tú quieras contarlo y asociándolo con los datos que están abajo.



¿Qué recorrido hiciste?



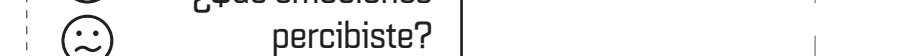
¿Qué emociones percibiste?



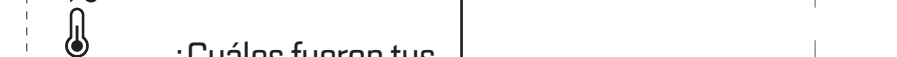
¿Cuáles fueron tus sensaciones?



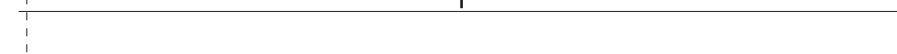
¿Qué dificultó tu caminata?



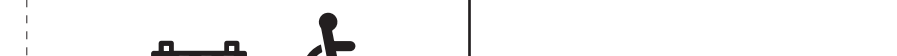
¿Qué facilitó tu caminata?



¿Qué facilitó tu caminata?



¿Qué facilitó tu caminata?



¿Qué facilitó tu caminata?

7 Lo que percibí, sentí o pensé acerca de:

En cada recuadro describe los aspectos importantes de cada tema y en el gráfico central valóralo a partir de tu vivencia.



¿Qué recorrido hiciste?



¿Qué emociones percibiste?



¿Cuáles fueron tus sensaciones?



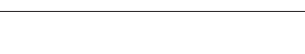
¿Qué dificultó tu caminata?



¿Qué facilitó tu caminata?



¿Qué facilitó tu caminata?



¿Qué facilitó tu caminata?



¿Qué facilitó tu caminata?

8 ¿Has completado el cuaderno de caminantes!

Ahora compartiremos nuestras experiencias con los demás.



Cita de reunión de intercambio



Cita para caminata grupal



¿Nos vemos pronto caminantes!



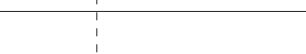
¿Nos vemos pronto caminantes!



¿Nos vemos pronto caminantes!



¿Nos vemos pronto caminantes!



¿Nos vemos pronto caminantes!



¿Nos vemos pronto caminantes!

9 Este cuaderno ha sido realizado en el marco del programa Madrid Escucha de Medialab-Prado durante el mes de abril de 2019 por las siguientes personas:

Promotora:

Agustina Atrio

Mentora:

Rosa Jiménez

Colaboradoras:

Stephanie García

Alicia Perera

Rosa Elena Martínez

José Manuel Lóring

Athanasia Panagiotidi

Juan Azcaráte

La propuesta inicialmente fue presentada por Agustina Atrio (Proyecto Despaseando), Nicole Pumarino Orbeta y Karen Seaman Cuevas (Proyecto La Reconquista Peatonal).

Este cuaderno es una herramienta pensada como parte de una metodología participativa y grupal. Tiene una licencia de Creative Commons que permite, utilizarlo, reproducirlo, y modificarlo con fines no comerciales, citando a los autores adecuadamente y compartiendo su propuesta en los mismos términos.

Si lo utilizas compártenos tu experiencia o dudas a: despaseando@outlook.com

cuadernos
CAMINANTES

MEDIALAB
PRADO

DES
PASEO
ANDINO

LA RECONQUISTA
PEATONAL

Iconografía bajada en therounproject.com: Made, Oemak Dakina, Corpus delicti, Rakash, Magicon, Smalllike, Kim Murray, Heathersabriva, Priyanka, ElRatus, Bluetip Design, Androcaliber, Ruben y, Gonca.