



La Marató de TV3 2021

1. Visualitzeu el vídeo de la fundació de la Marató (7'37'') i reflexioneu sobre aquestes qüestions:

- Què vol dir ser solidari?
- Què penses de la solidaritat?
- Has participat en alguna campanya solidària?
- De quines maneres pots ser solidari que no impliquin despeses econòmiques?

2. Abans de veure el següent vídeo, responeu aquestes preguntes:

- Què vol dir tenir una vida saludable?
- La salut és una qüestió purament física? Per què?
- Quins professionals ens poden ajudar en les diferents patologies o trastorns que pot patir una persona?

3. Ara mireu el vídeo divulgatiu de La Marató 2021.

- Quin tema tracta enguany?
- Què és la depressió?
- Coneixes algú que la pateixi? Quins són els seus símptomes?
- Creus que és important tenir objectius en la vida?

- Quan tens una preocupació o no et sents bé, ho expliques a algú? Menciona tres persones a qui expresses els teus sentiments.
- Parles cada dia amb la teva família sobre com ha anat el dia o sobre com et sents? En quin moment dialogueu?
- Què és la bulímia i què és l'anorèxia?
- Coneixes algun trastorn mental més? Què faries per ajudar a un amic/ga que patís aquest trastorn?
- Què és l'esquizofrènia?
- Per què és important invertir en la investigació d'aquestes malalties?
- Què és essencial per a una bona qualitat de vida?
- Què fas per animar-te quan estàs trist?

4. En grups de quatre persones, componeu un rap com el del final del vídeo que tracti sobre els trastorns mentals.