

Procastiquè?

S'escapa!

Espavila't???

Parla'n



Rutines

# Desenreda't

Passions

Relax

Mou-te!

## El joc de cartes Desenreda't





D!

Reps una notícia sorprenent per WhatsApp. Abans de compartir-la, la contrastes en llocs web oficials i t'adones que és un engany.

No l'envies i guanyes la mitja hora que hauries de dedicar a avisar de l'error als teus contactes.

Espavilat???

Desenredat



D!

Et proposen fer una aposta de 5 € per Internet. Diuen que és una oportunitat segura! Saps que ningú regala res i refuses participar-hi.

Guanyes la mitja hora que et va costar guanyar els 5 € treballant.

Espavilat???

Desenredat



D!

Fas una cerca d'informació a Internet. Contrastes entre els primers resultats i t'adones que la informació està validada per una institució solvent.

Guanyes mitja hora amb la seguretat que no t'equivoques.

Espavilat???

Desenredat



D!

Has rebut un SMS en què et diuen que t'ha tocat un *smartphone* i et demanen les dades personals per enviar-te el regal. No dones les dades perquè t'adones de seguida que es tracta d'un engany.

Guanyes una hora, tot i que segur que et caldria més temps per resoldre la situació en què t'hauries posat!

Espavilat???

Desenredat



D!

Comparteixes una notícia que reps per WhatsApp sense qüestionar-la ni contrastar la informació.

Es tracta d'un engany i, quan te n'adones, perds mitja hora avisant els teus contactes.

Espavilat???

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Has rebut un SMS en què et diuen que t'ha tocat un *smartphone* i et demanen les dades personals per enviar-te el regal. Facilites les teves dades i resulta que és un engany.

Perds una hora intentant resoldre-ho.

Espavilat???

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Has rebut una oferta que sembla interessant per WhatsApp. Cliques a l'enllaç i et bloqueja el telèfon.

Perds una hora portant-lo a arreglar.

Espavilat???

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Avui el grup de WhatsApp bull amb una notícia sobre la suspensió de les classes perquè s'ha espallat la cal·lefació.

Abans de faltar a l'institut, ho comproves al lloc web del centre i t'adones que es tracta d'una broma.

Et sents bé per no haver-te deixat enredar.

Espavilat???

Desenredat



D!

Fa dies que tens al cap una jaqueta que has vist a l'Insta i que t'encanta.

En voldries una d'igual, però tens clar que tu no vols estar tan prima com la model que la porta. En compres una altra que també t'agrada molt i que et queda molt bé.

Espavilat???

Desenredat



**D!**

T'han parlat d'una pàgina porno amb un contingut extrem i tens la temptació de mirar-la.

El que hi trobes et desconcerta i t'incomoda. El teu cos no és així... Recorda que hi ha molts espais on parlar de sexualitat sana!

Espavilat???

**T'has enredat!**  
Desenredat'



**D!**

Al grup de WhatsApp han dit que avui no hi ha entrenament. Guai! Dediques la tarda a veure una sèrie.

T'acabes assabentant que és una broma i et sap greu no haver anat a l'entrenament.

Espavilat???

**T'has enredat!**  
Desenredat'



**D!**

Has rebut un SMS en què et diuen que t'ha tocat un *smartphone* i et demanen les dades personals per enviar-te el regal. Facilites les teves dades i resulta que és un engany.

La por que pugui passar alguna cosa greu et fa sentir molt malament durant tota una setmana.

Espavilat???

**T'has enredat!**  
Desenredat'



**D!**

T'has acabat l'últim bric de llet. No t'hi has pensat gens i has baixat a comprar-ne.

L'endemà t'estalvies el quart d'hora de preparar un esmorzar alternatiu a la llet.

Procrastiquè??

Desenredat'



**D!**

És diumenge, has esmorzat i encara vas en pijama. Si no t'espaviles, faràs tard al partit. No t'hi has pensat gens: et vesteixes i marxes amb temps de sobres.

Arribes mitja hora abans i l'aprofites per comentar la jugada.

Procrastiquè??

Desenredat'



**D!**

Tens la taula plena dels materials que acabes d'utilitzar. No t'hi penses més i els deses abans de posar-te a jugar a la videoconsola.

Guanyes la mitja hora que hauries tardat demà a trobar tot el que necessitaràs entre el caos de la taula.

Procrastiquè??

Desenredat'



**D!**

Acabes de berenar i demà tens un examen. Sense pensar-t'hi gens, et poses a estudiar.

De seguida t'adones que ja controles el tema i et sobra temps per dedicar-lo a fer el que et vingui de gust.

Procrastiquè??

Desenredat'



**D!**

Cada dia trobes coses millors a fer que endreçar l'habitació. Voldries jugar a la videoconsola, però no trobes el comandament enlloc.

Quan el vas fer servir per última vegada hauries tardat un minut a deixar-lo al seu lloc, però ara tardes un quart d'hora a trobar-lo!

Procrastiquè??

**T'has enredat!**  
Desenredat'



**D!**

Heu acordat que avui et tocava rentar els plats del dinar. Quan arriba l'hora de sopar, el més calent és a l'aigüera perquè t'has passat la tarda entreteint-te i deixant-ho per a més tard.

Sopeu mitja hora tard perquè no hi havia plats nets per parar taula.

Procrastiquè??

**T'has enredat!**  
Desenredat'



D!

Fa un mes que has de llegir un llibre. Cada dia trobes una cosa millor a fer i no has complert el calendari de lectura que et vas proposar.

Amb la poca informació que tens, tardes el doble a fer el resum del que hauries tardat si haguessis llegit el llibre.

Procrastiquè?

T'has enredat!  
Desenredat'



D!

Tens la taula plena dels materials que acabes d'utilitzar. No t'hi penses més i els deses abans de posar-te a jugar a la videoconsola.

Gaudeixes de la partida i t'estalvies pensar que tens aquesta feina pendent.

Procrastiquè?

Desenredat'



D!

T'has acabat l'últim bric de llet. No t'hi has pensat gens i has baixat a comprar-ne.

L'endemà t'estalvies el mal humor de llevar-te i trobar que no hi ha llet per esmorzar.

Procrastiquè?

Desenredat'



D!

Aquesta tarda estàs molt atabalada. Tens una pila de coses a fer, totes urgents. No saps per on començar! Preferiries fer qualsevol cosa abans que la feina.

Decideixes entomar les feines pendents d'una en una i te'n surts. Estàs orgullosa de tu mateixa!

Procrastiquè?

Desenredat'



D!

Heu acordat que avui et tocava rentar els plats del dinar. Quan arriba l'hora de sopar, el més calent és a l'aigüera perquè t'has passat la tarda deixant-ho per a més tard.

Els teus companys i companyes de pis s'enfaden amb tu, i això et fa sentir malament.

Procrastiquè?

T'has enredat!  
Desenredat'



D!

D'aquí a vint minuts comença l'entrenament. Encara has de posar-te les vambes i agafar l'aigua. Tens el temps just per arribar a l'hora, però prefereixes acabar els dos minuts de partida.

Arribes tard a l'entrenament i t'adones que has fallat a l'equip.

Procrastiquè?

T'has enredat!  
Desenredat'



D!

T'agrada mirar, estirat al sofà, els vídeos de TheGrefg al YouTube. No te'n canses mai. Avui has quedat per jugar a ping-pong amb una amiga i et poses una alarma a les 17 h perquè t'avisi que és l'hora de marxar.

Arribes d'hora i pots fer una partideta mentre t'esperes.

Sescapal?

Desenredat'



D!

Reps un DM i acceptes una conversa a l'Insta. Un company de l'institut té ganes de xerrar i tens feina. Li comentes que voldries acabar la feina i proposes que us connecteu una altra vegada quan hagis acabat.

Acabes de guanyar mitja hora perquè enllesteixes la feina el doble de ràpid que si haguessis seguit la conversa.

Sescapal?

Desenredat'



D!

No pots deixar de mirar capítols de la teva sèrie preferida. Has quedat amb una amiga i s'acosta l'hora de marxar. Decideixes tancar la tele i ets a temps d'agafar el bus.

T'estalvies la mitja hora que tarda a passar el bus següent.

Sescapal?

Desenredat'



D!

Fa molta estona que mires l'Insta. Com més va, més impressionants són les fotos. Decideixes seguir els perfils que més t'han agradat per tenir-los localitzats i tanques l'aplicació.

Et queda tota la tarda per fer el que vulguis.

Sescapal

Desenredat



D!

Avui has vist tres capítols de la teva sèrie preferida i en vols veure un més perquè necessites saber què passarà. Se't passa la tarda sense haver pogut enllestir la feina abans del termini de lliurament.

L'endemà has de fer la feina a l'hora del pati per poder-la lliurar a temps.

Sescapal

T'has enredat!  
Desenredat



D!

No ets capaç de deixar la partida fins a guanyar almenys un altre combat. Plegues massa tard i se t'escapa l'autobús.

Perds mitja hora esperant el bus següent.

Sescapal

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Demà tens una excursió i has de comprar pa per a l'entrepà. T'has passat tota la tarda al sofà fent lliscar la pantalla i, quan arribes al forn, el trobes tancat.

Perds mitja hora per trobar un altre forn obert.

Sescapal

T'has enredat!  
Desenredat



D!

És l'hora de plegar de jugar al Fortnite. Avui has aconseguit un passió de batalla i noves skins que frises per provar.

T'havies compromès a anar a passejar la gossa i decideixes deixar el joc per a un altre dia. T'encanta passejar amb la gossa!

Sescapal

Desenredat



D!

Tens tantes ganes de continuar la partida que menges de pressa i no fas postres.

Tens gana al cap de poca estona i has de deixar el joc per berenar.

Sescapal

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Avui és diumenge i has aprofitat per posar-te al dia amb la sèrie de què parla tothom. T'hi has passat la tarda. Els primers capítols t'han agradat i cada vegada tenies ganes de veure'n més.

Ha arribat el vespre, ja estàs tip de la sèrie i tens una estranya sensació de buidor.

Sescapal

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Quan arribes a casa vas directa a la videoconsola. Et passa la tarda sense adonar-te'n. Arriba l'hora de sopar i recordes que tenies feines per fer.

No dorms bé pensant que demà quedaràs malament.

Sescapal

T'has enredat!  
Desenredat



D!

T'han proposat fer un curs de fotografia (que t'encanta!) i no veus clar si arribaràs a tot. Decideixes reservar una estona cada dia després de dinar per fer els deures.

Això et permet dedicar una hora a la fotografia sense haver de patir pels estudis.

Rutines

Desenredat



D!

Fa dues setmanes que ha començat el curs i les teves tardes són un caos. A sobre, sents que no arribes enlloc.

Decideixes fer una planificació de les activitats diàries i trobes temps per fer-ho tot i aconseguir temps lliure.

Rutines

Desenredat



D!

Estàs enganxat a la construcció de mons al Minecraft. Per no dedicar-hi tota la tarda, t'has acostumat a quedar a la pista de skate a mitja tarda.

Quan arriba l'hora, deixes el joc i gaudeixes d'una hora de diversió en companyia.

Rutines

Desenredat



D!

És dissabte, demà has quedat per anar a córrer a primera hora del matí. Per no haver de patir quan et llevis, ho deixes tot a punt abans d'anar a dormir.

Guanyes mitja hora i arribes amb temps.

Rutines

Desenredat



D!

Mai no fas a temps les feines que et toquen i això genera discussions a casa cada dia.

Acabes fent la feina igualment i has dedicat mitja hora a discutir amb els pares.

Rutines

T'has enredat!  
Desenredat



D!

És hora de sopar i t'adones que encara has de posar a punt les tasques que cal lliurar demà. Ho fas a corre-cuita.

Et falta temps per veure el capítol diari de la teva sèrie preferida, que dura trenta minuts, per no haver organitzat bé la tarda.

Rutines

T'has enredat!  
Desenredat



D!

No hi ha manera que t'organitzis: cada dia arriba l'hora de sopar i tens la sensació que no has pogut fer tot el que volies. Fas i desfàs, vas i tornes sense fer res de bo.

Quan te n'adones ha passat una hora!

Rutines

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Aquest curs t'has compromès a fer una pila de coses. Això t'angoixa una mica perquè no saps si podràs arribar a tot arreu. Decideixes fer una programació setmanal i veus que, si t'organitzes, ho podràs fer tot i et sobrarà temps.

Et sents molt millor!

Rutines

Desenredat



D!

T'adones que cada dia et costa més arribar a temps als llocs i acabes arribant tard a tot arreu.

Decideixes proposar-te arribar a les activitats amb un quart d'hora d'antelació i et sents molt millor.

Rutines

Desenredat



D!

Cada dia al matí et fas un tip de córrer per arribar a temps. Acabes agafant qualsevol cosa per esmorzar.

Ara t'adones que, si haguessis deixat preparat l'esmorzar la nit anterior, prendries una altra cosa que et ve més de gust per esmorzar.

Rutines

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Demà participes en un torneig important de Clash Royale i decideixes aparcar el telèfon per anar a dormir d'hora. Dorms nou hores d'una tirada. Et trobes estupefactament i sembla que vegis les accions de l'equip contrari abans que passin.

Et classifiques molt ràpidament i tens temps per preparar la final.

Desenredat



D!

Després de les vacances et costa recuperar el ritme de son i cada dia fas el ronso una bona estona abans de llevar-te. Ahir vas decidir anar a dormir més d'hora.

Avui et lleves a la primera i pots dedicar temps a esmorzar molt bé.

Desenredat



D!

Avui et sents cansat i tens el cap molt espès. Tens feina i, havent dinat, decideixes fer migdiada en lloc d'entrar al TikTok, com fas cada dia.

Després de la migdiada et trobes molt millor. Fas tot el que tenies previst i encara et sobra temps!

Desenredat



D!

Ahir vas anar a dormir molt tard mirant sèries i avui t'has adormit. Arribes tard a l'entrenament.

L'entrenadora et fa recuperar el retard amb mitja hora de preparació física quan s'acabi l'entrenament.

T'has enredat!  
Desenredat



D!

No saps anar a dormir sense el telèfon (per si hi ha algun missatge a l'Insta, per donar un cop d'ull al TikTok...). El que ha de ser una estona acaba sent una hora... i fa dies que no dorms bé.

Avui havies de fer un encàrrec i t'has equivocat d'adreça. Tardes mitja hora a anar a l'adreça correcta.

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Vas conèixer uns companys de joc en línia amb qui us enteneu molt bé. Llàstima que es posen a jugar molt tard. T'ho passes tan bé que no t'adones que les hores passen i a vegades quasi no tens temps de dormir. L'endemà, quan vols fer la feina, no hi ha manera de concentrar-te.

Has de dedicar una hora a fer una feina que normalment fas en uns minuts.

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Fa dies que et lleves amb la sensació d'haver reposat perfectament. Avui, un company et ve a trobar amb ganes de discutir. Tu, que el veus a venir, el tractes amb paciència i tot queda en no res.

Acabes d'estalviar-te una baralla!

Desenredat



D!

Avui estàs de molt bon humor. Has dormit perfectament, has esmorzat i ara tornes de córrer. Res no et pot espantillar el dia!

Desenredat



D!

Aquesta nit no has dormit bé. Fa dies que no tens hora per anar a dormir: un dia dorms deu hores, l'altre sis...

Tens la sensació que et costa entendre les coses i el que passa és que no has descansat bé!

T'has enredat!  
Desenredat





D!

T'encanten les sèries! En segueixes tres de diferents alhora: després de dinar, quan tornes de futbol i després de sopar. A vegades s'allarguen i dorms poques hores.

L'endemà estàs tan despistada que no trobes res enlloc i estàs de mal humor.

T'has enredat!  
Desenredat'

Relax



D!

Demà tens un partit de bàsquet important i decideixes anar a dormir d'hora, però t'enganxes a l'Insta i només dorms sis hores.

L'endemà et trobes cansada i sembla que cap passada surti bé. Et sents molt malament perquè no estàs aportant prou a l'equip.

T'has enredat!  
Desenredat'

Relax



D!

Et trobes desanimat i no tens ganes de fer res. Decideixes posar música i ballar una estona.

Quan acabes, estàs de tan bon humor que fas la feina en la meitat del temps. Guanyes una hora per fer el que et vingui més de gust.

Desenredat'

Mou-te!



D!

No suportes escarxofar-te al sofà durant tot el dia com el teu veí. Prefereixes anar a la biblioteca i revisar les novetats del taulell de manga.

Guanyes una estona per trobar-te amb els amics a la biblioteca.

Desenredat'

Mou-te!



D!

T'agrada anar a córrer una estona cada dia. Estàs tan en forma que sempre arribes a l'institut abans que els teus companys.

Guanyes una estona per xerrar amb els altres nois i noies que esperen a la porta.

Desenredat'

Mou-te!



D!

Vius en un cinquè pis i cada dia puges i baixes les escales en lloc d'agafar l'ascensor.

Tens les cames tan fortes que ets una crac defensant al bàsquet. Sempre surts de titular!

Desenredat'

Mou-te!



D!

T'encanta passejar, però cada dia, després de dinar, només tens ganes d'estirar-te davant la tele a mirar sèries.

Perds l'oportunitat de sortir a fer un volt amb els teus amics.

T'has enredat!  
Desenredat'

Mou-te!



D!

La teva colla es troba cada dia al vespre a la pista de skate per patinar una estona. Tu prefereixes quedar-te a casa jugant amb el telèfon.

Fa tant de temps que no hi vas que, el dia que hi tornes, et trobes insegura i tardes mitja hora a recuperar el que sabies.

T'has enredat!  
Desenredat'

Mou-te!



D!

Vius en un setè pis i sempre puges i baixes de casa amb l'ascensor. Ospes! Avui s'ha espantat i no et veus amb cor de pujar a peu.

Perds una hora esperant que l'arreglin.

T'has enredat!  
Desenredat'

Mou-te!





D!

Has aconseguit mantenir durant dues setmanes seguides la rutina que et vas proposar.

T'adones que et sents millor i estàs de més bon humor. Ja quasi ho tens!

Mou-te!

Desenredat



D!

T'encanta ballar. Has decidit dissenyar una coreografia cada setmana i penjar-la a les xarxes. Els teus amics i amigues ja l'esperen cada diumenge!

Això et fa sentir-te en forma i a gust amb tu mateix.

Mou-te!

Desenredat



D!

No t'agrada fer esport. Sempre que pots evites caminar i pujar escales. Et mous motoritzadament: en autobús, en ascensor...

Et sents pesat i poc àgil.

Mou-te!

T'has enredat!

Desenredat



D!

Avui t'han encomanat expressar les emocions de la manera que més t'agradi. Ho fas a través de la teva passió: el dibuix.

Hi guanyes doblement: gaudeixes mentre fas el dibuix i acabes els deures.

Passions

Desenredat



D!

Se t'ha espantat la bicicleta. Ets molt manetes i te l'arregles tu mateixa.

Guanyes l'hora que trigaries a dur-la a reparar.

Passions

Desenredat



D!

Avui us han demanat que penseu com imagineu el vostre futur laboral. Ho tens clar: t'agraden la cuina i la química. Potser treballaràs en temes relacionats amb els aliments i la nutrició.

En un moment tens la feina enllestida i guanyes mitja hora per fer el que vulguis.

Passions

Desenredat



D!

Heu d'anar a una festa i cal que entre totes decidiu les postres. Ets una crac de la cuina i proposes fer-les tu mateixa. Tenen plena confiança en tu i et deixen fer al teu gust.

Com que us heu posat d'acord de seguida, guanyeu una estona.

Passions

Desenredat



D!

Les disfresses són la teva passió. Avui t'has passat la tarda disfressant-te.

Tens l'habitació plena de roba i hauràs de dedicar una estona a endreçar-la!

Passions

T'has enredat!

Desenredat



D!

Avui hi ha una trobada de «bojos per Naruto». Gairebé tota la colla hi van, disfressats dels seus personatges. A tu no t'agraden el Naruto ni les disfresses, i no hi vas.

Passes una hora avorrida fins que no trobes com ocupar la tarda.

Passions

T'has enredat!

Desenredat



D!

Quina mala sort! Ha sortit la cadena de la bici. No saps pas com arreglar-ho. Això d'embrutar-te les mans amb tasques de mecànica no va amb tu.

Dediques una hora a dur la bicicleta a reparar.

Passions

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Durant una excursió es punxa la roda de la bicicleta d'un company. Crisi! A tu t'agrada molt la mecànica i t'ofereixes per arreglar-la.

L'excursió és un èxit i els companys i companyes et reconeixen el favor que has fet.

Passions

Desenredat



D!

L'associació de veïns i veïnes del barri està preparant una obra de teatre. Et demanen si hi vols col·laborar. A tu t'encanta el disseny i els fas una proposta de vestuari fet amb materials reciclats. Tothom et felicita.

Descobreixes que això de dissenyar vestuari et motiva!

Passions

Desenredat



D!

T'encanten els jocs de rol. Ets molt bona i tothom et vol al seu equip. T'agrada molt jugar-hi i acceptes totes les partides.

Quan te n'adones, estàs atabalada de tantes partides com tens pendents i no et queda temps per fer altres coses.

Passions

T'has enredat!  
Desenredat



D!

Fa dies que et volta una idea pel cap. No estàs segur de què és el que et passa i això t'angoixa. Fas una cerca a Internet i trobes molta informació. També trobes el contacte del Servei de Joventut local i decideixes demanar hora per WhatsApp.

Saber que demà veuràs algú que et pot ajudar et fa sentir una mica millor.

Parlah

Desenredat



D!

Avui has pogut parlar amb un professional especialitzat en adolescents i joves. Estàs una mica decebut perquè et pensaves que resoldries el teu neguit a la primera trobada, però tens clar que vols intentar seguir els seus consells.

Et sents millor. Amb la seva ajuda, segur que te'n surts!

Parlah

Desenredat



D!

Fa uns quants dies que estàs preocupada i trobes el moment adequat per compartir-ho amb les amigues. A elles els passa una cosa semblant, alguna ja ho ha passat.

T'adones que la teva preocupació és compartida, que té una sortida, i et sents molt millor!

Parlah

Desenredat



D!

Avui has tingut una entrevista a l'assessoria del Servei de Joventut. Hi anaves amb una mica de nervis, però ha estat molt fàcil i agradable. De seguida han comprès el teu neguit i ja heu posat fil a l'agulla.

Et sents molt millor!

Parlah

Desenredat



D!

Fa dies que et preocupa com et sents. No acabes de trobar-te bé amb les teves relacions i els teus pensaments. Decideixes tancar-te a l'habitació i escriure tot el que et neguiteja.

Tardes uns quants dies, però cada dia és més fàcil i al final ho veus tot més clar. Et sents molt millor!

Parlah

Desenredat



**D!**

Els teus companys i companyes et troben molt decaiguda i insisteixen que hauries de parlar amb algun adult per resoldre el que t'amoïna. Tu no ho veus gens clar perquè penses que has fet alguna cosa malament i no vols que et renyin.

No trobes la solució i el malestar cada vegada és més gran.

Parlan

**T'has enredat!**  
Desenredat



**D!**

Hi ha una preocupació que no et pots treure del cap. Tens por de no estar bé, però no saps què et passa. En voldries parlar amb algú, però tens vergonya.

La situació s'allarga i cada dia et trobes pitjor.

Parlan

**T'has enredat!**  
Desenredat



**D!**

Fa dies que et volta una idea pel cap. No estàs segura de què et passa i això t'angoixa. No en vols parlar amb ningú i fas una cerca a Internet. Trobes molta informació i no saps a quina has de fer cas.

Encara estàs pitjor que abans!

Parlan

**T'has enredat!**  
Desenredat

**Estàs de sort**

Ahir vas dormir estupendament i avui tot et surt rodó. Qualsevol tasca que hagis de fer la pots enllestir en la meitat del temps.

Col·loca aquesta carta sobre una carta de TEMPS que tinguis damunt la taula i el seu valor es multiplicarà per dos.



Desenredat

**Estàs de sort**

Ahir vas dormir estupendament i avui tot et surt rodó. Qualsevol tasca que hagis de fer la pots enllestir en la meitat del temps.

Col·loca aquesta carta sobre una carta de TEMPS que tinguis damunt la taula i el seu valor es multiplicarà per dos.



Desenredat

**Estàs de sort**

Ahir vas dormir estupendament i avui tot et surt rodó. Qualsevol tasca que hagis de fer la pots enllestir en la meitat del temps.

Col·loca aquesta carta sobre una carta de TEMPS que tinguis damunt la taula i el seu valor es multiplicarà per dos.



Desenredat

**Estàs de sort**

Ahir vas dormir estupendament i avui tot et surt rodó. Qualsevol tasca que hagis de fer la pots enllestir en la meitat del temps.

Col·loca aquesta carta sobre una carta de TEMPS que tinguis damunt la taula i el seu valor es multiplicarà per dos.



Desenredat

**Estàs de sort**

Ahir vas dormir estupendament i avui estàs de molt bon humor.

Col·loca aquesta carta sobre una carta de BENESTAR que tinguis damunt la taula i el seu valor es multiplicarà per dos.



Desenredat

**Estàs de sort**

Ahir vas dormir estupendament i avui estàs de molt bon humor.

Col·loca aquesta carta sobre una carta de BENESTAR que tinguis damunt la taula i el seu valor es multiplicarà per dos.



Desenredat

### Estàs de sort

La jugadora de la teva esquerra avui se sent molt generosa. Vol compartir amb tu el seu benestar.

Et dona la meitat de les cartes de BENESTAR que té sobre la taula. Si només en té una, te la dona a tu. Si el nombre de cartes que té és imparell, te'n dona la meitat menys una.



Desenreda't

### Estàs de sort

El jugador de la teva dreta avui se sent molt generós. Vol compartir amb tu el seu temps.

Et dona la meitat de les cartes de TEMPS que té sobre la taula. Si només en té una, te la dona a tu. Si el nombre de cartes que té és imparell, te'n dona la meitat menys una.



Desenreda't

### Estàs de sort

És el teu aniversari i els teus companys volen fer-te un regal.

Pots robar UNA CARTA (la que vulguis) de les que tenen els teus companys sobre la taula.



Desenreda't

### Estàs de sort

És el teu aniversari i els teus companys volen fer-te un regal.

Pots robar UNA CARTA (la que vulguis) de les que tenen els teus companys sobre la taula.



Desenreda't

### Activitat

Anar a un *escape room* amb la @berta.aroca i la @gemmetaladivina.

NECESSITES:

temps

benestar

Desenreda't

### Activitat

Anar a la prèvia del concert del teu grup preferit amb passí VIP.

NECESSITES:

temps

benestar

Desenreda't

### Activitat

Passar un matí a Port Aventura amb la colla.

NECESSITES:

temps

benestar

Desenreda't

### Activitat

Publicar un *edit* al TikTok amb l'ajuda del @RaulRoCo.

NECESSITES:

temps

benestar

Desenreda't

### Activitat

Assistir a un directe de l'Ibai al Twitch.

NECESSITES:

temps

benestar

Desenreda't

## Activitat

Participar en la gravació d'un vídeo amb el teu grup de música preferit.

NECESSITES:



temps



benestar

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Activitat

Passar una tarda en un SPA.

NECESSITES:



temps



benestar

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Activitat

Participar en un torneig d'esports electrònics.

NECESSITES:



temps



benestar

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Jo controlo

Avui t'has llevat generós/osa i decideixes regalar mitja hora del teu TEMPS a qui vulguis.

Això et fa sentir molt bé i aquesta persona et regalarà una de les cartes de BENESTAR que té sobre la taula.

D!

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Jo controlo

Avui t'has llevat generós/osa i decideixes regalar mitja hora del teu TEMPS a qui vulguis.

Això et fa sentir molt bé i aquesta persona et regalarà una de les cartes de BENESTAR que té sobre la taula.

D!

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Jo controlo

Has decidit explorar noves vies per abordar la resolució dels teus reptes.

Intercanvia totes les cartes que tens a la mà amb el jugador o jugadora que triïs.

D!

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Jo controlo

Has decidit explorar noves vies per abordar la resolució dels teus reptes.

Intercanvia totes les cartes que tens a la mà amb el jugador o jugadora que triïs.

D!

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Jo controlo

Sents com arriben notificacions al telèfon. No vols distraccions i desconnectes el so.

Aquesta carta protegeix de qualsevol lladre de TEMPS.

Un cop utilitzada, l'has de posar a la pila de descarts.

D!

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Jo controlo

Sents com arriben notificacions al telèfon. No vols distraccions i poses el telèfon dins el calaix.

Aquesta carta protegeix de qualsevol lladre de TEMPS.

Un cop utilitzada, l'has de posar a la pila de descarts.

D!

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Jo controlo

Arriba el missatge d'un directe de la teva *influencer* preferida. Felicitat absoluta.

Aquesta carta protegeix de qualsevol lladre de BENESTAR.

Un cop utilitzada, l'has de posar a la pila de descarts.

# D!

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Imprevist!!!

Esteu a punt de guanyar un combat a un equip rival. Avui hi ha problemes de connexió i cau la xarxa. Estàs de tan mal humor que l'encomanes a tot l'equip.

Tria una carta de BENESTAR de les que té sobre la taula cada jugador (també una de les teves) i posa-les totes a la pila de descarts.

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Imprevist!!!

Està plovent a bots i barrals, i entra aigua per la finestra de l'habitació. Heu hagut de dedicar el vostre temps a resoldre aquest imprevist.

Elimina UNA HORA de la taula traient una carta de sobre la taula a un sol jugador o jugadora o, fraccionadament, traient diverses cartes a diversos jugadors, i deixa la carta o les cartes a la pila de descarts.

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Imprevist!!!

Has aconseguit una còpia pirata de la darrera versió del teu joc preferit. La comparteixes amb la colla. Però té un virus! Caldrà anar al servei tècnic a solucionar-ho.

Tothom (tu també) traurà UNA HORA del temps que té sobre la taula i la posarà a la pila de descarts. Si algú té menys d'una hora, es descartarà del temps disponible.

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Imprevist!!!

Sona la sirena. Foc!!!  
Es tracta d'un simulacre. A la tornada et confons de lloc.

Tothom s'aixeca de la cadira i s'asseu a la cadira de la seva dreta (les cartes de les mans us les emporteu i jugueu amb les cartes que trobeu sobre la taula).

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Imprevist!!!

Sona la sirena. Foc!!!  
Es tracta d'un simulacre. A la tornada et confons de lloc.

Tothom s'aixeca de la cadira i s'asseu a la cadira de la seva dreta (les cartes de les mans us les emporteu i jugueu amb les cartes que trobeu sobre la taula).

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Estàs de sort

Has trobat un amagatall on ningú et pot destorbar.

Mostra aquesta carta quan et vulguin imposar una acció per anul·lar-la. A la ronda següent hauràs de jugar amb una carta menys.

També es pot utilitzar durant la ronda per eliminar una carta de *scroll*.

Un cop jugada, s'ha de descartar del joc.

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Estàs de sort

Has trobat un amagatall on ningú et pot destorbar.

Mostra aquesta carta quan et vulguin imposar una acció per anul·lar-la. A la ronda següent hauràs de jugar amb una carta menys.

També es pot utilitzar durant la ronda per eliminar una carta de *scroll*.

Un cop jugada, s'ha de descartar del joc.

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Estàs de sort

Has trobat un amagatall on ningú et pot destorbar.

Mostra aquesta carta quan et vulguin imposar una acció per anul·lar-la. A la ronda següent hauràs de jugar amb una carta menys.

També es pot utilitzar durant la ronda per eliminar una carta de *scroll*.

Un cop jugada, s'ha de descartar del joc.

AMPLIACIÓ  
Desenreda't



## Estàs de sort

Has trobat un amagatall on ningú et pot destorbar.

Mostra aquesta carta quan et vulguin imposar una acció per anul·lar-la. A la ronda següent hauràs de jugar amb una carta menys.

També es pot utilitzar durant la ronda per eliminar una carta de *scroll*.

Un cop jugada, s'ha de descartar del joc.



## Estàs de sort

Has trobat un amagatall on ningú et pot destorbar.

Mostra aquesta carta quan et vulguin imposar una acció per anul·lar-la. A la ronda següent hauràs de jugar amb una carta menys.

També es pot utilitzar durant la ronda per eliminar una carta de *scroll*.

Un cop jugada, s'ha de descartar del joc.



## Estàs de sort

Aquesta vegada és veritat. Vas participar en un concurs de la ràdio i t'ha tocat el premi.

Agafa les SIS primeres cartes de la pila de REPOSICIÓ i queda't les DUES que més t'agradin. La següent ronda jugaràs amb una carta més a la mà.



## Estàs de sort

Aquesta vegada és veritat. Vas participar en un concurs de la ràdio i t'ha tocat el premi.

Agafa les SIS primeres cartes de la pila de REPOSICIÓ i queda't les DUES que més t'agradin. La següent ronda jugaràs amb una carta més a la mà.



## Estàs de sort

Et toca obrir un cofre.

Si tens més de QUATRE hores sobre la taula, has d'arris-car-te a VERIFICAR.

Si en tens menys, pots passar la carta a un altre jugador o jugadora que tingui més de QUATRE hores sobre la taula, que haurà de VERIFICAR quan li toqui el torn de joc.



## Estàs de sort

Et toca obrir un cofre.

Si tens més de QUATRE hores sobre la taula, has d'arris-car-te a VERIFICAR.

Si en tens menys, pots passar la carta a un altre jugador o jugadora que tingui més de QUATRE hores sobre la taula, que haurà de VERIFICAR quan li toqui el torn de joc.



## Scroll

Convences un company o companya perquè s'enredi a mirar el TikTok. No pot parar de fer lliscar la pantalla!

Col·loca aquesta carta davant d'un jugador o jugadora i aquest no podrà aconseguir cartes de TEMPS mentre la tingui.



## Scroll

Convences un company o companya perquè s'enredi a mirar el TikTok. No pot parar de fer lliscar la pantalla!

Col·loca aquesta carta davant d'un jugador o jugadora i aquest no podrà aconseguir cartes de TEMPS mentre la tingui.

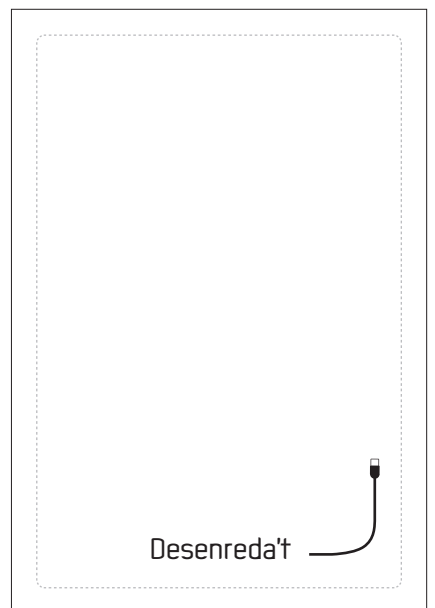
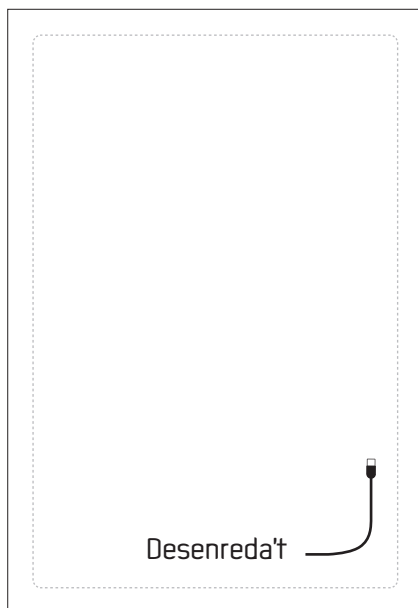
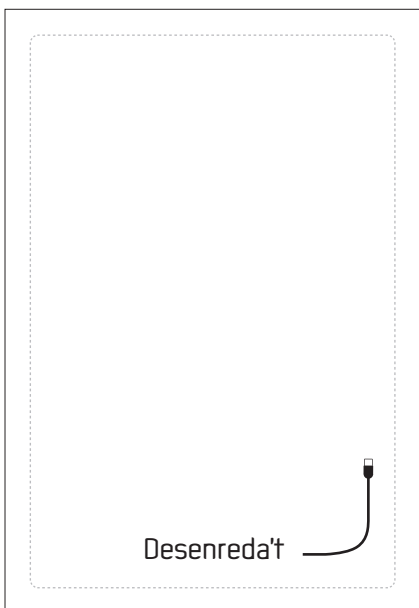
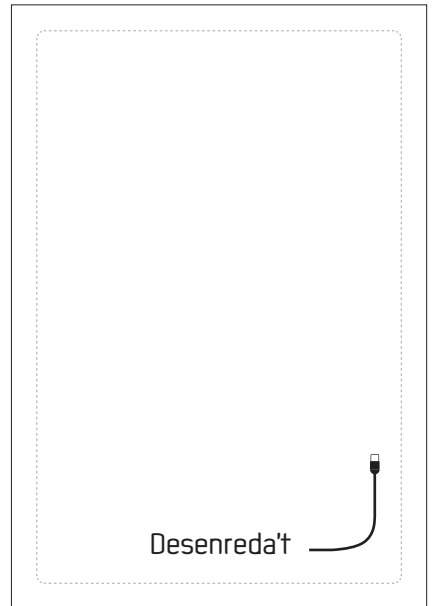
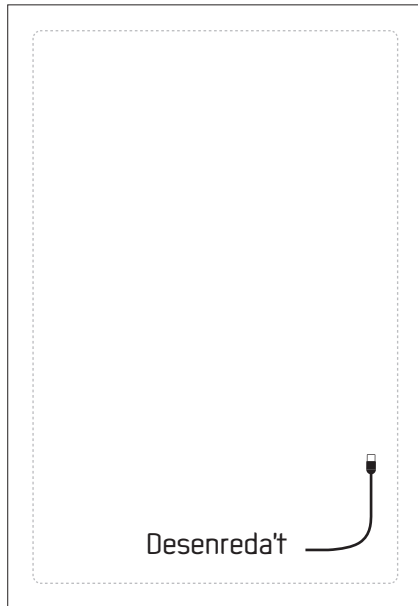
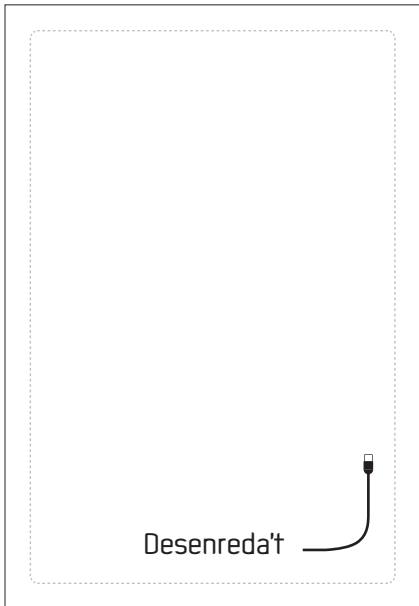
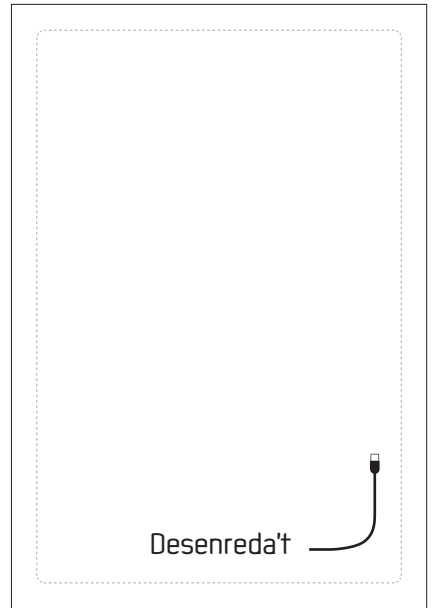
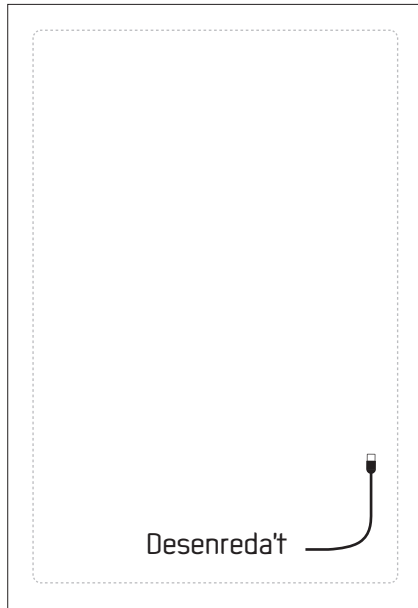
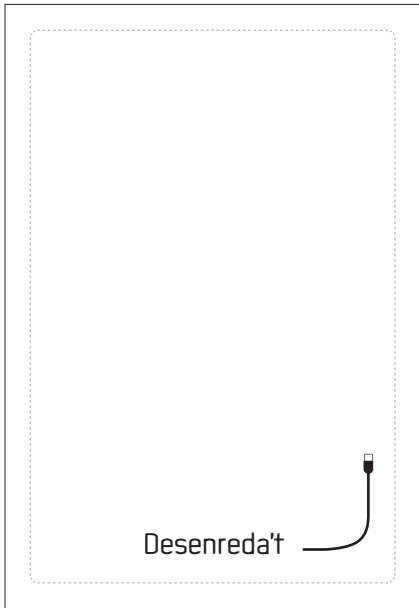


## Scroll

Convences un company o companya perquè s'enredi a mirar el TikTok. No pot parar de fer lliscar la pantalla!

Col·loca aquesta carta davant d'un jugador o jugadora i aquest no podrà aconseguir cartes de TEMPS mentre la tingui.









**Autores:**

M. Teresa Clotet Masana  
Montserrat Clotet i Masana

**Imatges:**

Eva Navarro Campanera

**Idea i coordinació:**

Oficina del Pla Jove. Àrea d'Educació,  
Esports i Joventut de la Diputació de  
Barcelona

1a edició: novembre del 2021

@ de l'edició: Diputació de Barcelona

© dels textos i les imatges: Diputació de Barcelona



**Diputació  
Barcelona**

**Àrea d'Educació,  
Esports i Joventut**

**Oficina del Pla Jove**

Carrer de l'Harmonia 24  
08035 Barcelona  
Tel. 934 022 556  
o.plaj@diba.cat  
www.diba.cat