

Oci i temps lliure

PENSA QUE...

El **temps lliure** és el temps de què disposem un cop acabades les nostres obligacions laborals o educatives reglades, o la realització d'activitats bàsiques de la vida diària (com ara dormir, menjar, higiene personal...).

No obstant això, hi ha activitats que no formen part de la feina o de l'estudi, però que realitzem cada dia dins d'aquest temps lliure. Solen ser activitats domèstiques o familiars (com ara anar a comprar, fer el menjar, desplaçar-nos a un lloc, fer encàrrecs, etc.).



Dins del que anomenem temps lliure, hi ha el temps alliberat que anomenem **OCI**, que és el que implica un temps propi i exclusiu, ja que és el temps lliure que una persona decideix dedicar a activitats per al seu gaudi, benestar i/o satisfacció personal.

Els governs locals i autonòmics i nombroses associacions i entitats sense ànim de lucre desenvolupen programes i projectes d'oci alternatiu dirigits als joves. En aquestes opcions els joves poden realitzar activitats disteses en un clima obert, on es fomenta la integració i la participació, alhora que es propicia l'exercici de la reflexió per a l'acció i l'esperit crític constructiu obert al diàleg; tanmateix, sense descuidar l'aspecte lúdic de les activitats. Són propostes que combinen la diversió amb el foment d'un aprenentatge gradual.

SABIES QUE...

EL COST ECONÒMIC DE L'OCI

Gaudir de la vida i cultivar-se és important per al desenvolupament personal, però moltes vegades aquestes activitats comporten despeses importants. No obstant això, hi ha solucions per als joves que els permeten optimitzar-ne el pressupost. Entre d'altres, trobem certs carnets que els proporcionen molts avantatges. Així, tant el Carnet Jove com el carnet d'estudiant ofereixen descomptes en oci, compres, etc.

CARNET JOVE - EUROPEAN YOUTH CARD

Si no tens més de 30 anys i el sol·licites, els teus transports, viatges, activitats culturals i moltes de les teves compres et sortiran més barates, tant aquí com a la major part dels països europeus. A què esperes?



Si ets un amant dels viatges i les activitats culturals, o si simplement vols gaudir de descomptes en les teves compres diàries sol·licita ja el Carnet Jove - European Youth Card. Hi aconseguiràs importants descomptes en transports, allotjaments, activitats culturals, compres, etc., no només a Espanya sinó també a la major part dels països europeus.

A **Espanya el Carnet Jove** està promogut per l'Injuve i els organismes de joventut de les comunitats autònomes. A Europa, l'òrgan de coordinació és l'Associació Europea del Carnet Jove (EYCA). Aconseguirà més informació sobre els avantatges que t'ofereix aquest document a la teva comunitat autònoma. Si ets jove i vols gaudir-ne més, no pots deixar passar aquesta oportunitat. **Molt important:** Portar el DNI a sobre també pot ser útil en el temps d'oci, perquè hi ha tarifes reduïdes que es poden obtenir en presentar-lo.

RELACIÓ QUALITAT/PREU

Totes les activitats dirigides als joves han de contemplar el fet que aquests no tenen un nivell adquisitiu alt. Les propostes ofertes han de tenir en compte aquesta situació i obrar en conseqüència. Gaudir d'un temps lliure agradable no ha de ser car; és més, moltes de les possibilitats d'oci són completament gratuïtes (la lectura, l'esport, les tertúlies amb amics, etc.).

ELS DRETS DELS CONSUMIDORS EN AQUESTS SERVEIS

El consumidor sempre té uns drets, amb independència de la seva edat i del producte que consumeixi. Alguns d'aquests drets són:

- ✓ Ser atès amb el degut respecte.
- ✓ Obtenir algun document que acrediti els termes de la seva contractació (l'entrada al cinema, per exemple).
- ✓ Obtenir els justificants de pagament corresponents als serveis contractats amb detall de tots els conceptes.

- ✓ Obtenir la facturació del servei d'acord amb els preus establerts.
- ✓ Formular reclamacions i tenir a la seva disposició els fulls corresponents.
- ✓ Sol·licitar el full de reclamacions a l'encarregat de l'establiment si no s'està conforme amb el servei rebut.

INFORMACIONS D'INTERÈS

LA PUBLICITAT DE LES ACTIVITATS D'OCI

La publicitat és una forma de cridar l'atenció del possible consumidor perquè compri algun producte o servei. Encara que la publicitat està regulada per la Llei General de Publicitat, de vegades, resulta enganyosa i pot convertir-se en deslleial. Cal tenir cura amb la publicitat i prestar molta atenció a allò que s'ha ofert, perquè no sempre és el que sembla. Per això, és molt important per a una possible reclamació posterior, a l'hora de contractar un servei o comprar algun producte, conservar la publicitat en què apareix l'oferta.

Publicitat enganyosa i deslleial

La publicitat il·lícita és aquella que atempta contra la dignitat de les persones o vulnera els seus drets i valors.

La publicitat enganyosa és la que tracta d'induir a error al consumidor; ja sigui pels seus efectes econòmics o per l'omissió de dades fonamentals del que publicita. Així, perquè la publicitat sigui enganyosa no cal que es produeixi l'error, sinó només que s'hi indueixi.

La publicitat deslleial és el tipus de publicitat que pretén denigrar, desacreditar o menystenir altres empreses del mateix sector.

Davant els missatges publicitaris amb expressions ambigües o amb promeses excessives és aconsellable exigir més informació. Recordem que el caràcter persuasiu propi de la publicitat impedeix informar de forma objectiva.

Lloguer de vídeo: exemple de publicitat enganyosa

Com a exemple d'allò que s'ha comentat en el punt anterior, tractarem el cas d'un lloguer de vídeo amb publicitat enganyosa.

Un videoclub que anuncia en un cartell una tarifa plana (pagament d'una quota fixa) en el lloguer il·limitat de pel·lícules i videojocs durant un mes, però després matisa, en lletra molt més petita, que aquest lloguer és només per a una pel·lícula o videojoc al dia, estaria cometent publicitat enganyosa. Si només es permet un lloguer al dia, llavors ja no és de forma il·limitada.

Qualsevol associació de consumidors considera que aquest exemple és una mostra de publicitat enganyosa perquè, a causa de les característiques del missatge (el matís del cartell és gairebé imperceptible pel consumidor), l'anunci indueix o pot induir a error als seus destinataris.

OCI I SALUT

Decidir què fer durant el temps d'oci és tan important com qualsevol altra decisió. Les activitats exercides tenen efecte sobre la salut. Segons l'opció escollida, aquests efectes poden afavorir-la o ressentir-la.

En general, gaudir amb els amics, realitzar activitats que exerceixin capacitats, fer esport o excursions, etc., afavoreix l'organisme alhora que pot aportar seguretat en un mateix. No obstant això, decantar-se per l'alcohol o les drogues danya greument la salut. Per això és necessari que les activitats d'oci formin i eduquin els joves en altres àmbits que puguin ajudar-los a realitzar-se completament com a adults. S'han d'oferir activitats atractives i alternatives als joves.

Hàbits saludables relacionats amb l'oci: esports, sortides a l'aire lliure, etc.

Tot i que ja s'han citat algunes activitats que beneficien la salut, encara podem esmentar:

- ✓ Conèixer i viure la natura: cura de plantes i jardineria domèstica, acampades, senderisme, muntanyisme, visites a parcs naturals, rutes ecològiques, etc.
- ✓ Pràctica de l'esport individual (atletisme, esquí, natació, etc.) o col·lectiu (futbol, basquetbol, waterpolo, etc.).

EXEMPLES D'AQUEST TIPUS D'OFERTES

Madrid	L'Ajuntament organitza el programa «La tarde y la noche + joven», dirigit a joves d'entre 12 i 18 en torns de tarda i de nit. Cal pagar 2,10 € per accedir a un dels cinc centres en què transcorren les activitats.
València	Cada cap de setmana s'organitza el programa «A la lluna de València» en quatre centres de la ciutat. Cursos gratuïts.
Lleó	Programa «Es.pabila», on la música és la protagonista, encara que també hi ha altres activitats.
Bilbao	«Bilbao.gaua» és un dels programes amb major activitat dirigit a joves d'entre 16 i 35 anys. Està dividit en dos blocs. Es desenvolupa en set centres tots els divendres i dissabtes.
Santander	L'Ajuntament de Santander organitza el programa «La noche es joven», amb diferents alternatives per a l'oci.
Gijón	L'Ajuntament organitza el programa «Abierto hasta el amanecer», amb una gran varietat de cursos i oci alternatiu.
Càceres	El programa «Abrimos la noche» organitza tornejos i campionats esportius en què es poden guanyar premis en metàl·lic, tallers, acadèmies de balls i estrenes de cinema per 3,50 €. De vegades, se celebra la «Gran Fiesta Light» per passar una nit desenfrenada sense alcohol ni drogues.

Repercussions negatives d'un oci no saludable: alcohol, menjar porqueria, contaminació acústica, etc.

Algunes activitats realitzades durant el temps lliure poden perjudicar la salut dels joves i la de qui els envolten. El **botellón**, castigat actualment per la llei en moltes comunitats autònomes, tampoc no beneficia els més joves, a més que interfereix amb el descans d'altres persones. Les drogues originen greus trastorns a mitjà i llarg termini.

D'altra banda a més de perjudicar la salut, algunes d'aquestes activitats poden generar situacions de risc molt greus, com ara els robatoris o la violència. Saber gaudir del temps lliure no implica fer el que es vulgui en detriment dels altres, i, fins i tot, d'un mateix. Per això, és necessari fer un bon ús del temps d'oci.



QUÈ HI PUC FER, JO?

ALTERNATIVES A L'OCI CONSUMISTA

El gaudi del temps lliure se sol relacionar sempre amb el consumisme i la mercantilització, i moltes vegades provoca la compra de productes, béns i serveis turístics, culturals, esportius i recreatius, etc., de manera compulsiva. No obstant això, hi ha moltes formes d'emprar el nostre temps d'oci i hi ha alternatives molt atractives per poder realitzar un altre tipus d'activitats no consumistes.

Temps per a la comunicació

Els tallers, esports, associacions, classes (de saló, de música, etc.) poden ser un bon al·licient per conèixer gent nova o fomentar els llaços amb les amistats. Totes les aficions es poden compartir. Cultivar l'amistat hauria de ser l'activitat més important del temps lliure.

Temps per a la solidaritat (ONG...)

Desenvolupar activitats solidàries en el temps d'oci aporta:

- ✓ Vivència de l'altre.
- ✓ Participació associativa.
- ✓ Gratuïtat.
- ✓ Voluntarietat.

Aquesta classe d'activitats enriqueixen a nivell personal i permeten contribuir a millorar molts aspectes de la societat. Es poden desenvolupar a través d'associacions: juvenils, ecologistes, pacifistes, de suport al Tercer Món, pro drets humans, d'integració (discapacitats físics, psíquics, minories ètniques), etc.