



Famílies
Dipsalut

CÀPSULES FORMATIVES EN LÍNIA

Abril i maig de 2026



*Sessions amb servei d'interpretació de llengua de signes catalana.

EDUCAR ÉS COMPLEX!
LLAVORS... COM HO FEM?

Gestió familiar de les pantalles



Mireia Espejo
Figuerola.

Sòcia treballadora
de la cooperativa
EdPAC

Quan les pantalles entren amb (més o menys) intensitat a les vides de fills, filles o persones menors que conviuen amb nosaltres, tot són preguntes.

En aquesta càpsula es plantejaran i treballaran **situacions quotidianes relacionades amb el mòbil, l'ordinador, els videojocs o les xarxes socials**.

S'exposaran **els usos, els mals usos i/o usos problemàtics de les pantalles** i es tractaran els riscos associats. Es reflexionarà conjuntament sobre **pautes educatives i límits**, així com sobre propostes específiques per aplicar.

Càpsula per a referents adults amb infants a càrrec (entre 6 i 12 anys).

ESCU LL EL DIA QUE ET VAGI MILLOR:

- Divendres 10 d'abril, de 10:00 a 12:00 h
- Dijous 16 d'abril, de 12:00 a 14:00 h
- Dimecres 22 d'abril, de 18:00 a 20:00 h
- Dilluns 4 de maig, de 18:00 a 20:00 h

- Dimarts 5 de maig, de 12:00 a 14:00 h
- Dimecres 13 de maig, de 17:00 a 19:00 h
-  * Dimecres 20 de maig, de 17:00 a 19:00 h

Si no t'haguessis fet la foto!

Prevenió de les violències sexuals i el **sexpredding** a l'adolescència

Com puc parlar de sexualitat amb les persones adolescents?

Quin paper hi juguen les xarxes socials? Què és el **sexpredding**?

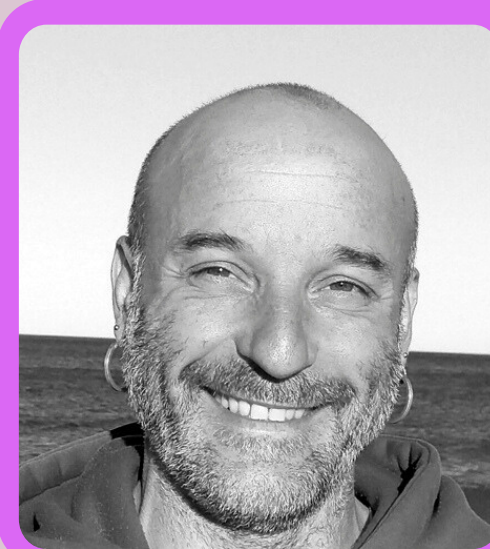
Com podem **prevenir les violències sexuals** i què podem fer les famílies en l'erradicació d'aquestes?

En aquesta càpsula volem generar un **espai de confiança on compartir** dubtes, inquietuds, **experiències i recursos** davant la prevenció de les violències sexuals amb la gent jove.

Càpsula recomanada per a
persones que conviuen amb
adolescents i/o tenen adolescents
a càrrec.

ESCU LL EL DIA QUE ET VAGI MILLOR:

- Dimarts 14 d'abril, de 18:00 a 20:00 h
- Divendres 24 d'abril, de 12:00 a 14:00 h
-  * Dimecres 29 d'abril, de 17:00 a 19:00 h
- Dimarts 5 de maig, de 17:00 a 19:00 h



Martí Gallofre
Garreta



Carmen Atienza
Del Castillo

Socis i formadors de la Cooperativa Candela

- Dilluns 18 de maig, de 18:00 a 20:00 h
- Dijous 21 de maig, de 10:00 a 12:00 h
- Dimecres 27 de maig, de 18:00 a 20:00 h

Inscripcions: <https://families.dipsalut.cat>

Places limitades