



# CATÀLEG DE SERVEIS: TALLERS FORMACIONS I XERRADES 2025



## CONTINGUT:

En aquest catàleg podreu consultar les activitats que oferim en matèria de prevenció de violències (masclista, homofòbica, digital...), d'educació sexual i afectiva, cura emocional, alfabetització... adreçades a adolescents, joves, persones adultes, famílies, com també formació adreçada a equips professionals.





# TALLER: AFECTIU-SEXUAL

Adaptat a cada franja  
d'edat.

Presencial  
2 hores



Per a treballar conceptes clau de la sexualitat i l'afecte que construeixen relacions sanes.

Promoure l'educació afectiu sexual per a la vivència positiva d'una sexualitat saludable i la prevenció de la violència de gènere.





# TALLER: DIVERSITAT SEXUAL

Sessió formativa en matèria d'igualtat, en la qual s'ofereix informació sobre la diversitat sexual, expressió de gènere, orientació sexual, així com casos pràctics que ens permetin analitzar i reflexionar sobre la construcció de la identitat de gènere.

Adaptat a cada franja d'edat.

Presencial  
2 hores





# TALLER: PREVENCIÓ VIOLÈNCIA DE GÈNERE



Adaptat a cada franja  
d'edat.

Presencial  
2 hores

Mites com "l'amor tot ho pot" o "l'amor és possessió i exclusivitat", creences en què "tenim un amor predestinat" o que "l'amor és el més important" i requereix d'un lliurament total a l'altra persona", ficcions que poden arribar a provocar l'acceptació o justificació de comportaments clarament abusius i ofensius.

Treballar sobre els falsos mites, ens servirà per poder educar fent prevenció de la violència de gènere.





#METOO

Adaptat a cada franja  
d'edat.

Presencial  
2 hores

## TALLER: QUÈ SÓN LES VIOLÈNCIES SEXUALS?

Saber distingir i diferenciar les situacions d'assatjament sexual, agressió sexual i abús sexual.

Aquests tipus de violències la societat en la que vivim ens ensenya a normalitzar-les i hem d'educar tant a les nenes com als nens ens saber-les distingir per saber que no s'han de permetre, ja que limiten la vida de les dones i la seva confiança a sortir sense por.



**TALLER:**

**PORNOGRAFIA, ENTENENT  
ELS EFECTES A LA VIDA  
REAL**

Comprendre el paper de la pornografia en la vida dels joves.

Analitzar els efectes de la pornografia en les relacions i la salut mental.

Proporcionar eines per a un consum conscient i una visió crítica de la pornografia.

Adaptat a cada franja d'edat.

Presencial  
2 hores





# TALLER: MASCULINITATS POSITIVES IGUALITÀRIES

Explorar i entendre els nous conceptes de masculinitat. Promoure la reflexió sobre rols de gènere i estereotips masculins. Fomentar la construcció de masculinitats més inclusives i saludables.



Adaptat a cada franja  
d'edat.

Presencial  
2 hores



Apte per a joves i  
persones adultes

Formació en línia



# FORMACIÓ: QUÈ ÉS LA VIOLÈNCIA MASCLISTA?



Coneixerem què és el  
cisheteropatriarcat i com  
ha arribat fins avui dia.  
Coneixerem els conceptes  
com els mandats de  
gènere, el binarisme de  
gènere (home-dona) i la  
Interseccionalitat.

# FORMACIÓ: FEMINISME I TECNOLOGIA, QUÈ ÉS LA VIOLÈNCIA DIGITAL



Aprendrem a detectar les violències masclistes digitals més prevalents, així com contribuir a desenvolupar estratègies de prevenció que llaurin el camí per erradicar-les.

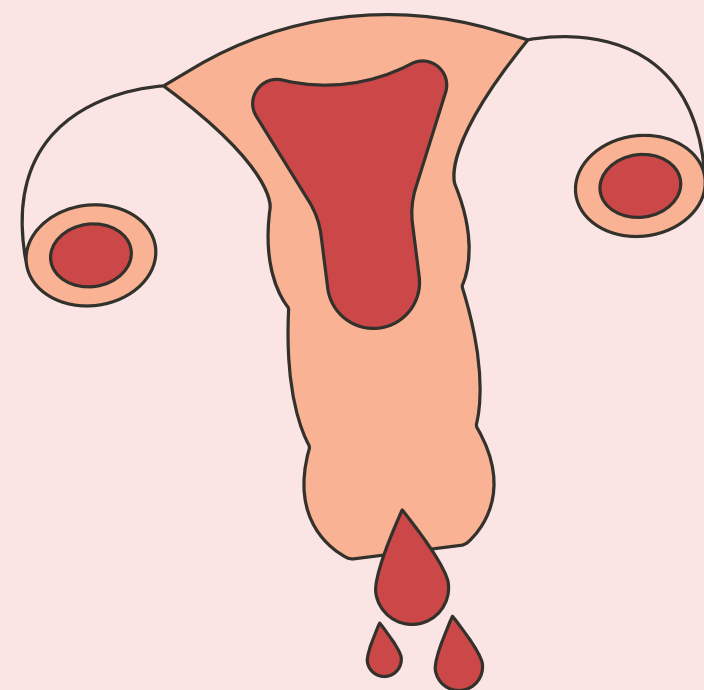
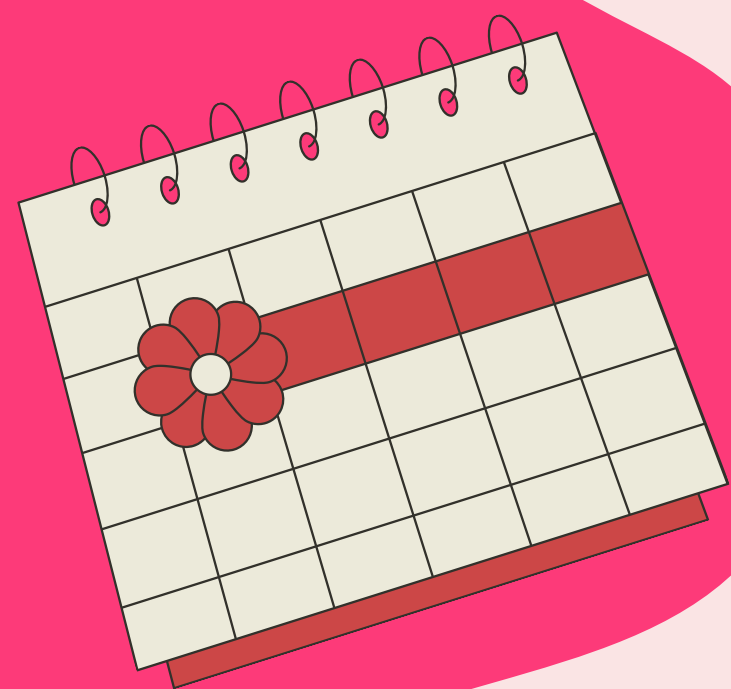
Apte per a joves i  
persones adultes

Presencial  
2 hores

Formació en línia





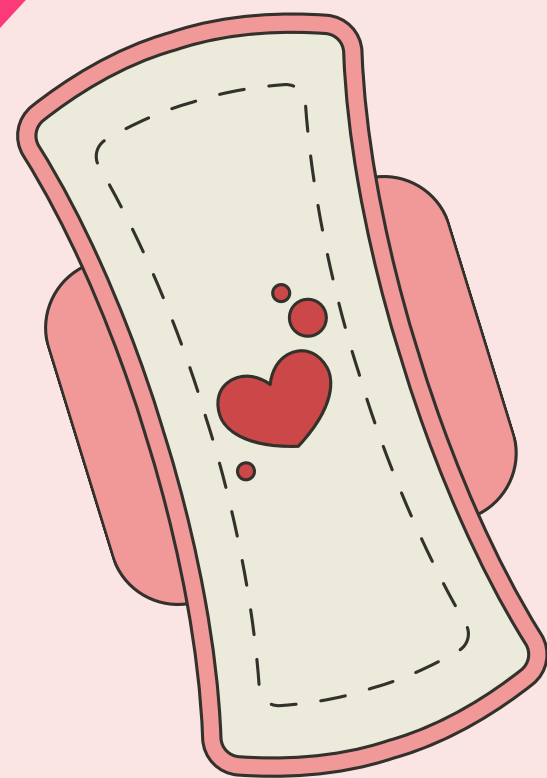


# TALLER: ENTENENT LA MENSTRUACIÓ, MITES, REALITATS I AUTONOMIA

Proporcionar informació  
clara i precisa sobre la  
menstruació.

Desmitificar tabús i  
promoure una visió positiva  
d'aquest procés natural.

Presencial  
2 hores



# TALLER: AFRONTANT LA MENOPAUSA, COMPRENDRE I ENFRONTAR ELS CANVIS

Informar: Proporcionar coneixements sobre la menopausa, els seus símptomes i els canvis associats.

Empoderar: Oferir estratègies per afrontar els canvis físics i emocionals durant la menopausa.

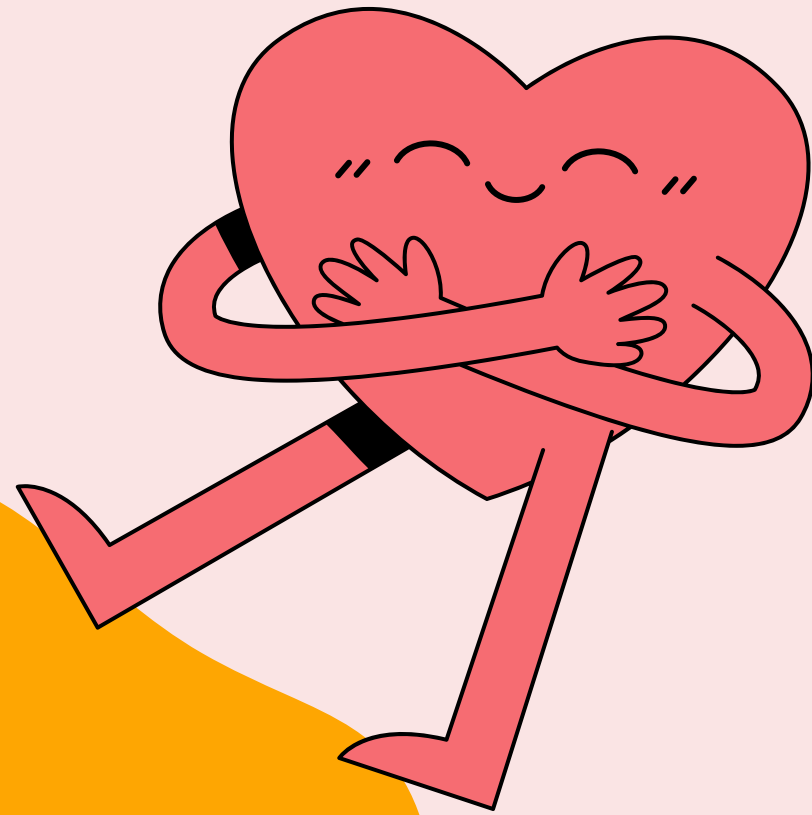
Crear Consciència: Destacar la importància de l'autocura i el suport comunitari durant aquesta etapa.

Presencial  
1 hora i 30 minuts





# SERVEI DE CURA EMOCIONAL ADREÇAT A DONES QUE HAN PATIT VIOLÈNCIA MASCLISTA



Dones de totes les edats

Sessions Presencials  
1 hora i 30 minuts  
cada una

Aquesta iniciativa té com a objectiu principal oferir suport emocional, acompanyament i recursos per ajudar a les persones a sanar i recuperar-se després d'aquesta experiència traumàtica.



# FORMACIÓ: FEMINISTA I TRANSFORMADORA

Adaptat a totes les  
persones que ho sol·licitin

Presencial  
2 hores



Aquesta formació té com a objectiu principal promoure una educació que afavoreixi la igualtat de gènere, la diversitat i la transformació social.





## SERVEI DE PUNT LILA- ARC IRIS:

Aquest servei té com a objectiu principal el de prevenir i reduir les violències sexuals als espais de festa, així com oferir la millor atenció possible a la persona agredida, i la intervenció adequada i proporcionada quan se'n materialitzi una situació de violència masclista o lgtbifòbica.





Apte per a joves i  
persones adultes

Formació en línia  
(curs obert 30 dies)

Presencial  
(20 hores cada Mòdul)

## **FORMACIÓ: MÒDUL B I MÒDUL C (SERVEI PRIMERA ACOLLIDA)**

Adreçat a persones migrades, refugiades o retornades a Catalunya que els permet obtenir el certificat de primera acollida per facilitar el fet de viure i treballar a Catalunya.

Mòdul B: Coneixements de l'entorn laboral.

Mòdul C: Coneixements de la societat catalana i el seu marc jurídic.



# APRENEM CASTELLÀ

Apte per a totes les edats

Presencial



Classes de castellà adreçat a persones migrades.

Aprendre castellà facilita una millor adaptació i per millorar la qualitat de vida, com també per moures per tota la península.

Ser capaç de parlar i entendre el castellà permet una major autonomia.



Apte per a joves i  
persones adultes

Presencial



## **FORMACIÓ: PREPARACIÓ PER A L'OBTENCIÓ DE LA NACIONALITAT ESPANYOLA:**

Adquirir les estratègies necessàries  
per aprovar les Proves de Nacionalitat  
de l'Instituto Cervantes





ث

غ

Dirigit a ens locals  
(ajuntaments, consells  
comarcals, altres  
administracions locals) i  
entitats que ho precisin.

ॐ

卐

## SERVEI DE: TRADUCCIÓ/INTERPRETACIÓ:

- Anglès
- Francès
- Panjabi
- Urdu
- Àrab



Presencial i en línia





PER A MÉS  
INFORMACIÓ:  
[mpcid@avantebre.com](mailto:mpcid@avantebre.com)



MOLTES GRÀCIES!



vanTEbre