

CATÀLEG D'ACTIVITATS DE TUTORIA 2025-2026



Benvolguts/des,

Us presentem el nou catàleg d'activitats de tutoria que oferim des de l'Ajuntament de Manresa, en col·laboració amb diferents entitats de Manresa, als centres d'ensenyament secundari.

Al llarg d'aquest catàleg hi trobareu activitats adreçades a joves que es poden desenvolupar durant les hores de tutoria als diferents centres d'ensenyament secundari. Amb aquest catàleg es pretén donar eines a la gent jove perquè puguin desenvolupar competències, així com fomentar valors com ho són el compromís, el treball en equip, la solidaritat, la tolerància davant la diferència, l'autoestima, etc.

El catàleg està ordenat per cursos escolars, i cada dinàmica consta d'una fitxa en què s'especifiquen els objectius i els aspectes que es volen treballar, les persones destinàries, pressupost, etc.

Si esteu interessats a programar algunes de les activitats del catàleg, cal que us poseu en contacte amb l'Oficina Jove del Bages per correu electrònic: bages@oficinajove.cat, fent la sol·licitud dels tallers o per telèfon al 93 877 13 60 / 676 66 41 42. De totes les activitats escollides, es valorarà la disponibilitat per dur-les a terme i s'informarà la persona responsable del centre d'ensenyament secundari, si està disponible l'activitat.

També us volem informar que si detecteu alguna temàtica, algun aspecte que com a tutors/es us agradaria treballar amb el col·lectiu de joves i no apareix en aquest catàleg, es pot comentar i proposar alguna activitat nova.

Esperem que la proposta us agradi i que, entre tots i totes, puguem facilitar al jovent més eines per donar resposta a les seves inquietuds i així reforçar els valors educatius que es promouen al mateix centre.

Només ens queda desitjar-vos un bon inici de curs 2025-26.

Rebeu una cordial salutació, Oficina Jove del Bages

TALLERS TUTORIA

2025 - 2026



ÍNDEX

IR / 2N ESO

● Som els i les millors	10
● Pàgines grogues	11
● Primers auxilis en la comunicació: l'assertivitat	12
● En x@rx@	13
● Això està que 'bullying' !	14
● És l'hora d'acollir(-nos)!	22
● Errors del sistema: desprogramem el racisme	23
● Consum rebel, consciència crítica	28
● Viatjo amb tu	33
● Aprenem a tenir un estil de vida saludable	35
● Sexualitat i Afectivitat amb Perspectiva de Gènere	36
● La bossa emmiralla't: el més Important és com et mires	39
● Què és el sistema de Justícia Juvenil?	50
● La bossa vermella: benvinguda menstruació	55
● Exposició: Dones defensores dels DDHH	82
● Exposició: Els conflictes armats, la pau dibuixada	84
● Exposició: El tabac sense filtres!	87
● Que no et venguin la llauna!	88

3R / 4T ESO

● Això està que 'bullying' !	14
● Trap, pop i 'reggaeton' conscient!	15
● És l'hora d'acollir(-nos)!	16
● En busca de refugi	21
● Errors del sistema: desprogramem el racisme	23
● Coltan, una guerra a les teves mans	29
● Fast fashion: la roba que mata	30
● Prevenció del Consum i Addiccions	37
● Autoprotecció i Suport Vital Bàsic	38
● Fem un Bon Ús de les Pantalles i de les Xarxes Socials?	39
● La bossa emmiralla't: el més Important és com et mires	40
● Emmiralla't: El més important és com et mires	41
● Emociona't	42
● Dona joc al voluntariat	52
● Coses que passen a l'aula (i al món)	56
● Exposició: dones defensores dels DDHH	82
● Exposició: Siguem refugi	83

4T ESO

● Després de l'ESO, què?	8
● I si no acabo l'ESO, què?	9
● La creativitat	16
● Taller: Sexualitat i vincles	47
● Game over. Incivisme fora de joc!	49
● Una passa endavant!	51
● Diferentment iguals! (Diversitat afectiva, sexual i de gènere)	57
● Desmuntant la violència masclista. Treball de Masculinitats i autodefensa feminista	58
● No estàs sola!	61

TALLERS TUTORIA

2025 - 2026



ÍNDEX

BATXILLERAT / CICLES FORMATIUS

● Presentació del llibre: "Maternitat d'Elna"	17
● En busca de refugi	21
● La comunicació com a eina de transformació social	24
● Coltan, una guerra a les teves mans	29
● Fast fashion: la roba que mata	30
● Taller d'interseccionalitat	31
● Anti-estigma de la Salut mental	43
● Trencant l'estigma de la salut mental en primera persona	44
● Connecta't! Trenquem la solitud	45
● Zona 0	46
● Desmuntant la violència masclista. Treball de Masculinitats i autodefensa feminista	58
● Emocions, sexe i plaer	59
● Oportunitats de mobilitat Internacional per a joves	63
● Ludicompències	66
● Practica les dinàmiques de selecció	67
● Fes que l'intel·ligència artificial potencii el teu CV!	68
● Recerca de feina	69
● Què en saps de cooperativisme?	71
● Exposició: Siguem refugi	83

PER A TOTS ELS NIVELLS:

● Visita al servei de l'Oficina Jove del Bages	7
● Festival CLAM	18
● Un camí d'emocions: del respecte a la cooperació	20
● Aprenem dels conflictes	25
● Taller 1: Aprenem dels conflictes	26
● Taller 2: La comunicació en els conflictes	27
● Imaginem per construir una ciutat més comunitària	72
● Consum conscient i alternatives a Manresa	73
● Seguretat Comunitària	74
● Ruta de l'activisme històric i el suport mutu	75
● Ruta del cooperativisme i el suport mutu	76
● Ruta dels casals i ateneus	77
● Exposició: Qui soc ?	79
● Exposició: Disparant Art	80
● Exposició: Podries ser tu	81
● Exposició: Dona-li la volta al món	85
● Exposició: Temps de canvi	86

PROFESSORAT:

● Com apliquem una perspectiva de gènere i interseccional a la pràctica educativa?	60
--	----

PROPOSTA D'ITINERARI PER TREBALLAR AMB L'ALUMNAT DE SECUNDÀRIA TEMES RELACIONATS AMB:

- LA COHESIÓ GRUPAL DINS L'AULA.
- LA COOPERACIÓ I LA COMUNICACIÓ ASSERTIVA COM A EINA PER RESOLDRE CONFLICTES.
- EL RACISME, PERSONES MIGRADES, DRETS SOCIALS I CONFLICTES QUE ES GENEREN.

CURS	TALLER	ENTITAT
1r ESO	Tallers: "Som els i les millors" : per treballar la cooperació dins l'aula, el treball en equip i la cohesió de grup.	Oficina Jove del Bages
2n ESO	Tallers: "Això està que bullying!" i "taller de aprenem dels conflictes" : es vol abordar temes que poden generar conflictes a l'aula; com per exemple l'assetjament i també treballar els conflictes des d'una participació activa de l'alumnat mitjançant el diàleg, la creativitat en resoldre conflictes i la cultura de la pau.	Oficina Jove del Bages Solidaritat
3er ESO 4art ESO 1er Batxillerat Cicles Formatius de Grau Mitjà	Tallers: "És l'hora d'acollir-nos" i "En busca de refugi" : La proposta està enfocada per parlar dels desplaçaments, problemàtiques de les persones migrades i refugiades. També es vol treballar l'empatia a partir de situar-se en la pell d'una persona obligada a desplaçar-se. En complement destacar l'exposició: "Qui soc?" , el taller "Aprenem dels conflictes" per treballar temes de resolució de conflictes en la comunicació i "Una passa endavant"	Solidaritat Casal de Joves la Kampana Espai Jove

TALLERS TUTORIA
2025 - 2026

OFICINA JOVE DEL BAGES



VISITA AL SERVEI DE L'OFICINA JOVE DEL BAGES

PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 h
LLOC	Oficina Jove del Bages
DESTINATARIS	Tots els nivells
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe

OBJECTIUS

- Donar a conèixer l'Oficina Jove del Bages.
- Apropar el jovent als serveis que des de l'Oficina Jove s'ofereixen.
- Potenciar la proximitat amb aquest col·lectiu.

CONTINGUTS

- Presentació del servei mitjançant una dinàmica participativa de tot el grup.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

- Oficina Jove del Bages.

OBSERVACIONS

- Cal posar-se en contacte amb l'Oficina per reservar la visita al servei, mitjançant el correu de l'Oficina Jove del Bages: bages@oficinajove.cat o trucant al 93.877.13.60 / 676.66.41.42.

DESPRÉS DE L'ESO, QUÈ?

TIPUS D'ACTIVITAT	Xerrada
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 h
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	4t d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Portàtil i projector

OBJECTIUS

Orientar a joves en el seu camí acadèmic en un moment tant decisorí com la finalització de la secundària.

CONTINGUTS

Presentar les diverses opcions d'estudis al finalitzar la ESO, amb opcions enfocades tant per seguir amb uns estudis postobligatoris com per estudis que permeten seguir estudiant sense el graduat.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Oficina Jove del Bages.

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb l'Oficina per reservar la visita al servei, mitjançant el correu de l'Oficina Jove del Bages: bages@oficinajove.cat o trucant al 93.877.13.60 / 676.66.41.42.

I SI NO ACABO L'ESO, QUÈ?

TIPUS D'ACTIVITAT	Xerrada informativa per l'alumnat de 4t de l'ESO que no es graduarà
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 h
LLOC	A l'aula o a l'OJB
DESTINATARIS	4t d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Portàtil i projector

OBJECTIUS

Promoure i mantenir la continuïtat formativa de les persones joves i ajudar-les en el trànsit al mercat laboral.

Informar l'alumnat de 4t de l'ESO que no es graduaran quines opcions/ sortides tenen.

CONTINGUTS

Presentar les diverses accions formatives de la comarca del Bages que tenen la finalitat de millorar la qualificació professional i la capacitat d'inserció laboral de les persones joves. Els principals requisits per participar d'aquestes accions és tenir edat laboral (16 anys) i estar prioritàriament a l'atur.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Oficina Jove del Bages.

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb l'Oficina per reservar la visita al servei, mitjançant el correu de l'Oficina Jove del Bages: bages@oficinajove.cat o trucant al 93.877.13.60 / 676.66.41.42.

SOM ELS I LES MILLORS

TIPUS D'ACTIVITAT	Dinàmiques de grup
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 h
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	1r d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	25
MATERIAL	Ordinador i altaveus

OBJECTIUS

Aprendre la diferència entre competir i cooperar.
Aprendre els avantatges de la cooperació a l'hora d'assolir amb èxit un objectiu comú.
Desenvolupar l'esperit crític.

CONTINGUTS

Concepte de cooperació i competició. Anàlisi de com hem gestionat quan hem competit i cooperat.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE

Oficina Jove del Bages.

OBSERVACIONS

Caldrà la col·laboració dels docents en l'entrada i sortida dels grups a l'aula per vetllar pel silenci de l'alumnat durant l'activitat i el respecte als torns de paraula que s'hi establiran.

PÀGINES GROGUES

TIPUS D'ACTIVITAT	Dinàmica de grup i reflexió
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora o 2 hores depenent del centre
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	1r d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Cartolines retallades petites, cartolina gran, cinta adhesiva

OBJECTIUS

Fomentar el treball en equip. Millorar l'autoestima.
Potenciar les diferents habilitats que hi ha dins el grup classe.

CONTINGUTS

Treball en equip i cohesió grupal per a treballar un objectiu comú. Fomentar la coneixença de les habilitats i competències de cada participant. Coordinació grupal i gestió de recursos dins l'aula.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Oficina Jove del Bages.

OBSERVACIONS

Caldrà la col·laboració dels docents en l'entrada i sortida dels grups a l'aula, així com per vetllar pel silenci de l'alumnat durant l'activitat i el respecte als torns de paraula que s'hi establiran.

PRIMERS AUXILIS EN LA COMUNICACIÓ: L'ASSERTIVITAT

TIPUS D'ACTIVITAT	Dinàmica de grup i reflexió
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	2n d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Fulls reciclats

OBJECTIUS

Millorar la competència comunicativa. Reforçar la comunicació positiva i intel·ligent.

Fer un bon ús del llenguatge per arribar a ser un bon/a comunicador/a.

CONTINGUTS

La comunicació com a eina interactiva. L'assertivitat un estil de comunicació.

L'estil assertiu. La comunicació verbal i no verbal.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Oficina Jove del Bages.

OBSERVACIONS

Caldrà la col·laboració dels docents en l'entrada i sortida dels grups a l'aula per vetllar pel silenci de l'alumnat durant l'activitat i el respecte als torns de paraula que s'hi establiran.

EN X@RX@

TIPUS D'ACTIVITAT	Dinàmica de grup i reflexió
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	2n d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Fulls reciclats

OBJECTIUS

Fomentar el bon ús de les pantalles. Potenciar una bona gestió del temps.

Reflexionar sobre el temps que invertim en l'ús del mòbil i en el que aquest comporta.

CONTINGUTS

Conceptes clau relacionats amb les pantalles i l'ús de les NTIC (algoritme, FOMO) i treballar el concepte de la gestió de temps en relació amb les xarxes i Internet.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE

Oficina Jove del Bages.

OBSERVACIONS

Caldrà la col·laboració de l'equip docent per vetllar pel silenci de l'alumnat durant l'activitat i el respecte als torns de paraula que s'hi establiran.

AIXÒ ESTÀ QUE 'BULLYING' !

TIPUS D'ACTIVITAT	Dinàmica de grup i reflexió
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	2n d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Gomets, fulls blancs, joc veritat /fals

OBJECTIUS

Explicar què és l'assetjament escolar.
Fomentar l'empatia entre els diferents agents implicats.
Prendre consciència del problema i ser resolutiu.
Desmitificar rumors.

CONTINGUTS

Mostrar què és el bullying o assetjament d'una manera pràctica per després poder-ne exposar les diferents variants i els diversos agents implicats. Buscar possibles solucions que pugui trobar l'alumnat.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Oficina Jove del Bages.

OBSERVACIONS

AMPLIEM EXPERIÈNCIES: si es volen ampliar continguts de la mateixa temàtica podeu consultar la fitxa del Taller de Solidaritat: "Aprenem dels conflictes". (pàg.: 25)

TRAP, POP I 'REGGAETON' CONSCIENT!

TIPUS D'ACTIVITAT	Dinàmica de grup i reflexió
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	3r d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Cadires, ordinador, altaveus

OBJECTIUS

Adonar-se del que diuen les lletres del trap, pop i reggaeton.

Ser conscients de la violència de gènere i què s'hi amaga darrere.

Conèixer alternatives dels diferents gèneres musicals

CONTINGUTS

Treballar la violència de gènere, el llenguatge sexista. Ser conscients del que escoltem. Analitzar les lletres de l'estil de música. Donar alternatives musicals sense discriminacions de gènere.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Oficina Jove del Bages.

OBSERVACIONS

Caldrà la col·laboració de l'equip docent per vetllar pel silenci de l'alumnat durant l'activitat i el respecte als torns de paraula que s'hi establiran.

LA CREATIVITAT

TIPUS D'ACTIVITAT	Dinàmica de grup i reflexió
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	4t d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe

OBJECTIUS

Despertar la creativitat com a eina per a la resolució de conflictes.

Fomentar la creativitat en diferents àrees i disciplines. Proporcionar autonomia resolutiva al grup classe.

Aplicar la creativitat a problemes quotidians de l'aula.

CONTINGUTS

Exercicis per connectar els dos hemisferis. La creativitat com a resolució dels conflictes de l'aula, que el grup classe aprengui a ser resolutiu aplicant la creativitat com a metodologia. Proporcionar les eines necessàries perquè l'alumnat sigui autònom en la presa de decisions.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Oficina Jove del Bages.

OBSERVACIONS

Caldrà la col·laboració de l'equip docent per vetllar pel silenci de l'alumnat durant l'activitat i el respecte als torns de paraula que s'hi establiran.

PRESENTACIÓ DEL LLIBRE: 'MATERNITAT D'ELNA'

TIPUS D'ACTIVITAT	Conferència/presentació
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Indiferent
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora i 30 min per grup
LLOC	A l'aula o a la biblioteca
DESTINATARIS	Alumnes de 1er de Batxillerat
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Pantalla gegant, projector, ordinador amb so

OBJECTIUS

Donar a conèixer la història de la Maternitat d'Elna a través de la seva autora.

Apropar al jovent fets de la guerra Civil a través dels testimonis de l'exili i les protagonistes de la Maternitat d'Elna.

CONTINGUTS

Descripció de l'exili en el marc de la Guerra Civil espanyola.

La Maternitat d'Elna, la resposta al drama. La figura d'Elisabeth Eidenbenz.

La Maternitat d'Elna: uns valors pedagògics permanents (la solidaritat, la generositat, el treball en equip i el pacifisme).

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Oficina Jove del Bages– Assumpta Montellà.

OBSERVACIONS

L'activitat de la xerrada sobre la Maternitat d'Elna té un cost de 150 euros que anirà a càrrec dels instituts que la sol·licitin.

FESTIVAL CLAM: EL CINE COM A MITJÀ DE REFLEXIÓ

PERÍODE D'EXECUCIÓ	20-24 octubre
DURADA DE L'ACTIVITAT	2.30 h
LLOC	Cines Bages Centre/Auditori Navarcles
DESTINATARIS	ESO, Batx. i C.Form.
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe

OBJECTIUS

Donar a conèixer el cinema social i d'autor durant la celebració del Clam, Festival Internacional de Cinema Social de Catalunya.

Presentar altres realitats al jovent que els condueixin a fer un exercici d'escolta, empatia i reflexió.

Potenciar el coneixement del llenguatge cinematogràfic com a mitjà creatiu i expressiu.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Associació Clam, Societat i Cinema.

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb el responsable del programa educatiu del Clam per triar la pel·lícula i reservar el matí de projecció, mitjançant el correu programa_educatiu@clamfestival.org o trucant al 625 05 35 83.

CONTINGUTS

Presentació d'un cicle de pel·lícules que permet treballar sobre la memòria històrica aplicada al sud global.

Dossier pedagògic i dinamització d'una persona/entitat convidada o professional del festival per cada pel·lícula del cicle.



**Festival Internacional
de Cinema Social
de Catalunya**

TALLERS TUTORIA
2025 - 2026

SOLIDARITAT



UN CAMÍ D'EMOCIONS: DEL RESPECTE A LA COOPERACIÓ

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera	DESTINATARIS	tots els cursos d'ESO i Batxillerat
TIPUS D'ACTIVITAT	Itinerari guiat	NÚM. DE PARTICIPANTS	30 alumnes màxim
TEMÀTICA	Memòria històrica, emocions i pau	MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Només venir amb roba adient segons la temperatura del moment.
PERÍODE	Tardor i primavera		
DURADA	2 hores (ruta per la ciutat)		En cas de pluja el taller se suspèn.
LLOC	Itinerari: ruta per la ciutat. S'inicia a l'estàtua d'AMAT I PINIELLA al Casino i acaba a la Plaça Major (Ajuntament) o al Call Jueu (Baixada dels drets)		

OBJECTIUS

Reflexionar sobre el concepte de respecte des de diferents dimensions: cap a un mateix, cap als altres i cap a la natura, partint de la memòria històrica i fets que van succeir a casa nostra com la Guerra Civil, desplaçaments forçosos i tot allò que genera divisió social.

Conèixer diferents petjades culturals i ideològiques a la ciutat i veure com han condicionat les relacions entre les persones i l'evolució de la ciutat.

Debate com condicionen els valors a la vida diària dels joves i quina relació tenen amb el fet de conviure amb persones procedents d'altres cultures. Som un poble acollidor?

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa.

CONTINGUTS

A partir de dinàmiques es treballa amb l'alumnat la seva autoimatge, la relació amb els altres i el seu paper en

el món. Es treballen els conceptes de respecte, llibertat d'expressió i pensament, la defensa dels drets humans, la pau interior, la identitat personal i col·lectiva i l'acollida.

Ruta guiada de 2 hores de durada pel camí del Respecte, visitant: l'escultura Amat-Piniella a la biblioteca del Casino, l'Escultura de L'acollida a la Plaça Fius i Palà i la Baixada dels Jueus.

OBSERVACIONS

L'inici i el final de l'activitat no és al mateix punt. Cal que l'equip docent acompanyi el grup al llarg de l'activitat.

EN BUSCA DE REFUGI

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TIPUS D'ACTIVITAT	Debat a partir d'una presentació Powerpoint
TEMÀTICA	Drets humans i conflictes
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	1 hora i 30 min
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	3r i 4t d'ESO, Batxillerat i Cicles
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Ordinador i projector

OBJECTIUS

Reflexionar sobre els desplaçaments humans i els motius d'aquests i alhora mostrar la diferència entre les rutes de fugida d'unes poblacions envers unes altres.

Treballar l'empatia a partir de situar-se en la pell d'una persona obligada a desplaçar-se partint d'experiències reals.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

OBSERVACIONS

Cal que l'equip docent acompanyi el grup al llarg de l'activitat.

CONTINGUTS

Aquest taller vol mostrar experiències de persones reals en temps de guerra i en el moment que han hagut de fugir del seu país.

Explicuem les causes de les migracions, definim què vol dir "persona refugiada", tot analitzant les polítiques de migració europees i com, aquestes, afecten a la creació de les vies de fugida. Son segures i/o legals?

Quina diferència hi ha hagut en les vies de fugida d'una persona d'Ucraïna i una altra que fugia de la guerra de Síria? I ara amb Palestina? Com actua la Unió Europea? Qui ho té més senzill per fugir i, un cop en terreny segur, en ser acceptat a la terra d'acollida?

ÉS L'HORA D'ACOLLIR(-NOS)!

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TIPUS D'ACTIVITAT	Debat i dinàmica a partir d'una presentació Powerpoint
TEMÀTICA	Drets humans i conflictes
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	1 hora i 30 min
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	1r i 2n d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Ordinador i projector

OBJECTIUS

Diàleg a l'aula per la cultura de la pau en l'actual situació de diversitat cultural entre persones de diversos orígens a casa nostra.

Aquest taller pretén generar diàleg a l'aula, fomentant la informació tant de les comunitats migrades com el sentir de la comunitat autòctona.

Pretenem generar un espai segur per, a través del diàleg, generar empatia cap a totes aquestes realitats i entendre els processos migratoris, especialment del sud global i l'impacte que estan tenint en totes les persones.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

OBSERVACIONS

Cal que l'equip docent acompanyi el grup al llarg de l'activitat.

CONTINGUTS

Espai de facilitació grupal a través de dinàmiques on fer aflorar històries i vivències reals dels propis alumnes envers la situació actual en la qual estem vivint aquest context d'unió entre poblacions o cultures.

A partir d'exposar unes informacions relatives a realitats del Sud Global i les causes de certes tipologies de migracions, també exposarem sentiments que han aparegut a les poblacions autòctones envers aquesta nova realitat.

L'objectiu és crear un espai de trobada, treballant l'empatia i reforçant els vincles en comú per a millorar una convivència i la mirada respecte la diferència, potenciant allò que ens uneix com a col·lectiu de persones, estudiants o professors.

ERRORS DEL SISTEMA: DESPROGRAMEM EL RACISME

ENTITAT	Casa Solidaritat i la Pau Flors Sirera/ Casal de Joves La Kampana/ Oficina Jove
TIPUS D'ACTIVITAT	Debat i dinàmica
TEMÀTICA	Drets humans
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	2 hores
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	1r a 4r d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Ordinador, projector i espai per fer una rotllana

OBJECTIUS

Diàleg a l'aula per comprendre el racisme com estructura social, per tal d'entendre les causes dels propis comportaments racistes i alhora fer sorgir propostes a nivell individual per erradicar-los.

Pretenem generar un espai segur per prendre consciència sobre privilegis i opressions, contribuir a generar eines per l'emancipació de les persones racialitzades i sensibilitzar a totes les persones participants.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Secció d'Igualtat i Cohesió Social de l'Ajuntament de Manresa

OBSERVACIONS

Cal que l'equip docent acompanyi el grup al llarg de l'activitat.

CONTINGUTS

A partir de dinàmiques participatives, es treballaran situacions, llenguatges, comportaments, actituds, estereotips i prejudicis racistes. L'objectiu és identificar aquells errors del sistema que perpetuen el racisme de manera sovint invisible però constant, i que es reproduïxen en el nostre dia a dia.

A través del contingut teòric del racisme estructural, es vol sensibilitzar sobre les múltiples manifestacions del racisme i sobre com podem actuar per desprogramar-lo. Ser conscients d'aquests codis apresos és el primer pas per convertir-nos en agents actius en la construcció d'una societat realment intercultural, inclusiva i justa.

LA COMUNICACIÓ COM A EINA DE TRANSFORMACIÓ SOCIAL

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TIPUS D'ACTIVITAT	Debat i reflexió a partir de l'anàlisi de casos
TEMÀTICA	Drets humans i conflictes
PERÍODE	D'octubre a juny
DURADA	1 hora i 30 min
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Batxillerat
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Projector i so

OBJECTIUS

Reflexionar sobre el paper del periodisme i dels creadors de contingut. Reconeixem a nosaltres mateixos com a generadores de nous continguts i parlar de la nostra responsabilitat que se'n genera.

Facilitar eines comunicatives i mirada crítica entenent els mitjans com a generadors de drets humans o legitimadors de violències estructurals i de tota mena.

Facilitar eines comunicatives per combatre els discursos d'odi a través de l'empatia i el trencament dels estereotips vinculats a la comunicació i la manipulació mediàtica.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

CONTINGUTS

Introducció sobre la figura de periodistes i creadors de contingut. Són el mateix? Què els diferencia? Com els "consumim"? Qui ens dona més credibilitat i perquè?

Parlarem de la manipulació mediàtica i sobretot... i nosaltres quina informació transmetem? Quan compartim contingut a les nostres xarxes, també manipulem? Perquè ho fem? Som actors importants alimentant estereotips? O la informació que emetem a les xarxes treballa per la cultura de pau i està basada en els drets humans?

APRENEM DELS CONFLICTES

PROPOSTA DE TREBALL AMB DUES SESSIONS.

POSSIBILITAT DE FER-LES SEPARADES SEGONS NECESSITATS.

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TIPUS D'ACTIVITAT	Dinàmiques vivencials i debat
TEMÀTICA	Cultura de pau i resolució no violenta de conflictes
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	Dues sessions d'1 hora 30min (amb 7-15 dies de distància entre ells)
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Tots els cursos d'ESO i batxillerat
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Pissarra on escriure amb rotulador de pissarra (no guix)

OBJECTIUS

Donar a conèixer els conceptes bàsics relacionats amb el conflicte i la seva resolució i aprofundir amb la Comunicació Noviolenta com a mètode efectiu i assertiu cap a una resolució pacífica del conflicte.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

OBSERVACIONS

Cal que l'equip docent acompanyi el grup al llarg de l'activitat.

AMPLIEM EXPERIÈNCIES: si es volen ampliar continguts de la mateixa temàtica podeu consultar la fitxa del taller de l'Oficina Jove del Bages : "Això està que bullying!" (pàg.: 14)

CONTINGUTS

Cultura de la violència. Cultura de pau. Conflictes: persones, processos, problemes. Actituds. Noviolència i creativitat. L'activitat pretén fer reflexionar l'alumnat a partir de diferents dinàmiques participatives sobre conceptes com els conflictes, la seva naturalesa, com resoldre'ls de forma positiva i creativa reflexionant també sobre la cultura de la pau i la violència.

TALLER I: APRENEM DELS CONFLICTES

QUÈ SON I COM EM PREPARO QUAN APAREIXEN?

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TIPUS D'ACTIVITAT	Taller
TEMÀTICA	Resolució de conflictes, cultura de pau, empatia drets humans i conflictes
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	1 hora 30min
LLOC	Centre escolar
DESTINATARIS	Tots els cursos d'ESO i batxillerat
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Ordinador i projector

OBJECTIUS

Aprendre a diferenciar la tipologia de situacions conflictives i entendre la naturalesa dels conflictes.

Adquirir eines d'autoconeixement per preparar-nos en el dia a dia per les situacions conflictives

Entendre els conflictes com una oportunitat de millora individual i grupal

Copsar els conflictes diaris i quotidians com elements que acaben repercutint en el Sud Global

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Programa de Sensibilització i Educació en valors.

Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

CONTINGUTS

L'activitat pretén que els alumnes s'expressin mostrant quina és la seva relació amb els problemes, els conflictes o les violències estructurals, culturals o la violència directa.

A partir d'aquí, utilitzem dinàmiques d'autoconeixement per aprofundir en les realitats personals, les quals marquen la nostra actitud envers el conflicte.

Parlarem dels tipus de posicionament envers els conflictes, què els provoquen i també proposarem una mirada crítica als rols de poder que els propicien.

TALLER 2: LA COMUNICACIÓ EN ELS CONFLICTES

COMUNICACIÓ NO VIOLENTA EN EL CONFLICTE

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TIPUS D'ACTIVITAT	Taller
TEMÀTICA	Comunicació no violenta, resolució de conflictes, cultura de pau, empatia
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	1 hora 30min
LLOC	Centre escolar
DESTINATARIS	Tots els cursos d'ESO i batxillerat
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Ordinador i projector

OBJECTIUS

Reflexionar sobre el rol de la comunicació en diferents estadis dels conflictes (malestar, discussió, crisi)

Treballar l'empatia a partir de situar-se en la pell d'una altra persona i comprendre la causa de les actituds defensives.

Explorar alternatives per promoure relacions saludables i respectuoses. Analitzar el paral·lelisme entre l'ús no violent del llenguatge a la vida diària i en diferents contextos internacionals.

Proposar nous llenguatges cap a un mateix i cap al nostre entorn per assegurar una comunicació assertiva i positiva.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

CONTINGUTS

Com ens comuniquem entre nosaltres quan tenim conflictes? I individualment, quin tipus de comunicació establim amb nosaltres mateixos?

Què podem fer per comunicar les nostres necessitats de manera positiva? L'objectiu del taller és compartir diferents eines per abordar els conflictes des de

la comunicació conscient, empàtica i assertiva, a partir de casos pràctics partint de l'observació, de preguntes potents i restauratives, del "jo missatge", de l'escolta activa i de la comunicació no violenta.

Utilitzarem dinàmiques de teatre de l'oprimit o altres a partir de les quals els/les alumnes puguin posar en pràctica aquestes propostes per a una comunicació entesa com un eix essencial per a la cultura de pau, a casa nostra i en la mirada d'esdeveniments del Sud Global.

CONSUM REBEL, CONSCIÈNCIA CRÍTICA

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TIPUS D'ACTIVITAT	Debat i reflexió a partir d'una presentació PowerPoint
TEMÀTICA	Consum conscient i relacions nord-sud global
PERÍODE	Tot l'any
DURADA	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	1r i 2n ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Projector

OBJECTIUS

Reflexionar sobre el consumisme promogut pel model capitalista, la influència de la moda, la pressió social, una mirada en clau de gènere/sexista i l'excés de consum innecessari. Treballem el pensament crític al voltant de conductes que ens venen marcades per la societat de consum i posem èmfasi en el nostre poder com a consumidores i consumidors.

També analitzem de manera resumida els impactes que aquest model de consum té en la vida de les persones i en el medi ambient, tant a nivell local com al sud global. Finalitzem amb propostes de consum conscient i regals immaterials.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Pla de Sensibilització i Educació en valors. Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa.

CONTINGUTS

Els impactes del model de consum actual. Les alternatives al model capitalista.

Perspectiva crítica.

Empoderament per actuar de manera diferent a la preestablerta per la societat.

OBSERVACIONS

Cal que l'equip docent acompanyi el grup al llarg de l'activitat

COLTAN, UNA GUERRA A LES TEVES MANS

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera i Inshuti
TIPUS D'ACTIVITAT	Joc de Rol
TEMÀTICA	Drets humans i conflictes
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	2 hores
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Alumnes de 3r i 4t d'ESO i batxillerat
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Ordinador, projector, i equip de so i aula on la que es pugui moure taules i cadires

OBJECTIUS

Donar informació sobre el Coltan com a generador de conflictes armats a l'Àfrica dels Grans Llacs.

Donar a conèixer els diferents actors en el conflicte dels Grans Llacs.

Sensibilitzar sobre l'ús responsable de les noves tecnologies i el nostre impacte com a consumidors en la construcció d'un món millor.

CONTINGUTS

Conflicte dels Grans Llacs, consum responsable i foment del pensament crític. L'activitat consisteix en un joc de rol en què cada grup ha de contestar unes preguntes posant-se al lloc d'un dels diferents actors que intervenen en el conflicte (Governs estrangers, grups armats, població civil, miners, etc). Després la reflexió es durà a terme a un nivell individual.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

OBSERVACIONS

Cal que l'equip docent acompanyi el grup al llarg de l'activitat

FAST FASHION: LA ROBA QUE MATA

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TIPUS D'ACTIVITAT	Taller
TEMÀTICA	Consum responsable. Consum Conscient
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	1 hora
LLOC	Centre escolar
DESTINATARIS	3er i 4rt ESO. Batxillerat
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Ordinador i projector

OBJECTIUS

Reflexionar sobre el consum de la roba i els impactes mediambientals i humans de la indústria del tèxtil amb mirada global.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

CONTINGUTS

L'activitat vol reflexionar sobre la indústria tèxtil, la roba que portem i de la importància del consum responsable (individual, social, econòmic i ambiental) i del poder que tenim com a consumidors i consumidores per transformar el món.

L'activitat inclou diferents propostes per tal d'educar en valors mitjançant diferents dinàmiques individuals i grupals, així com la visualització de fragments de diversos reportatges relacionats amb la temàtica.

OBSERVACIONS

AMPLIEM EXPERIÈNCIES: si es volen ampliar continguts de la mateixa temàtica podeu consultar la fitxa del taller de l'Oficina Jove del Bages: **Emmiralla't**. Es suggereix fer primer Emmiralla't i després aquest taller. (Pàg.: 41)

TALLER D'INTERSECCIONALITAT

TIPUS D'ACTIVITAT	Reflexió a partir de la dinàmica de grup
PERÍODE	Tot el curs
DURADA	1,5 hores
LLOC	Aula amb espai per a fer petits grups de treball
DESTINATARIS	Batxillerat, CFGM, CFGS, PFI, IFE, Universitats
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Taules i cadires

OBJECTIUS

Entendre com diferents eixos d'identitat (gènere, raça, classe, orientació sexual, capacitats, etc.) s'entrecreuen i generen desigualtats específiques.

Afavorir una mirada més oberta i comprensiva envers persones amb experiències diferents.

Motivar els joves a qüestionar estructures injustes i imaginar alternatives.

CONTINGUTS

Es treballarà el concepte de la interseccionalitat, les violències estructurals, els prejudicis i estereotips que tenim arrelats en relació al gènere, la identitat sexual, l'ètnia, la cultura, el nivell econòmic, entre d'altres i com aquests generen i fomenten les relacions de poder i opressió.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Programa Ocell de Foc Bages, Moianès, Solsonès.

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb coordinacioocelldefoc@ampans.cat o trucant al 618 54 11 31

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Bages

TALLERS TUTORIA

2025 - 2026

TRANSPORT, ESTACIONAMENT QUALITAT AMBIENTAL



VIATJO AMB TU

ENTITAT	formació sobre l'ús del transport públic urbà de viatgers
PERÍODE	1r trimestre del curs escolar
DURADA	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Alumnes de 1r d' ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	25 - 30
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Ordinador amb projector

OBJECTIUS

Formar l'alumnat en la utilització del transport públic urbà, com la interpretació del plànol, horaris, bitllets i altres aspectes més cívics i pràctics del servei, amb l'objectiu de mostrar als alumnes la possibilitat de disposar d'un transport que els permetrà ser independents en els seus desplaçaments ordinaris i extraordinaris, i que en un futur, tot i disposar de vehicle propi, els transports públics poden ser un bon complement en els seus desplaçaments.

CONTINGUTS

Un tècnic de la Secció de Mobilitat explica el funcionament del servei Bus Manresa i es visualitzen uns vídeos didàctics realitzats per l'AMTU (Agrupació de Municipis amb Transport Urbà). Aquesta activitat promou la participació dels alumnes, molts dels quals ja en són usuaris.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Ajuntament de Manresa – Secció Transport, Estacionaments i Qualitat ambiental. Setmana de la Mobilitat Sostenible i Segura (del 16 al 22 de setembre se celebra a Catalunya)

OBSERVACIONS

Transport, estacionaments i qualitat ambiental.
Ajuntament de Manresa
93 878 24 51
mobilitat@ajmanresa.cat

TALLERS TUTORIA

2025 - 2026

SALUT



APRENEM A TENIR UN ESTIL DE VIDA SALUDABLE

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller amb contingut teòric i dinàmiques de grup per fomentar la reflexió
PERÍODE D'EXECUCIÓ	D'octubre de 2025 a juny de 2026
DURADA	1,5 hores
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Alumnat de 1r o de 2n d'ESO
ADJUDICACIÓ DE TALLERS	El nombre de tallers és limitat i s'adjudicaran segons disponibilitat i de forma restringida a un curs per centre.
TEMÀTICA GENERAL	Promoció d'hàbits saludables - Alimentació

OBJECTIUS

Conèixer els beneficis i els perjudicis dels aliments que prenem.

Promoure una alimentació saludable, sostenible i de proximitat i, també, de la pràctica regular d'exercici físic i de procurar mantenir un descans adequat.

Treballar competències bàsiques de secundària com prendre consciència d'un mateix i implicar-se en l'adquisició d'un estil de vida saludable, el procés de creixement personal i la cura d'un mateix.

INSCRIPCIONS

Del 9 de setembre fins al 3 d'octubre de 2025

A través del formulari següent:

<https://forms.gle/PDptzv5s9FipZxFo7>

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Unitat de Sanitat de l'Ajuntament de Manresa

SEXUALITAT I AFECTIVITAT AMB PERSPECTIVA DE GÈNERE

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller amb contingut teòric i dinàmiques de grup per fomentar la reflexió
PERÍODE D'EXECUCIÓ	D'octubre de 2025 a juny de 2026
DURADA	1,5 hores
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Alumnat de 1r o de 2n d'ESO
ADJUDICACIÓ DE TALLERS	El nombre de tallers és limitat i s'adjudicaran segons disponibilitat i de forma restringida a un curs per centre.
TEMÀTICA GENERAL	Promoció de conductes saludables – Sexualitat i prevenció de malalties de transmissió sexual

OBJECTIUS

Conèixer la transformació del cos en l'adolescència.

Donar la benvinguda a totes les formes saludables de viure la sexualitat.

Treballar l'assertivitat en la sexualitat: convidar als i les joves a gaudir d'una sexualitat lliure de violència, de falses creences i imposicions de gènere.

Combatre la homofòbia internalitzada i explícita i les idees masclistes sobre el model de relació de família

Potenciar accions positives i responsables en les relacions.

INSCRIPCIONS

Del 9 de setembre fins al 3 d'octubre de 2025

A través del formulari següent:

<https://forms.gle/PDptzv5s9FipZxFo7>

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE

Unitat de Sanitat de l'Ajuntament de Manresa

PREVENCIÓ DEL CONSUM I ADDICCIONS

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller amb contingut teòric i dinàmiques de grup per fomentar la reflexió
PERÍODE D'EXECUCIÓ	D'octubre de 2025 a juny de 2026
DURADA	1,5 hores
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Alumnat de 3r o de 4rt d'ESO
ADJUDICACIÓ DE TALLERS	El nombre de tallers és limitat i s'adjudicaran segons disponibilitat i de forma restringida a un curs per centre.
TEMÀTICA GENERAL	Promoció de conductes saludables – Prevenció de consums de risc i addiccions

OBJECTIUS

Fomentar actituds i comportaments positius i saludables.

Promoure factors protectors que afavoreixin el sentit crític i la capacitat de decidir autònomament: assertivitat, autoestima i capacitat crítica.

Conèixer els principals components del tabac i els efectes per la salut de la conducta de fumar.

Habilitats socials per no cedir a la pressió del grup.

Tractar els efectes del consum i la perillositat del tabac, el cànnabis i l'alcohol.

INSCRIPCIONS

Del 9 de setembre fins al 3 d'octubre de 2025

A través del formulari següent:

<https://forms.gle/PDptzv5s9FipZxFoZ>

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Unitat de Sanitat de l'Ajuntament de Manresa

AUTOPROTECCIÓ I SUPORT VITAL BÀSIC

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller amb contingut teòric i participació a nivell pràctic
PERÍODE D'EXECUCIÓ	D'octubre de 2025 a juny de 2026
DURADA	2 hores
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Alumnat de 3r o de 4rt d'ESO
ADJUDICACIÓ DE TALLERS	El nombre de tallers és limitat i s'adjudicaran segons disponibilitat i de forma restringida a un curs per centre.
TEMÀTICA GENERAL	Autoprotecció i Primers Auxilis

OBJECTIUS

Dotar els joves d'eines i recursos necessaris per identificar una situació d'emergència i saber com actuar, entendre i aplicar el concepte de prevenció.

INSCRIPCIONS

Del 9 de setembre fins al 3 d'octubre de 2025

A través del formulari següent:

<https://forms.gle/PDptzv5s9FipZxFo7>

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Unitat de Sanitat de l'Ajuntament de Manresa

FEM UN BON ÚS DE LES PANTALLES I DE LES XARXES SOCIALS?

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller amb contingut teòric i dinàmiques de grup per fomentar la reflexió
PERÍODE D'EXECUCIÓ	D'octubre de 2025 a juny de 2026
DURADA	1,5 hores
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Alumnat de 3r o de 4rt d'ESO
ADJUDICACIÓ DE TALLERS	El nombre de tallers és limitat i s'adjudicaran segons disponibilitat i de forma restringida a un curs per centre.
TEMÀTICA GENERAL	Promoció de conductes saludables – Salut Emocional

OBJECTIUS

Conscienciar a les persones joves sobre la forma de fer un ús responsable de la tecnologia i les xarxes socials.

Donar a conèixer quins són els riscos associats a fer un ús irresponsable del mòbil i les tecnologies.

Relació entre la salut emocional i l'ús o abús del mòbil.

INSCRIPCIONS

Del 9 de setembre fins al 3 d'octubre de 2025

A través del formulari següent:

<https://forms.gle/PDptzv5s9FipZxFo7>

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Unitat de Sanitat de l'Ajuntament de Manresa

LA BOSSA EMMIRALLA'T: EL MÉS IMPORTANT ÉS COM ET MIRES

TIPUS D'ACTIVITAT	Préstec de materials per treballar la pressió estètica amb les persones joves i l'impacte en el seu propi cos
PERÍODE D'EXECUCIÓ	De setembre a juny
DURADA	Préstec de 2 mesos
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Joves de 12 a 16 anys
NÚM.DE PARTICIPANTS	Grup de classe
MATERIAL	Continguts de la bossa

OBJECTIUS

Combatre la pressió estètica i prevenir els trastorns de conducta alimentària.

Aportar eines que ajudin a les escoles a l'hora d'acompanyar a les persones joves en temes de pressió estètica.

Informar, reflexionar i treballar els aspectes que envolten la pressió estètica.

Potenciar el pensament crític de les persones joves en relació a la pressió estètica i afavorir l'autoacceptació del propi cos.

Ajudar a les persones adolescents a potenciar la seva autoestima, la seva imatge corporal positiva i el respecte envers elles mateixes.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Ajuntament de Manresa

SOL·LICITUD

Oficina Jove del Bages
C/ Sant Blai, 14 (08240) - Manresa
93 877 13 60 / 676 66 41 42
bages@oficinajove.cat

CONTINGUTS DE LA BOSSA

Dossier amb recull de materials audiovisuals (pel·lícules i sèries) i lectures.

Activitats per dinamitzar ("Ens emmirallem?") i Jocs (La Paraula Prohibida i Posiciona't).

Llibres: Operació Bikini (Júlia Barceló), Comiendo con miedo (Elisabeth Karin), Idiotizadas: de cuentos de hadas a empoderhadas (Moderna de Pueblo), Estima el teu cos (Jessica Sanders), Carn Nua (Blanca Soler Codina), Les Noies de Filferro (Jordi Sierra Fabra) i Tienes derecho a permanecer gorda (Viergie Tovar).

Guies: recull de guies, manuals i documentació d'interès en relació a la pressió estètica i els trastorns de conducta alimentària. Recull de comptes d'instagram d'interès. Recull de vídeos realitzats en l'activitat "Emmiralla't al Pius", la qual forma part de la Campanya Emmiralla't, on les persones joves de 3r d'ESO de l'Institut Pius Font i Quer reflexionen sobre la pressió estètica.



EMMIRALLA'T: EL MÉS IMPORTANT ÉS COM ET MIRES

Activitat emmarcada dins la Campanya Emmirallat, la qual té com objectiu combatre la pressió estètica i prevenir els trastorns de conducta alimentària.

TIPUS D'ACTIVITAT	Conscienciació i reflexió a partir de dinàmica
PERÍODE	Tot el curs
DURADA	1.30 h
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	3r d'ESO
NÚM.DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Projector, ordinador i altaveus

OBJECTIUS

Reflexionar i analitzar què és la pressió estètica, quins són els cànons imperants i quins són els mitjans de creació i validació més propers a les persones joves;

Analitzar les estructures socials que sostenen la pressió estètica (racisme, capacitisme, classisme, grassofòbia, etc.);

Potenciar la generació de pensaments i actituds positives davant del propi cos i dels cossos dels altres com a estratègia de prevenció dels TCA.

CONTINGUTS

Es treballarà a partir de dinàmiques grupals, jocs i recursos audiovisuals.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Campanya Emmiralla't – Espai Èmfasi (Oficina Jove del Bages)

OBSERVACIONS

Aquest taller té un límit ofertat de 30 tallers que aniran en ordre d'inscripció.

Per contactar, Espai Èmfasi a salutbages@oficinajove.cat o 938 77 13 60.



EMOCIONA'T

TIPUS D'ACTIVITAT	Dinàmica de grup i reflexió
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	3r d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Aula amb disponibilitat per moure cadires i fer canvis en la distribució de l'espai

OBJECTIUS

Aprendre a reconèixer les pròpies emocions. Millorar l'autoestima.

Cohesionar el grup.

CONTINGUTS

Les competències transversals des de diferents dinàmiques amb les quals es reforça l'autoestima grupal i individual de l'alumnat.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Oficina Jove del Bages.

OBSERVACIONS

Caldrà la col·laboració dels docents en l'entrada i sortida dels grups a l'aula per vetllar pel silenci de l'alumnat durant l'activitat i el respecte als torns de paraula que s'hi establiran.

ANTI-ESTIGMA DE LA SALUT MENTAL

TIPUS D'ACTIVITAT	Xerrada amb dinàmiques de grup
PERÍODE	Tot el curs
DURADA	1h versió curta / 2h versió llarga
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Batxillerat, CFGM, CFGS, PFI, IFE, Universitats
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Projector i ordinador

OBJECTIUS

Entendre el concepte de salut mental.

Comprendre com funcionen els estigmes i com lluitar en contra d'ells.

Visibilitzar la problemàtica de la salut mental entre el jovent.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Programa Ocell de Foc Bages, Moianès, Solsonès.

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb coordinacioocelldefoc@ampans.cat o trucant al 618 54 11 31

ALTRES INFORMACIONS O COM AMPLIAR EL CONEIXEMENT DE LA TEMÀTICA

En la versió de dues hores es poden donar eines per fomentar el benestar emocional entre els joves.

CONTINGUTS

Parlar de Salut Mental és parlar de vida!

En aquest taller trencarem mites, parlarem clar, entendrem com funcionen els estigmes, veurem com el llenguatge pot ser una eina de transformació i de lluita contra l'estigma i reflexionarem en torn a la salut mental. Tot ho farem a partir de la participació de l'alumnat.

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Bages

TRENCANT L'ESTIGMA DE LA SALUT MENTAL EN PRIMERA PERSONA

TIPUS D'ACTIVITAT	Xerrada i col·loqui amb testimonis
PERÍODE	Tot el curs – Màxim 10 tallers
DURADA	2 hores
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Batxillerat, CFGM, CFGS, PFI, IFE, Universitats
NÚM. DE PARTICIPANTS	Mínim 20 persones
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Projector, Ordinador, Aula amb cadires per a fer grups de conversa.

OBJECTIUS

- Sensibilitzar sobre la salut mental.
- Reflexionar sobre l'estigma associat a la salut mental.
- Posar en valor les veus en primera persona.
- Fomentar el diàleg i l'intercanvi d'experiències.
- Visibilitzar les barreres quotidianes que afronten les persones amb problemàtica de salut mental.
- Promoure actituds inclusives i transformadores.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Programa Ocell de Foc Bages, Moianès, Solsonès i Club Mosaic (Fundació Germà Tomàs Canet)

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb coordinacioocelldefoc@ampans.cat o trucant al 618 54 11 31

CONTINGUTS

Taller en format col·loqui on es posa en valor la veu de les persones que pateixen una problemàtica de salut mental. Al principi de la sessió, es farà una petita introducció en relació al que és la salut mental i l'estigma associat a la problemàtica. En la segona part, es generaran petits grups de conversa on els participants podran conèixer de primera mà les barreres que es troben les persones amb problemàtica de salut mental en el seu dia a dia.

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Manresa

ALTRES INFORMACIONS O COM AMPLIAR EL CONEIXEMENT DE LA TEMÀTICA

S'ofereixen un màxim de 10 xerrades al llarg del curs, es valoraran les sol·licituds per ordre d'arribada i es tindrà en compte que siguin grups que no hagin fet prèviament aquest tipus d'activitat.

CONNECTA'T! TRENQUEM LA SOLITUD

TIPUS D'ACTIVITAT	Xerrada amb petits continguts teòrics i amb dinàmiques de grup
PERÍODE	Tot el curs
DURADA	1 hora
LLOC	Aula
DESTINATARIS	Batxillerat, CFGM, CFGS, PFI, IFE, Universitats
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Projector - Pissarra

OBJECTIUS

- Comprendre la solitud no desitjada i la solitud desitjada.
- Diferenciar entre estar sol/a i sentir-se sol/a.
- Conèixer els diferents tipus de solitud no desitjada?
- Identificar si visc una situació de solitud no desitjada.
- Proposar accions concretes i sostenibles per fomentar el vincle social.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Ocell de Foc i Comunitats contra l'Aïllament Social

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb coordinacioocelldefoc@ampans.cat o trucant al 618 54 11 31

ALTRES INFORMACIONS O COM AMPLIAR EL CONEIXEMENT DE LA TEMÀTICA

Es pot fer una sessió més llarga de 2h

CONTINGUTS

- Què és la solitud no desitjada?
- Quins tipus de solitud hi ha?
- Com la puc detectar en mi?
- Què podem fer per combatre-la?
- Coneixement dels projectes Comunitats contra l'aïllament social de Manresa i el Programa Ocell de Foc

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Bages

ZONA 0

TIPUS D'ACTIVITAT	Xerrada amb dinàmiques de grup
PERÍODE	Tot el curs
DURADA	1,5 hores
LLOC	Aula
DESTINATARIS	Batxillerat, CFGM, CFGS, PFI, IFE, Universitats
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Projector Ordinador

OBJECTIUS

Fomentar el pensament crític, la participació activa i la generació d'iniciatives juvenils.

Afavorir l'autonomia dels joves.

Augmentar la implicació i participació del jovent al municipi.

Potenciar la presa de decisions en grup.

Estimular la creativitat i donar forma tangible a les idees del jovent.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Programa Ocell de Foc Bages, Moianès, Solsonès

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb coordinacioocelldefoc@ampans.cat o trucant al 618 54 11 31

CONTINGUTS

Mitjançant diferents dinàmiques participatives els joves faran una pluja d'idees del que troben a faltar en el seu territori i per al seu col·lectiu, valoraran quines d'aquestes són viables i s'estructurarà com dur-les a terme per tal de ser agents actius en el seu propi canvi.

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Bages

ALTRES INFORMACIONS O COM AMPLIAR EL CONEIXEMENT DE LA TEMÀTICA

Es pot ampliar el taller amb una segona sessió per acabar de desenvolupar idees, iniciatives i fer-les realitat.

TALLER: SEXUALITAT I VINCLES

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller i dinàmiques de grup
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Durant tot el curs (Prioritat de l'1 al 12 de juny 2026)
DURADA DE L'ACTIVITAT	1.30 h - 2 h
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	A l'aula 4t ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe

OBJECTIUS

Conèixer com la nostra sexualitat es construeix a través de la interacció amb altres persones.

Reflexionar sobre com diferents àmbits relacionals poden esdevenir agents positius o negatius en la construcció i vivència de la sexualitat.

Entendre com el fet de ser sexuats/des/is (desitjants, gaudents, diferenciats sexualment...) condiciona la forma de relacionar-nos amb el nostre entorn.

Comprendre la complexitat de gestionar els nostres desitjos, identitats, pràctiques, relacions i creences sobre la sexualitat en un entorn amb visions, punts de vista i models diversos.

CONTINGUTS

La sexualitat i la relació amb un mateix/a/i, amistats, família, educadors/es i vincles sexuals (parelles, embolics, +que amics...).

Preguntes i activitats per reflexionar entorn de la relació amb un/a/i mateix/a/i i altres entorn de la sexualitat.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Oficina jove del Bages, Espai Èmfasi.

OBSERVACIONS

Per telèfon a 938771360 o per correu a bages@oficinajove.cat.

TALLERS TUTORIA
2025 - 2026

CIVISME DIVERSITAT CULTURAL



GAME OVER. INCIVISME FORA DE JOC!

TIPUS D'ACTIVITAT	Dinàmiques de grup
PERÍODE DE SOL.LICITUD	De l'1 de setembre fins al 15 d'octubre del 2025
PERÍODE D'EXECUCIÓ	De gener a maig del 2026
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Alumnat de 4t d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe

OBJECTIUS

Sensibilitzar sobre les conseqüències de les accions incíviques per fomentar els processos de corresponsabilització entre les persones joves.

Reflexionar sobre els conflictes que generen les actituds incíviques.

Fomentar el sentiment de l'espai públic com un bé comú que cal preservar i compartir respectuosament.

Empatitzar amb tots els agents implicats en els actes de la dinàmica.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Ajuntament de Manresa – Regidoria d'Acció Comunitària i Regidoria d'Educació

OBSERVACIONS

Caldrà la col·laboració del docent en l'entrada i sortida de grups de l'aula, vetllar pel silenci dels alumnes durant l'activitat i el respecte als torns de paraula que s'hi establiran.

CONTINGUTS

Mostrar al jovent un seguit d'actituds incíviques a partir d'un role-playing d'una nit de festa. En aquest role-playing intervenen diferents personatges: executors i afectats de les accions incíviques juntament amb una representació dels cossos de seguretat, cos d'emergències sanitàries i representants municipals. Els joves podran experimentar, d'una manera vivencial, quines són les conductes incíviques, quines conseqüències tenen dins el marc de la convivència en els espais públics de la ciutat i, d'altra banda també empatitzar amb els afectats per les accions. Per finalitzar s'establirà un debat i es buscaran solucions a les accions incíviques entre tots.

QUÈ ÉS EL SISTEMA DE JUSTÍCIA JUVENIL?

TIPUS D'ACTIVITAT	Xerrada de 2 tècnics de Medi Obert
PERÍODE	Qualsevol període
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora
LLOC	Àmbit escolar. Aula.
DESTINATARIS	Adolescents de 13 a 16 anys (Preferentment 2on d'ESO)
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup coincident amb el curs i aula.
MATERIAL	Projector (per passar power point i vídeos)

OBJECTIUS

Informar del circuit judicial respecte dels menors de 14 a 18 anys

CONTINGUTS

Detallar el procés judicial que segueixen els menors infractors.

Mitjançant exemples pràctics i dinàmiques participatives, poder experimentar què comporta assumir les responsabilitats front un fet delictiu.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Servei de Medi Obert de la Direcció General de Justícia Juvenil

UNA PASSA ENDAVANT!

Coneguem el projecte Espai jove, d'atenció a joves en origen en la immigració, a partir d'un taller dinàmic per reflexionar sobre els conceptes drets i privilegis.

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller
PERÍODE	D'octubre a juny
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Alumnes de 4rt d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe (preferent ment partit en dos grups)
MATERIAL	Projector, cadires.

OBJECTIUS

Donar a conèixer el projecte Espai Jove.

Promoure l'empatia amb les persones que són diferents.

Prendre consciència sobre la desigualtat d'oportunitats a la societat.

Fomentar la comprensió de les possibles conseqüències de pertànyer a un grup minoritari.

Adonar-nos dels nostres drets i privilegis i dels que ens manquen.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Ajuntament de Manresa – Serveis Socials

OBSERVACIONS

Caldrà la col·laboració de l'equip docent, així com per vetllar pel silenci de l'alumnat durant l'activitat i el respecte als torns de paraula que s'hi establiran.

DONA JOC AL VOLUNTARIAT

PERÍODE D'EXECUCIÓ	Del 3 de novembre 2025 al 29 de maig 2026
PERÍODE DE SOL.LICITUD	De l'1 de setembre fins al 15 d'octubre del 2025
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	3r i 4t d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe

OBJECTIUS

Desvetllar l'interès pel voluntariat i la intervenció voluntària.

Presentar el voluntariat i la intervenció voluntària des d'un doble enfocament:

Com a espai d'incidència i transformació envers les altres persones o l'entorn.

Com a espai de creixement i desenvolupament personal.

Mostrar espais i experiències properes i reals de voluntariat.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Ajuntament de Manresa – Regidoria d'Educació i
Regidoria d'Acció Comunitària

OBSERVACIONS

El taller es planteja com un complement a l'acció educativa "Servei Comunitari". Es pot plantejar com una activitat introductòria al Servei Comunitari o com una activitat de tancament. En qualsevol dels dos casos és important donar aquesta informació a l'hora de reservar el taller.

CONTINGUTS

El voluntariat i l'acció voluntària. Impactes del voluntariat.

Àmbits i espais on dur a terme voluntariat:

El taller es durà a terme amb una metodologia dinàmica, amb l'objectiu d'aconseguir la màxima participació de l'alumnat.

Per dur a terme el taller serà necessari que l'alumnat pugui utilitzar un dispositiu amb connexió a Internet.

TALLERS TUTORIA
2025 - 2026

UNITAT DE
FEMINISMES I
LGTBI+



PROPOSTA D'ITINERARI PER TREBALLAR AMB L'ALUMNAT LA IGUALTAT DE GÈNERE I LA SEXUALITAT

CURS	TALLER	ENTITAT
1r i 2n d'ESO	La Bossa Vermella: Benvinguda Menstruació!. Préstec de materials per l'acompanyament positiu dels canvis corporals, emocionals i de la primera regla.	Unitat de Feminismes i LGBTI
3r ESO	Coses que passen a l'aula (i al món). Taller per treballar i qüestionar com ens relacionem a l'aula (i al món) amb perspectiva de gènere i interseccional, fomentar la cultura del respecte i la cohesió de grup.	Unitat de Feminismes i LGBTI
4t ESO	Diferentment iguals (Diversitat afectiva, sexual i de gènere). Taller per conèixer i normalitzar conceptes relacionats amb la diversitat afectiva, sexual i de gènere, així com trencar amb estereotips de gènere i analitzar i prevenir les violències LGBTIfòbiques.	Unitat de Feminismes i LGBTI
4t ESO	Desmuntant la violència masclista. Treball de masculinitats i autodefensa feminista. Dos tallers no-mixtes que qüestionen els rols de gènere imposats i proporcionen eines per trencar amb la violència sexista en tots les seves vessants.	Unitat de Feminismes i LGBTI
1r Batxillerat i Cicles formatius de grau mig	Taller "Emocions, sexe i plaer". Educació sexo afectiva des d'una perspectiva social. Desmuntant la violència masclista. Treball de masculinitats i autodefensa feminista. Dos tallers no-mixtes que qüestionen i proporcionen eines per trencar amb la violència sexista en tots les seves vessants.	Unitat de Feminismes i LGBTI
Professorat	Com apliquem la perspectiva de gènere i interseccional a la pràctica educativa? Formació per conèixer elements clau entorn la perspectiva de gènere i interseccional per fer una educació igualitària i inclusiva.	Unitat de Feminismes i LGBTI

LA BOSSA VERMELLA: BENVINGUDA MENSTRUACIÓ

TIPUS D'ACTIVITAT	Préstec de materials per l'acompanyament positiu en els canvis corporals i emocionals i en la primera regla
PERÍODE D'EXECUCIÓ	De setembre a maig
DURADA DE L'ACTIVITAT	Préstec de 2 mesos
LLOC	A l'aula
EDAT DELS DESTINATARIS	Joves de 12 a 14 anys
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup de classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Contingut de la bossa

OBJECTIUS

Oferir eines a escoles i famílies per acompanyar, de manera positiva i respectuosa, les nenes i persones menstruants en l'experiència vital de la primera menstruació.

Informar de manera clara i sense tabús sobre els canvis físics, emocionals i psicològics propis d'aquesta etapa.

Fomentar l'autoestima, la construcció d'una imatge corporal positiva i el respecte cap a una mateixa, especialment entre nenes i persones menstruants.

Contribuir a la normalització de la menstruació dins l'aula, tot promovent que els nens i altres identitats compreguin, coneguin i respectin els processos fisiològics diversos, alhora que reflexionen sobre els propis canvis que també experimentaran.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Unitat de Feminismes i LGTBI+

CONTINGUTS

La regla mola, d'Anna Salvia Ribera, amb il·lustracions de Cristina Torrón Villalta

Cambios, cambios, cambios, de Marawa Ibrahim, amb il·lustracions de Sinem Erkas

Explica-m'ho. 101 preguntes per a nens i nenes sobre un tema apassionant, de Katharina Von Der Garten

Llavors de lluna, el meu primer diari lunar, de Diana Pinzón Sanabria, amb il·lustracions d'Alba Vila Pons.

Caixeta vermella amb productes d'higiene menstrual de mostra i fitxes informatives. Guia d'activitats per dur a terme amb l'alumnat.

OBSERVACIONS

El projecte inclou formació per al professorat i famílies sota demanda

COSES QUE PASSEN A L'AULA (I AL MÓN)

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller
PERÍODE D'EXECUCIÓ	De setembre a maig
DURADA DE L'ACTIVITAT	1'5 h
LLOC	A l'aula
EDAT DELS DESTINATARIS	Alumnes de 3r d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup de classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Projector, ordinador i altaveus

OBJECTIUS

Analitzar les tendències segregatives i les formes de relació entre l'alumnat en matèria de gènere dins l'aula.

Fomentar una cultura de respecte i cohesió grupal amb perspectiva de gènere i interseccionalitat, a través del joc i les dinàmiques vivencials.

Qüestionar mites, estereotips i prejudicis socials i de gènere arrelats.

Donar protagonisme a l'alumnat, trencant la dinàmica clàssica de la classe i fomentant la seva participació activa i crítica.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Unitat de Feminismes i LGTBI+

OBSERVACIONS

Per garantir una bona organització, cal confirmar els tallers entre els mesos de setembre i novembre. La persona dinamitzadora es posarà en contacte amb el centre educatiu per pactar els horaris i altres detalls logístics.

CONTINGUTS

Dinàmica de coneixença i trencagel per afavorir un ambient segur i proper.

Joc de les cadires col·laboratives, que permet observar com es coopera, amb qui es fa i de quina manera, i facilita la reflexió sobre la solidaritat i les dinàmiques segregatives per raó de gènere.

Joc del baròmetre, on es treballen afirmacions relacionades amb mites, vivències i emocions vinculades al gènere i altres eixos d'opressió, generant debat i pensament crític.

DIFERENTMENT IGUALS!

(DIVERSITAT AFECTIVA, SEXUAL I DE GÈNERE)

A través de la presentació de conceptes claus i dinàmiques participatives, es treballarà el sistema sexe-gènere i les sancions del sistema binari, les diferències entre orientació sexual, identitat i expressió de gènere i els mites i estereotips al voltant del gènere.

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller
PERÍODE D'EXECUCIÓ	De setembre a maig
DURADA DE L'ACTIVITAT	2 h
LLOC	A l'aula
EDAT DELS DESTINATARIS	Alumnes de 4t d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup de classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Projector, cadires, pissarra i fulls en blanc

OBJECTIUS

Donar a conèixer i normalitzar els conceptes clau vinculats a la diversitat afectiva, sexual i de gènere.

Identificar els prejudicis i estereotips que afecten les persones LGTBI+ i promoure actituds de respecte i inclusió.

Prevenir actituds i conductes LGTBI-fòbiques a través de la reflexió crítica i l'educació en valors.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Unitat de Feminismes i LGTBI+

OBSERVACIONS

Per tal de garantir una bona organització, cal confirmar els tallers entre els mesos de **setembre** i **novembre**. La persona formadora es posarà en contacte amb el centre per concretar els horaris i detalls logístics.

CONTINGUTS

Introducció al sistema sexe-gènere i les sancions que imposa el sistema binari.

Concepte i reconeixement de realitats de gènere no normatives.

Diferenciació entre **orientació sexual**, **identitat de gènere** i **expressió de gènere**.

Treball al voltant de mites, estereotips i discriminacions relacionades amb les identitats LGTBI+.

DESMUNTANT LA VIOLÈNCIA MASCLISTA. TREBALL DE MASCULINITATS I AUTODEFENSA FEMINISTA

TIPUS D'ACTIVITAT	Dos tallers NO MIXTES simultanis
TALLER D'AUTODEFENSA FEMINISTA	Per a dones i/o persones trans i no-binàries
TALLER DE MASCULINITAT	Per a homes cis o trans, i persones no-binàries
LLOC	A l'aula
DURADA DE L' ACTIVITAT	2h. S'aconsella fer 2 sessions de cada taller
EDAT DELS DESTINATARIS	4rt d'ESO, Batxillerat i Cicles
NÚM. DE PARTICIPANTS	Màxim 15 persones al taller de masculinitats Màxim 18 persones al taller d'autodefensa feminista
REQUISIT	Professorat de referència per poder fer un retorn en tots dos sentits amb el monitoratge.

OBJECTIUS

Qüestionar els rols i mandats de gènere apresos a través de la socialització.

Oferir eines per identificar i trencar amb les dinàmiques de la violència sexista en totes les seves formes.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Unitat de Feminismes i LGTBI+

CONTINGUTS

Al taller d'autodefensa feminista.

Adreçat a noies, persones trans i no binàries*, aquest espai segur permet treballar des de les pròpies vivències aspectes com l'autoconeixement, l'empoderament i l'autoestima. A través d'un enfocament multidisciplinari i vivencial, es

proporcionen estratègies per fer front a les violències masclistes, tot connectant amb la pròpia força — individual i col·lectiva— i compartint experiències en clau de cura i resistència.

Taller de masculinitats

Adreçat a nois, persones trans i no binàries*, aquest espai serveix per **reflexionar sobre el model tradicional de masculinitat**, els seus referents i les conseqüències que té en les relacions personals i socials. Es treballen temes com la pressió del grup, la dificultat per expressar emocions, els mites vinculats a la sexualitat (pornografia, inseguretats, pors...) i la implicació dels nois en la prevenció de les violències masclistes, promovent l'empatia i el compromís actiu per a la transformació social.

EMOCIONS, SEXE I PLAER

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller educació sexoafectiva
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Setembre-maig
DURADA DE L'ACTIVITAT	2 h
LLOC	A l'aula
EDAT DELS DESTINATARIS	1er de batxillerat i 2n de cicles formatius de grau mitjà
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup de classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Ordinador i projector

OBJECTIUS

Crear un **espai segur** on l'alumnat pugui expressar inquietuds, compartir experiències i sentir-se escoltat.

Reflexionar sobre els **rols de gènere** presents en la societat actual i els **trastorns psicoemocionals** associats als estereotips i a la pressió social.

Proporcionar recursos per **identificar i prevenir situacions de risc**, com les relacions abusives de tipus sexual i/o emocional.

Sensibilitzar el jovent sobre la importància del **consentiment** i de construir relacions sexuals **segures, respectuoses i emocionalment sanes**.

CONTINGUTS

A través de dinàmiques grupals i participatives:

- Es treballaran els **estereotips físics i sexuals** que influeixen en les relacions socials, en el llenguatge del grup i en l'autoimatge personal.
- Es facilitarà la **reflexió emocional al voltant de la sexualitat**, posant el focus en com ens sentim, què desitgem i com ens relacionem.
- Es qüestionaran els **mites sobre el plaer, el desig, el consentiment, l'amor romàntic i la llibertat sexual**, abordant la **violència** que es pot manifestar en les relacions sexuals, afectives i de parella.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Unitat de Feminismes i LGTBI+

COM APLIQUEM UNA PERSPECTIVA DE GÈNERE I INTERSECCIONAL A LA PRÀCTICA EDUCATIVA?

TIPUS D'ACTIVITAT	Formació a professorat
PERÍODE D'EXECUCIÓ	De setembre a maig
DURADA DE L'ACTIVITAT	2h cada activitat
LLOC	Al mateix Institut
DESTINATARIS	Professorat
NÚM. DE PARTICIPANTS	Professorat
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Projector i ordinador

OBJECTIUS

- Donar a conèixer els elements clau de la perspectiva de gènere en l'àmbit educatiu.
- Facilitar que la pràctica docent i la quotidianitat del centre incorporin una mirada igualitària i inclusiva envers el gènere i les diversitats afectives, sexuals i de gènere.
- Promoure una comprensió interseccional de les desigualtats per generar entorns educatius més justos, segurs i acollidors per a tot l'alumnat.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Unitat de Feminismes i LGTBI+

CONTINGUTS

- Mitjançant la combinació de conceptes clau i dinàmiques participatives, es treballaran els següents aspectes:
- El sistema sexe-gènere, els estereotips de gènere i les sancions del sistema binari, tot analitzant com impacten tant en la tasca docent com en l'experiència de l'alumnat.
- Eines per a la prevenció i abordatge de les violències masclistes i LGTBI+fòbiques dins l'àmbit educatiu.
- Estratègies per a l'acompanyament de la diversitat afectiva, sexual i de gènere, des d'una perspectiva interseccional.

NO ESTÀS SOLA!

TIPUS D'ACTIVITAT	Cinefòrum / Debat
PERÍODE D'EXECUCIÓ	D'octubre a juny
DURADA DE L'ACTIVITAT	1'40 h - documental durada debat aula: 1h
LLOC	Aula
EDAT DELS DESTINATARIS	4t d'ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	projector i altaveus

OBJECTIUS

Reflexionar sobre la violència sexual i sobre com afecta les vides de les persones que son víctimes i les dels agressors;

Analitzar la relació que hi ha entre els estereotips de gènere vigents i la violència sexual;

Estimular el pensament crític, l'empatia i la reflexió grupal;

Donar recursos per identificar i prevenir comportaments i situacions d'abús sexual i/o emocional;

Sensibilitzar sobre la importància de demanar ajuda quan es viuen situacions de maltractament i violència.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Es pot fer la demanda de la participació a:
SIAD Montserrat Roig (Ajuntament de Manresa)
C/ de la Canal 6, 1er
93 875 23 10
siad@ajmanresa.cat

OBSERVACIONS

Per l'execució d'aquesta activitat, es demana l'autogestió per part del centre de l'accés al documental que es troba Netflix, a causa de les polítiques restrictives de la compartició de comptes de la mateixa plataforma.

CONTINGUTS

Aquesta activitat consta de dues parts:

1. Visionat i anàlisi de la pel·lícula documental 'No estàs sola: la lucha contra la manada', dirigida per Almudena Carracedo i Robert Bahar. Abans del visionat, l'alumnat rebrà una guia de preguntes d'anàlisi que hauran de treballar en grups i portar preparades el dia de la sessió de debat a l'aula.
2. Debat grupal a l'aula moderat per l'educadora i la tutora/tutor del grup classe. Aquest debat es planteja com una eina pedagògica al servei de l'aprenentatge actiu i del pensament crític, en tant que representa un repte per a l'alumnat que haurà d'analitzar la informació per si mateix, transformar-la i comunicar-la de forma efectiva. El principal objectiu del debat és acompanyar el procés de reflexió i conceptualització de l'alumnat al voltant de la violència sexual i de gènere.

TALLERS TUTORIA

2025 - 2026

MOBILITAT INTERNACIONAL



OPORTUNITATS DE MOBILITAT INTERNACIONAL PER A JOVES

TIPUS D'ACTIVITAT	Xerrada
PERÍODE	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 h
LLOC	Centres d'educació secundària, a l'aula
EDAT DELS DESTINATARIS	Alumnes de batxillerat i cicles formatius
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Projector, so, ordinador amb connexió a Internet (s'accedirà a Prezi per a la presentació)

OBJECTIUS

Motivar i encoratjar el jovent a viure experiències enriquidores a l'estranger.

Donar a conèixer les diverses opcions de mobilitat, algunes de les quals són finançades al 100%.

Trencar amb el mite que totes les oportunitats de mobilitat tenen un cost elevat, i que el jovent sigui conscient d'oportunitats de baix cost o més desconegudes.

Crear un espai de confiança on el jovent pugui consultar dubtes sobre mobilitat i les diferents oportunitats.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Oficina Jove del Bages

CONTINGUTS

Taller dinàmic en format joc on els joves descobriran programes i opcions per a menors i majors d'edat per fer una estada a l'estranger de curta o de llarga durada (intercanvis juvenils, camps de treball, au pair, voluntariats...).

Informar sobre el Servei de l'Assessoria de Mobilitat de l'Oficina Jove del Bages.

TALLERS TUTORIA

2025 - 2026

TREBALL



PROPOSTA D'ITINERARI PER TREBALLAR AMB L'ALUMNAT

TEMES DE TREBALL I OCUPACIÓ:

CURS	TALLER	ENTITAT
Batxillerat, Cicles Formatius de Grau Mig i Superior	<i>Per tal d'obtenir el màxim profit dels tallers relacionats amb les competències es recomana el següent itinerari:</i> ITINERARI DE TALLERS DE COMPETÈNCIES: 1- Taller: Ludicompetències 2- Taller: Practica les dinàmiques de selecció Ludicompetències: Taller enfocat a la descoberta de les competències de l'alumnat per després poder-les aplicar al procés de recerca de feina Pràctica les dinàmiques de selecció: Taller per conèixer les dinàmiques de selecció de personal i les competències que s'observen de les persones candidates Fes que la intel·ligència artificial potenciï el teu CV!: Taller on es treballa l'elaboració d'un currículum eficient mitjançant la IA Tècniques de recerca de feina: Taller per orientar els joves en el moment inicial de la seva planificació de recerca de feina	Manresa Treball Jove i PROMANRESA

LUDICOMPETÈNCIES

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller
PERÍODE	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	2 h
DESTINATARIS	Alumnat de segon curs de Batxillerat i cicles formatius
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe

OBJECTIUS

Conèixer què són les competències i les tipologies.

Entrenar les competències i analitzar com interaccionen amb la resta de companys i companyes de l'aula.

Identificar les pròpies competències i com es posen en joc davant de diferents situacions, per després aplicar-ho en la recerca de feina.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Manresa Treball Jove - Oficina Jove del Bages

OBSERVACIONS

Pel millor desenvolupament de l'activitat l'espai de realització d'aquesta hauria de ser ampli i amb taules i cadires per l'alumnat.

ITINERARI DE TALLERS DE COMPETÈNCIES:

Aquest taller és el primer de l'itinerari de tallers de competències. Consulteu el segon taller: **Pràctica les dinàmiques de selecció** (Pàg.: 66)

CONTINGUTS

A través de diferents jocs de taula, identificarem diverses competències transversals i les coneixerem, traslladant-les a diferents aspectes de la vida personal i, sobretot, a l'àmbit laboral.

Detectarem quines són aquelles habilitats i les debilitats i ensenyarem a entrenar-les.

Entre aquestes capacitats podrem observar: pensament analític i estratègic, treball en equip, comunicació, tolerància a la frustració, concentració i orientació a resultats.

Tot això es farà d'una manera amena fent servir com a eina una varietat de jocs de taula seleccionats d'acord amb les habilitats que es posen en joc i que es volen entrenar.

PRÀCTICA LES DINÀMIQUES DE SELECCIÓ

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller de recerca de feina
PERÍODE	De gener a maig de 2026
DURADA DE L'ACTIVITAT	1,5 h
LLOC	Aules dels centres adherits al programa
DESTINATARIS	Alumnat de segon curs de Batxillerat i cicles formatius
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Portàtil, projector, cable HDMI, pissarra tipus Vileda, retoladors i esborrador

OBJECTIUS

Descobrir quin tipus de dinàmiques de selecció de personal es realitzen actualment per les empreses.

Practicar una dinàmica de selecció, identificar competències clau en el mercat de treball i conèixer exemples d'empreses que les utilitzen.

Saber quins perfils professionals es seleccionen mitjançant les dinàmiques de selecció.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE:

Manresa Treball Jove- ProManresa

OBSERVACIONS

Per una millor organització cal sol·licitar el taller entre setembre i novembre. (disponibilitat de matí)

ITINERARI DE TALLERS DE COMPETÈNCIES:

Aquest és el segon taller de l'itinerari de tallers de competències. Consulteu el primer taller: Ludicompetències (Pàg.: 65)

CONTINGUTS

Breu introducció a les principals dinàmiques de selecció de personal en processos de selecció per competències.

Practica de la dinàmica de selecció "La torre d'espaguetis"

Posar en comú l'experiència. Facilitar informació sobre empreses que utilitzen aquest tipus de dinàmiques i els perfils professionals per als quals s'aplica.

La Fira de l'Ocupació del Bages: un bon lloc per conèixer empreses.

FES QUE L'INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL POTENCIÏ EL TEU CV!

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller de recerca de feina
PERÍODE	De gener a maig de 2026
DURADA DE L'ACTIVITAT	2 h
LLOC	Aules dels centres adherits al programa
DESTINATARIS	Alumnat de segon curs de Batxillerat i cicles formatius
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Portàtil, projector, cable HDMI, pissarra tipus Vileda, retoladors i esborrador

OBJECTIUS

Conèixer com ha de ser un CV eficient, que em representi i que actui com a element diferenciador en la recerca de feina.

Aprendre a com utilitzar eines d'intel·ligència artificial per a millorar el CV i com estan influïnt en la recerca de feina.

Tenir el CV a punt per a entregar a la Fira de l'Ocupació del Bages, que se celebrarà el dia 24 d'abril de 2026.

CONTINGUTS

Breu introducció a les característiques del currículum eficient: estructura, disseny i contingut.

Paper de la intel·ligència artificial en els processos de recerca de feina actuals.

Eines d'intel·ligència artificial per a millorar el CV.

La Fira de l'Ocupació del Bages: un bon lloc per conèixer empreses i deixar el CV.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Manresa Treball Jove- ProManresa

OBSERVACIONS

Aquest taller té un límit ofertat de 15 tallers que s'assignaran per ordre d'inscripció. Per una millor organització cal sol·licitar els tallers durant el mes de setembre. Els tallers s'impartiran únicament entre gener i abril de 2026.

RECERCA DE FEINA

TIPUS D'ACTIVITAT	Xerrada
PERÍODE	Tot el curs
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora
LLOC	A l'aula
DESTINATARIS	Alumnat de segon curs de Batxillerat i cicles formatius
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Portàtil i projector

OBJECTIUS

Orientar a joves en el moment inicial de la seva planificació de recerca de feina.

PERTINENÇA DEL PROJECTE:

Oficina Jove del Bages.

CONTINGUTS

Donar informació sobre la situació del mercat laboral del territori i explicar els canals i les eines més adequades per fer una recerca de feina amb èxit.

TALLERS TUTORIA
2025 - 2026

ECONOMIA SOCIAL I SOLIDÀRIA



QUÈ EN SAPS DE COOPERATIVISME?

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller amb dinàmiques de grup
PERÍODE D'EXECUCIÓ	D'octubre a maig.
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 h
LLOC	Aula
DESTINATARIS	Batxillerat, CFGM, CFGS, PFI, IFE, Universitats
NÚM DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Ordinador i projector

OBJECTIUS

Reflexionar sobre l'economia que coneixem i comprendre què és l'Economia Social i Solidària.

Aproximar els joves al model cooperatiu.

NOM ENTITAT QUE FA EL TALLER

Ateneu Cooperatiu de la Catalunya Central i Programa Ocell de Foc.

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb coordinacioocelldefoc@ampans.cat o trucant al 618 54 11 31

ALTRES INFORMACIONS O COM AMPLIAR EL CONEIXEMENT DE LA TEMÀTICA

Possibilitat de fer el taller d'1,5h o de 2h ampliant coneixements i dinàmiques.

CONTINGUTS

Introducció a l'Economia Social i Solidària: valors, principis i impacte.

Breu explicació del model cooperatiu i la seva aplicació pràctica.

Dinàmiques participatives per analitzar el paper de l'economia en la societat i imaginar alternatives per satisfer necessitats.

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Bages, Osona, Berguedà, Solsonès, Moianès i Lluçanès.

IMAGINEM PER CONSTRUIR UNA CIUTAT MÉS COMUNITÀRIA

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller i dinàmiques de grup
DURADA DE L'ACTIVITAT	1h (adaptable)
LLOC	Indiferent
DESTINATARIS	ESO, Batxillerat, CFGM, CFGS, Associacions i Entitats
NÚM DE PARTICIPANTS	5-30 pers
MATERIAL	-

OBJECTIUS

Donar a conèixer col·lectius i lluites que existeixen a la ciutat.
 Aproximar els i les joves a l'organització popular i l'autogestió.
 Fer valdre aquestes formes d'organització i de lluita.
 Empoderar i fer veure als i les joves que poden transformar el seu entorn i aconseguir canvis.

NOM ENTITAT QUE FA EL TALLER

Comunalitat de Manresa

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb
info@comunalitatmanresa.cat o trucant al
 633 32 32 05

ALTRES INFORMACIONS O COM AMPLIAR EL CONEIXEMENT DE LA TEMÀTICA

<https://comunalitatmanresa.cat/mapeig/>

CONTINGUTS

Què és l'autoorganització popular.
 Què és la participació política.
 Com es resolen les necessitats des de l'autogestió.
 Quines lluites hi ha a Manresa, quines economies comunitàries existeixen.
 Dinàmica per reflexionar, debatre, imaginar i aterrar una ciutat millor.

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Manresa

CONSUM CONSCIENT I ALTERNATIVES A MANRESA

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller
DURADA DE L'ACTIVITAT	1h (adaptable)
LLOC	Indiferent
DESTINATARIS	ESO, Batxillerat, CFGM, CFGS, Associacions i Entitats
NÚM DE PARTICIPANTS	5-30 pers
MATERIAL	-

OBJECTIUS

Reflexionar sobre l'economia que coneixem i comprendre què és i com es fa un consum conscient i responsable.

Que els joves reflexionin sobre les seves possibilitats de decisió i el seu rol en el canvi social.

Donar a conèixer conceptes com la sostenibilitat, la transformació social, la sobirania, els valors de la comunitat, etc.

Reflexionar sobre la capacitat de fer canvis socials.

NOM ENTITAT QUE FA EL TALLER

Comunalitat de Manresa

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb
info@comunalitatmanresa.cat o trucant al
633 32 32 05

ALTRES INFORMACIONS O COM AMPLIAR EL CONEIXEMENT DE LA TEMÀTICA

<https://comunalitatmanresa.cat/mapeig/>

CONTINGUTS

Conèixer els riscos i amenaces que té la nostra societat i el sistema capitalista.

Reflexionar sobre la forma de consum des de les dimensions de la comunitat, l'ètica i l'ecologisme.

Reflexionar sobre l'impacte ecològic i social de les nostres accions.

Alternatives per cobrir les nostres necessitats.

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Manresa

SEGURETAT COMUNITÀRIA

TIPUS D'ACTIVITAT	Taller
DURADA DE L'ACTIVITAT	2h (adaptable)
LLOC	Indiferent
DESTINATARIS	ESO, Batxillerat, CFGM, CFGS, Associacions i Entitats
NÚM DE PARTICIPANTS	5-30 pers
MATERIAL	Projector i ordinador

OBJECTIUS

Reflexionar sobre el significat de la seguretat en la nostra societat, amb totes les implicacions.

Tenir en compte les diferències d'interpretació del concepte de seguretat a tots els col·lectius de la societat.

Repensar la convivència des dels valors de la comunitat.

Reflexionar sobre la capacitat que tenen les persones de fer canvis socials a través de les accions comunitàries.

CONTINGUTS

Conèixer els riscos i amenaces que té la nostra societat i la implicació directa de la diferència de rendes o de l'economia en la convivència.

Reflexionar sobre com s'han construït els barris i la convivència en ells.

NOM ENTITAT QUE FA EL TALLER

Comunalitat de Manresa

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb
info@comunalitatmanresa.cat o trucant al
633 32 32 05

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Manresa

RUTA DE L'ACTIVISME HISTÒRIC I EL SUPORT MUTU

TIPUS D'ACTIVITAT	Ruta
DURADA DE L'ACTIVITAT	2h (adaptable)
LLOC	Indiferent
DESTINATARIS	ESO, Batxillerat, CFGM, CFGS, Associacions i Entitats
NÚM DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	-

OBJECTIUS

Dinàmica per conèixer experiències al voltant del suport mutu, les alternatives econòmiques o l'activisme per mostrar com la lluita i l'acció d'unes persones pot canviar i reconfigurar una ciutat.

CONTINGUTS

Conèixer la història de l'activisme i el suport mutu de la ciutat.

NOM ENTITAT QUE FA EL TALLER

Comunalitat de Manresa

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb
info@comunalitatmanresa.cat o trucant al
633 32 32 05

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Manresa

RUTA DEL COOPERATIVISME I EL SUPORT MUTU

TIPUS D'ACTIVITAT	Ruta
DURADA DE L'ACTIVITAT	2h (adaptable)
LLOC	Indiferent
DESTINATARIS	ESO, Batxillerat, CFGM, CFGS, Associacions i Entitats
NÚM DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	-

OBJECTIUS

Visitarem els indrets que han configurat l'estructura econòmica cooperativa i mutualista de la nostra ciutat durant el segle XIX i primera part del XX. Aquesta ruta donarà a conèixer el vell moviment d'alternatives econòmiques a Manresa, que va florir especialment als anys de la dècada de 1930.

CONTINGUTS

Conèixer la història de l'activisme i el suport mutu de la ciutat.

NOM ENTITAT QUE FA EL TALLER

Comunalitat de Manresa

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb
info@comunalitatmanresa.cat o trucant al
633 32 32 05

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Manresa

RUTA DELS CASALS I ATENEUS

TIPUS D'ACTIVITAT	Ruta
DURADA DE L'ACTIVITAT	2h (adaptable)
LLOC	Indiferent
DESTINATARIS	ESO, Batxillerat, CFGM, CFGS, Associacions i Entitats
NÚM DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	-

OBJECTIUS

Visitarem els indrets que han configurat l'estructura organitzativa dels moviments socials de la ciutat. Els ateneus han estat el bastió dels moviments socials alternatius, el cau on s'activa la societat des de baix.

CONTINGUTS

Conèixer els moviments socials de la ciutat.

NOM ENTITAT QUE FA EL TALLER

Comunalitat de Manresa

OBSERVACIONS

Cal posar-se en contacte amb
info@comunalitatmanresa.cat o trucant al
633 32 32 05

POBLACIONS O COMARQUES ON OFERIM EL TALLER

Manresa

TALLERS TUTORIA
2025 - 2026

EXPOSICIONS



EXPOSICIÓ: “QUI SOC?”

PERÍODE D'EXECUCIÓ	D'octubre a maig.
DURADA DE L'ACTIVITAT	Sense un temps màxim.
LLOC	Instituts de Manresa, sales d'exposicions, centres cívics, casals, etc.
DESTINATARIS	Tothom

OBJECTIUS

Autoreflexionar sobre els prejudicis i estereotips que té cada persona. Visualitzar tota la realitat juvenil de la ciutat de Manresa.

Acostar les històries de vida a la població amb una visió positiva i constructiva.

Trencar amb la visió única de la persona jove i/o migrant amb poques expectatives de futur.

OBSERVACIONS

Per fer la reserva cal contactar amb el Casal de Joves La Kampana:

- kampanacasal@gmail.com
- 93 872 92 37
- 693 926 497

CONTINGUTS

Material: 9 lones mida A0 (841 x 1189 mm) 9 joves / 9 històries de vida.

A través d'aquestes lones l'espectador es trasllada a imaginar-se la vida del jove que veu a la lona. Se li pregunta “QUI SOC?” “Quina és la meva història de vida?”

En la mateixa lona hi ha un codi QR, on a l'escanejar, et porta a la pàgina web de manresajove.cat, on surt la imatge del/la mateix/a jove del plafó, la qual s'haurà de clicar sobre de la fletxa per accedir a tres inicis d'històries de vida, una de les quals és la certa. Aquestes estan carregades d'estereotips i prejudicis, que condicionen en la decisió de la resposta. Una vegada escollida, et dona l'opció de llegir la història real del/de la jove.

Finalment es clica a “envia” perquè es faci un recull de la gent que ha participat a l'exposició.

EXPOSICIÓ: DISPARANT ART

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TIPUS D'ACTIVITAT	Exposició, visita guiada opcional i dinàmiques vivencials i debat
TEMÀTICA	Moviments migratoris, causa de les migracions, conèixer altres realitats
PERÍODE	Curs escolar
DURADA	Instal·lació de l'exposició. Visita guiada: 1 hora
LLOC	Aula
DESTINATARIS	1r ESO. Adaptable a altres nivells
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	L'exposició (explicació a continuació)

OBJECTIUS

Reflexionar sobre els desplaçaments humans, apropar-se a les persones malgrat siguin de diferents països.

Adonar-se que entre éssers humans tenim moltes semblances afavorint a l'empatia..

MATERIALS

Ordinador i projector per a realitzar l'activitat a l'aula i un espai al centre per penjar l'exposició (cada lona porta 4 ulls per a poder ser penjades i fa 1,68x69cm) El transport va a càrrec del centre que haurà de venir a buscar i retornar l'exposició a la Casa per la Pau i la Solidaritat Flors Sirera. **Material, muntatge i desmuntatge a càrrec de Flors Sirera**

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

CONTINGUTS

Exposició que consta de 6 lones en la que es mostra el poema de Joana Raspall 'Podries' que ens acosta al patiment i ens convida a l'empatia i solidaritat reflexionant al voltant de les desigualtats.

El poema és un homenatge als que han de marxar involuntàriament dels seus llocs d'origen degut als conflictes armats o crisis humanitàries i a partir d'això en les altres lones es destaquen persones de Manresa i d'altres països del món, agrupades per edats (infants, joves, gent gran i homes i dones) intentant trobar punts en comú malgrat diferències que els puguin separar. Les fronteres es mouen, malgrat construir murs que empresonin i vulguin tancar i reprimir la llibertat. Mitjançant l'exposició es poden dur a terme diferents dinàmiques participatives que ens permetran reflexionar al voltant de temes com l'empatia, els moviments migratoris, la cultura de la violència i de la pau, la comunicació... també es preveu projectar un petit curtmetratge sobre el tema.

Demanem que l'equip docent acompanyi al grup al llarg de l'activitat.

EXPOSICIÓ: PODRIES SER TU

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TIPUS D'ACTIVITAT	Exposició, visita guiada opcional i dinàmiques vivencials i debat
TEMÀTICA	Moviments migratoris, causa de les migracions, conèixer altres realitats
PERÍODE	Curs escolar
DURADA	Instal·lació de l'exposició. Visita guiada: 1 hora
LLOC	Aula
DESTINATARIS	1r ESO. Adaptable a altres nivells
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	L'exposició (explicació a continuació)

OBJECTIUS

Reflexionar sobre els desplaçaments humans, apropar-se a les persones malgrat siguin de diferents països.

Adonar-se que entre éssers humans tenim moltes semblances afavorint a l'empatia..

MATERIALS

Ordinador i projector per a realitzar l'activitat a l'aula i un espai al centre per penjar l'exposició (cada lona porta 4 ullets per a poder ser penjades i fa 1,68x69cm) El transport va a càrrec del centre que haurà de venir a buscar i retornar l'exposició a la Casa per la Pau i la Solidaritat Flors Sirera. Material, muntatge i desmuntatge a càrrec de Flors Sirera

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

CONTINGUTS

Exposició que consta de 6 lones en la que es mostra el poema de Joana Raspall 'Podries' que ens acosta al patiment i ens convida a l'empatia i solidaritat reflexionant al voltant de les desigualtats.

El poema és un homenatge als que han de marxar involuntàriament dels seus llocs d'origen degut als conflictes armats o crisis humanitàries i a partir d'això en les altres lones es destaquen persones de Manresa i d'altres països del món, agrupades per edats (infants, joves, gent gran i homes i dones) intentant trobar punts en comú malgrat diferències que els puguin separar. Les fronteres es mouen, malgrat construir murs que empresonin i vulguin tancar i reprimir la llibertat. Mitjançant l'exposició es poden dur a terme diferents dinàmiques participatives que ens permetran reflexionar al voltant de temes com l'empatia, els moviments migratoris, la cultura de la violència i de la pau, la comunicació... també es preveu projectar un petit curtmetratge sobre el tema.

Demaneu que l'equip docent acompanyi al grup al llarg de l'activitat.

EXPOSICIÓ: DONES DEFENSORES DELS DDHH

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TIPUS D'ACTIVITAT	Exposició al centre educatiu
TEMÀTICA	Visibilització del paper de les dones en la construcció de la pau al món.
PERÍODE	Curs escolar
DURADA	15 dies d'exposició (mínim). Visita guiada opcional amb activitat d'1h o 2h.
LLOC	Aula o centre educatiu
DESTINATARIS	Secundària
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Plafons de l'exposició

OBJECTIUS

L'exposició vol esdevenir un reconeixement per a totes aquelles dones, reconegudes i anònimes, que treballen permanentment en la consecució i consolidació de drets, reconeixent a més les violències específiques que pateixen per la seva tasca. Així l'exposició mostra la lluita de les dones per la defensa de la terra i el medi ambient, pels drets a la participació social, pel dret a decidir lliurement, entre d'altres. També vol ser un record per a totes aquelles dones que, com la manresana Flors Sirera, van ser assassinades mentre treballaven per construir societats més justes.

REQUISITS DE PETICIÓ

Recollida, muntatge i retorn per part de l'entitat sol·licitant. Gratuït.
Material, muntatge i desmuntatge a càrrec de Flors Sirera

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

FORMAT I DISSENY

L'exposició compta de de 12 lones individuals i una lona de presentació doble.

- **Lona 1:** Presentació de la proposta amb el mapa del món on s'hi situarà el país on cada dona ha realitzat el seu treball en la defensa dels drets humans.
- **Lones 2 a 12:** 10 lones amb informació de 8 dones defensores. Amb fotografies, informació bàsica, situació al país en concret, vinculació amb un ODS i entitat que ha fet la proposta.
- **Lona 13:** Informació del projecte i la campanya, així com de les entitats involucrades en la proposta.

Tamany: Lona 1-2mx1,90m / Lona 2 a 13-1mx1,90m / Amb anelles. Necessitat d'una superfície per penjar-les.

Disseny: Elena Sixto

EXPOSICIÓ: SIGUEM REFUGI

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TEMÀTICA	El refugi com dret humà i l'acollida com justícia global.
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	1 hora el taller (entre 15 i 30 dies exposada al centre)
LLOC	Centre escolar
DESTINATARIS	3r i 4rt ESO, mòduls i batxillerat
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Espai per posar 3 lones de 2mtx1mt i 9 lones d'1mt x 1mt. Totes porten anelles per penjar-les. Cal mòbil per seguir QR (pot ser un per cada 5 estudiants). El muntatge i desmuntatge es a càrrec del Flors Sirera.

OBJECTIUS

Visibilitzar la vulneració dels drets humans de les persones refugiades.

Conèixer què és la Protecció Internacional i el compromís que van adquirir els països d'Europa.

Entendre la ciutat de Manresa en el context global.

Donar veu a les entitats de cooperació de Catalunya implicades en la lluita pels drets de les persones refugiades.

CONTINGUTS

Siguem refugi és una exposició que s'endinsa en la realitat de 3 campaments de persones refugiades: Líban, Illes Canàries i Palestina. Apropa als joves la realitat del procés migratori, les condicions de vida de les persones que els habiten i la vulneració de drets humans que pateixen. També dóna a conèixer la implicació dels municipis catalans en projectes de cooperació centrats en acompanyar les persones en el seu camí migratori.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Programa de Sensibilització i Educació en valors.

Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

EXPOSICIÓ: ELS CONFLICTES ARMATS, LA PAU DIBUIXADA

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TEMÀTICA	Guerra i Pau a partir de dibuixos fets per infants
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	1 hora visita exposició
LLOC	Centre escolar
DESTINATARIS	1r i 2n d'ESO
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Espai a l'aula o altre lloc per posar 5 plafons auto-enrotllables de 2m d'alçada per 80cm de diàmetre. Muntatge i desmuntatge a càrrec del Flors Sirera el mateix dia del taller

OBJECTIUS

Reflexionar sobre els conflictes armats actuals i passat, sobre les seves causes i conseqüències i sobre l'utilització del dibuix com a instrument terapèutic per narrar allò viscut.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

CONTINGUTS

Exposició de dibuixos realitzats per infants de diferents països del món afectats per conflictes armats al voltant del tema de les armes i els soldats, les violacions dels drets humans i les seves conseqüències, les cases i els moviments de desplaçats i refugiats i dibuixos sobre la pau. S'inclouen també textos descriptius i poemes escrits per infants.

EXPOSICIÓ: DONA-LI LA VOLTA AL MÓN

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TEMÀTICA	Problemes contemporanis per la convivència i alternatives transformadores
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	1 hora visita – Taller. Entre 15 – 30 dies exposada al centre
LLOC	Centre escolar
DESTINATARIS	ESO, Batxillerat i Cicles formatius.
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Espai per posar 10 lones de 2x2 m i 9 lones d'1x2 m. Possibilitat de penjar o de posar-les en reixes mòbils. Calaixera amb informació. Material, muntatge i desmuntatge a càrrec de Flors Sirera

OBJECTIUS

Aquesta exposició vol donar a conèixer els principals problemes contemporanis per la convivència social, explicar les causes d'aquests i desigualtats i conèixer les alternatives que la cooperació transformadora ofereix a nivell local i internacional

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Programa de Sensibilització i Educació en valors.
Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

CONTINGUTS

Anàlisi del problemes actuals amb visió no de caritat sinó de justícia global i possibilitats transformadores: acumulació i desigualtats; hiperconsum i misèria; poder i violències: ignorància i egoisme. També parla d'extraordinaris fenòmen de la natura i de la societat. Lones interactives sobre el bon viure, inclusió, equitat i models alternatius de felicitat, drets humans, pau i refugi. Finalment exposa el model de cooperació que proposa el Consell Municipal de solidaritat i l'ajuntament de Manresa

EXPOSICIÓ: TEMPS DE CANVI

ENTITAT	Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera
TEMÀTICA	Drets humans: compromís ciutadà amb la pau, la convivència i el planeta
PERÍODE	De setembre a juny
DURADA	1 hora el taller (entre 15 i 30 dies exposada al centre)
LLOC	Centre escolar
DESTINATARIS	ESO, Batxillerat i Cicles formatius.
MATERIAL NECESSARI DEL CENTRE	Espai per posar 8 lones d' 1,90 x 1,30. Totes porten ullers, per ser penjades. Cal mòbil per seguir QR (pot ser un per cada 5 estudiants). El muntatge i desmuntatge és a càrrec de la Casa per la Solidaritat i la Pau Flors Sirera.

OBJECTIUS

- Treballar el concepte de pau positiva.
- Ampliar la mirada sobre els drets humans i la possibilitat de contribuir des de la ciutat de Manresa
- Comprendre la interrelació global: nord – sud.
- Prendre consciència de les accions i reptes que ens planteja la societat actual.

PERTINÈNCIA DEL PROJECTE

- Programa de Sensibilització i Educació en valors.
- Programa de Cooperació de l'Ajuntament de Manresa

CONTINGUTS

Temps de canvi és una exposició que treballa la pau positiva a partir de 9 lones que expliquen els reptes de les societats actuals: convivència i diversitat; justícia i equitat; educació transformadora; seguretat i desarmament; comerç local; comerç just internacional i sostenibilitat ambiental.

La pau positiva és un dret humà universal: totes i tots tenim dret a viure en pau. No només sense conflictes armats, sinó en comunitats segures i saludables, on tots els drets siguin assolits i garantits. Construir pau vol dir viure i respectar el drets individuals, col·lectius i dels pobles, tant els drets civils i polítics com els econòmics, socials, culturals i ambientals. I per això, és urgent una educació integral que promogui una cultura activa de pau i bon viure col·lectiu.

EXPOSICIÓ: EL TABAC SENSE FILTRES!

TIPUS D'ACTIVITAT	Exposició i taller
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Per setmanes, depenent del volum de grups. Dates a concretar: finals d'abril i mes de maig.
DURADA DE L'ACTIVITAT	2 hores
LLOC	Oficina Jove del Bages
DESTINATARIS	1r i 2n ESO
NÚM. DE PARTICIPANTS	Grup classe
MATERIAL	Exposició

OBJECTIUS

Donar eines per contrarestar els mecanismes que influeixen en els processos de pressió de grup i manipulació social.

Transmetre les informacions més rellevants relacionades amb el tabac i el seu consum: context històric i social, característiques biològiques, impacte en la salut...

Conèixer el procés que condueix a l'addicció, i donar eines per evitar-lo.

CONTINGUTS

A partir del fil conductor de l'exposició s'aniran abordant els diferents aspectes preventius vers el consum de tabac en adolescents i joves, centrant el discurs en la presa de decisions de manera crítica, i donant eines que s'ajusten a les necessitats d'acceptació per part del grup que té la població jove.

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Mediare.cat / Oficina Jove del Bages

QUE NO ET VENGUIN LA LLAUNA!

TIPUS D'ACTIVITAT	Exposició dinamitzada
PERÍODE D'EXECUCIÓ	Tot el mes d'octubre del 2025
DURADA DE L'ACTIVITAT	1 hora i mitja
LLOC	Espai Jove Joan Amades
DESTINATARIS	1er ESO
MATERIAL	Grup classe

OBJECTIUS

Facilitar eines per generar una visió més crítica sobre els missatges publicitaris de les marques de Begudes Energètiques.

Promoure la presa de consciència sobre els riscos del consum de Begudes Energètiques en la pròpia salut.

Afavorir la presa de decisions més informades sobre el consum de Begudes Energètiques.

CONTINGUTS

Podeu sol·licitar l'exposició enviant un correu a l'Oficina Jove del Bages

PERTINENÇA DEL PROJECTE

Ajuntament de Manresa – Unitat de Sanitat de
l'Ajuntament de Manresa
Consell Comarcal del Bages



ASSESSORAMENT JUVENIL A L'OFICINA JOVE DEL BAGES



Espai Èmfasi : servei de psicologia individualitzada per a joves i famílies. Activitats grupals, tallers i xerrades als centres educatius i entitats. Adreçat a joves de 12 a 35 anys, famílies de persones joves i professionals que intervenen amb persones joves.

✉ salutbages@oficinajove.cat

📞 670 22 81 58



Vols informació sobre els diferents itineraris formatius? Necessites orientació sobre formació reglada i no reglada? Des de l'assessoria d'educació t'acompanyem en el disseny del teu itinerari formatiu!

✉ educaciobages@oficinajove.cat

📞 676 66 41 42



Busques feina? Vols que algú t'ajudi amb el teu itinerari formatiu i/o laboral? L'assessoria d'ocupació és un servei de l'Oficina Jove que ofereix suport en tot allò relacionat amb l'ocupació de les persones joves.

✉ treballjove@ajmanresa.cat

📞 676 68 69 14



Vols crear una entitat? necessites assessorament en el teu projecte? Des de l'assessoria d'entitats et podem ajudar!

✉ participaciobages@oficinajove.cat

📞 676 66 41 42



T'agradaria fer un voluntariat a l'estranger? un camp de treball? Des de l'assessoria de mobilitat et facilitem informació, orientació i assessorament sobre els diferents opcions per fer una estada a un altre país.

✉ mobilitatbages@oficinajove.cat

📞 676 66 41 42



C/ Sant Blai 14
93 877 13 60
676 66 41 42
bages@oficinajove.cat



Si tens dubtes de qualsevol àmbit, posa't en contacte amb nosaltres:

✉ bages@oficinajove.cat

☎ 93 877 13 60

💬 676 66 41 42

🏠 C/ Sant Blai 14, Manresa

🕒 Horari d'atenció al públic:
Matins: Dilluns, dimarts i dijous de 9 a 14h
Tardes: De dilluns a divendres de 16h a 19h

📷 [manresajove_ojb](https://www.instagram.com/manresajove_ojb)

🐦 [ManresaJove](https://twitter.com/ManresaJove)

📘 [Manresa ojb](https://www.facebook.com/Manresaojb)



www.manresajove.cat