



Catàleg de RECURSOS

Per escoles de primària
i centres de secundària



ÍNDEX DELS RECURSOS

PRESENTACIÓ DE SERVEIS

Servei d'informació i atenció a les dones Montserrat Roig (SIAD)	2
Servei d'atenció integral LGTBI (SAI)	3

RECURSOS PER A TOTS ELS CENTRES EDUCATIUS

■ Suport tècnic en temàtiques relacionades amb el gènere i la diversitat	4
--------------------------------------------------------------------------	---

ESCOLES DE PRIMÀRIA

PROJECTES

■ ConciliaBUS	6
■ La Bossa Vermella: Benvinguda menstruació	7
■ Patis coeducatius	8

MATERIALS

■ Photocall: Juguem lliures: pirates i fades	9
■ El Sac de la diversitat: "La Perruca de Luca"	10
■ Maleta coeducativa: Rodant per a la Igualtat	11
■ Exposició "Què ens oculten els contes"	12

CENTRES DE SECUNDÀRIA

TALLERS

■ Lia't sense llios	14
■ Emocions, sexe i plaer	15
■ Desmuntant la violència masclista: taller de Masculinitats alternatives (per a nois) i taller d'Autodefensa feminista (per a noies)	16
■ Diferentment Iguals (Diversitat afectiva, sexual i de gènere)	17
■ Desmuntant el gènere (Per a programes d'ocupació i educació especial)	18

PROJECTES

■ Projecte conjunt amb el Centre Penitenciari Lledoners: I creus que això és amor?	19
------------------------------------------------------------------------------------	----

MATERIALS AUDIOVISUALS

■ Quan l'amor fa mal	20
■ Joc interactiu: Super SIAD	21
■ Et creus més home?	22
■ La història del Pol i la Sara	23
■ Què t'ho impedeix?	24

**Els recursos es poden sol·licitar escrivint un correu al
siad@ajmanresa o sai@ajmanresa.cat**

SERVEIS I RECURSOS DE LA REGIDORIA DE FEMINSMES I LGTBI (SIAD I SAI) ADREÇATS ALS CENTRES EDUCATIUS

PRESENTACIÓ DELS SERVEIS

SERVEI D'INFORMACIÓ I ATENCIÓ A LES DONES MONTSERRAT ROIG (SIAD)

El **SIAD** és un servei municipal gratuït que ofereix informació, atenció i assessorament en tots aquells temes d'interès per a les dones de Manresa. L'accés és presencial, telefònic, electrònic i per derivació d'altres professionals.

QUÈ OFEREIX?

■ Servei d'informació a les dones

Informació a les dones, entitats i a la ciutadania en general sobre recursos, actes i activitats relacionades amb la igualtat entre dones i homes.

■ Servei d'atenció psicològica

Atenció psicològica per a qualsevol dona en situació de discriminació per motiu de gènere, ja sigui en l'àmbit familiar, laboral o social.

■ Servei d'assessorament legal

Orientació i assessorament legal per a dones al voltant de temes relacionats amb separacions, divorcis, temes de parella, impagament de pensions, dret laboral, maternitat, excedències,...

■ Tallers de creixement personal per a dones

Xerrades i tallers per fomentar l'autonomia i l'empoderament de les dones. Si vols rebre informació sobre els tallers que s'hi realitzen, envia un correu al SIAD indicant el teu correu electrònic perquè t'incloguin al mailing, o segueix-nos al Facebook, Instagram,...

■ Suport a entitats

Orientació, assessorament i suport tècnic i logístic a entitats i grups de dones.

■ Accions de sensibilització

Campanya del Dia internacional de les Dones, Dia internacional contra la violència masclista, Dia internacional de la Salut de les Dones.

■ Accions de prevenció

Tallers, xerrades i altres accions adreçades als centres educatiu i altres col·lectius juvenils. Assessorament e informació a professional.

Informació i assessorament per a professional en temàtiques de gènere

SERVEI D'ATENCIÓ INTEGRAL LGTBI (SAI)

El **SAI** és un servei d'atenció, assessorament, acompanyament i informació destinat a tota la població en general però en especial a aquelles persones LGTBI+ (lesbianes, gais, trans*, bisexuals i intersexuals) que hagin patit, pateixin o estiguin en risc de patir alguna situació de discriminació per raó d'orientació sexual, identitat o expressió de gènere.

Treballem també per l'erradicació de la LGTBI-fòbia, amb la finalitat d'anar construint una Manresa lliure de discriminacions, més oberta i igualitària.

QUÈ OFEREIX?

- Atenció, informació i assessorament propera, gratuïta i personalitzada, sobre la diversitat afectiva, sexual i de gènere.
- Assessorament i acompanyament adreçat a persones LGTBI i familiars, pels recursos especialitzats del territori.
- Assessorament i informació a professionals per entendre i/o abordar la discriminació per motius d'orientació sexual, identitat i expressió de gènere.
- Suport i acompanyament per a presentar incidències i denúncies relacionades amb la discriminació per motius d'orientació sexual, identitat i expressió de gènere.
- Gestió i tramitació del canvi de nom, per a majors i menors d'edat, en la targeta sanitària i altre documentació.
- Suport tècnic i logístic a entitats i col·lectius LGTBI de la ciutat.
- Informació i divulgació de material de sensibilització i contra la LGTBI-fòbia.

DADES DE CONTACTE DELS SERVEIS

Adreça: C/ de la Canal, núm. 6, 1r. 08241 Manresa

Telèfon: 938752310

Correu electrònic: sai@ajmanresa.cat, siad@ajmanresa.cat

Horari: De dilluns a divendres de 9 a 14 h. Dilluns i dijous de 15 a 19 h.

RECURSOS PER A TOTS ELS CENTRE EDUCATIUS: Suport i assessorament tècnic

- **TIPUS D'ACCIÓ:** Suport tècnic
- **OBJECTIU:**
Donar assessorament i suport als equips directius, professorat, alumnat i/o AFAS, en temàtiques relacionades amb el gènere i la diversitat sexo-afectiva.
- **BREU DESCRIPCIÓ:**
A petició dels centres educatius, les tècniques dels SIAD i SAI donaran assessorament i suport personalitzat:
 - o Conflictes derivats per qüestions de gènere
 - o Activitats preventives
 - o Creació de grups
 - o Accions dins les campanyes de sensibilització (1 de febrer, 8 de març, 17 de maig, 28 de maig, 28 de juny, Octubre trans, 25 de novembre...)
- **A QUI VA DIRIGIT:** A tots els centres educatius de la ciutat.
- **REQUISITS:** Ser un centre educatiu de Manresa.





ESCOLES DE PRIMÀRIA



PROJECTE:

ConciliaBus

■ **TIPUS D'ACCIÓ:**

Projecte d'acompanyament col·lectiu d'infants a l'escola.

■ **OBJECTIU:**

Promoure, afavorir i facilitar la conciliació laboral, familiar i personal, alliberant temps per les famílies, especialment per les dones, a qui majoritàriament i històricament s'ha atribuït el treball de les cures, a través de l'acompanyament d'infants a l'escola i afavorint així l'adquisició de més autonomia i noves habilitats.

■ **BREU DESCRIPCIÓ:**

El Servei d'Acompanyament amb Monitoratge del Camí a l'Escola (modalitat 'bus a peu', 'bici bus' o 'bus urbà') pretén constituir-se com un servei d'acompanyament en l'anada del camí a l'escola, per afavorir la conciliació de les famílies diverses i alhora promoure un model de mobilitat sostenible en horari de màxima mobilitat a la ciutat de Manresa, com és el de la franja de les 08'30h a les 09:30h del matí.

A QUI VA DIRIGIT:

- Escoles de la ciutat de Manresa.

REQUISITS:

- Promoure el treball col·laboratiu amb la implicació i compromís de les escoles, les AMPAS, AFAS i CAFI.



PROJECTE:**La Bossa Vermella:
Benvinguda menstruació****■ TIPUS D'ACCIÓ:**

Formació/material de cessió

■ OBJECTIU:

Aportar eines que ajudin a les escoles i a les famílies a l'hora d'acompanyar les nenes de forma positiva en l'experiència vital que implica la primera menstruació; informar i poder parlar obertament sense tabús sobre els canvis físics, emocionals i psicològics que experimentaran i potenciar la seva autoestima, la seva imatge corporal positiva i el respecte envers elles mateixes.

També pretén ser una eina de normalització a través de la qual els nens de la classe puguin entendre, conèixer i respectar els cossos de les seves companyes i els canvis fisiològics que es donen en aquesta etapa, com també reflexionar sobre els canvis que ells també viuran.

■ BREU DESCRIPCIÓ:

El projecte inclou diferents materials (Bossa amb contes, materials de recollida de sagnat i proposta d'activitats) per treballar a l'aula o per emportar-se'ls a casa i treballar-ho també amb la família. També inclou formació pel professorat i per a les famílies.

■ A QUI VA DIRIGIT:

Alumnat de 4art, 5é i 6é

■ REQUISITS:

Ser una escola de primària de Manresa. És necessari passar a recollir el material pel SIAD.



PROJECTE:
Patis coeducatius

■ **TIPUS D'ACCIÓ:**

Projecte de transformació del pati.

■ **OBJECTIU:**

Realitzar una diagnosi i proposta de transformació de la situació actual del pati escolar, però no només com a espai físic de joc i trobada, sinó també per transformar les relacions de gènere que es perpetuen a la nostra societat i que es reflecteixen des de la infància, també en els espais físics.

■ **BREU DESCRIPCIÓ:**

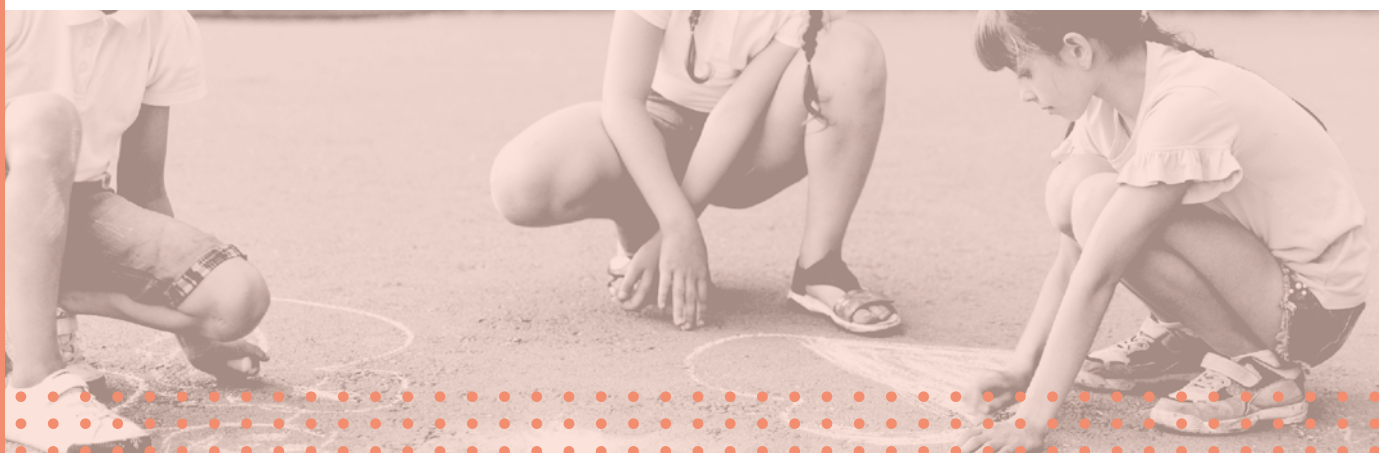
Acompanyament tècnic per a definir conjuntament el projecte ajustant-lo a les necessitats del centre educatiu; elaboració de la diagnosi inicial; definir les actuacions concretes i com es podran dur a terme; avaluació contínuament dels canvis produïts i acompanyament durant el procés de seguiment. Inclou formació pel professorat i altre personal del centre i tallers per l'alumnat.

■ **A QUI VA DIRIGIT:**

Escoles de primària de Manresa. Fase prova pilot.

■ **REQUISITS:**

Implicació i compromís del centre amb el projecte de forma transversal i assumir les despeses de les propostes que sorgeixin per a transformar el pati.



MATERIAL:**Photocall: Juguem lliures: pirates i fades****TIPUS D'ACCIÓ:**

Material de préstec.

OBJECTIU:

Trencar estereotips de forma divertida, jugant a ser personatges que no segueixen els rols tradicionals de gènere: un follet i una pirata.

BREU DESCRIPCIÓ:

2 plafons de cartró ploma verticals de 10mm, mida 140x100cm.

A QUI VA DIRIGIT:

Escoles de Manresa i altres serveis o entitats que treballin amb infants.

REQUISITS:

Fer la reserva al SIAD, firmar el full de préstec i recollir els materials presencialment. Període de 15 dies prorrogables.



MATERIAL

Sac per la diversitat: La Perruca de Luca

■ **TIPUS D'ACCIÓ:**

Material de préstec.

■ **OBJECTIU:**

A partir del conte "La Perruca de Luca" i la guia pedagògica que l'acompanya, es pretén treballar per trencar i eliminar els estereotips i prejudicis adscrits al sexe-gènere, amb la intenció d'afavorir la possibilitat que cada infant es desenvolupi lliurement.

■ **BREU DESCRIPCIÓ:**

"La perruca de Luca" utilitza el conte il·lustrat com a eina didàctica des de la qual treballar els rols i estereotips de gènere que ens limiten.

Un conte que pretén transmetre, a partir de la màgia i la imaginació, una altra forma de relacionar-se entre infants, una altra forma de fer, sentir i viure en el món, en el qual les regles de joc siguin el respecte a la diferència, l'expressió sense càstig i la transformació dels valors de gènere.

■ **A QUI VA DIRIGIT:**

A infants de 3 a 8 anys.

■ **REQUISITS:**

Fer la reserva al SIAD, firmar el full de préstec i recollir els materials presencialment. Període de 15 dies prorrogables. Període de préstec 15 dies prorrogables.



MATERIAL:**Maleta coeducativa:
Rodant per la igualtat****■ TIPUS D'ACCIÓ:**

Material de préstec.

■ OBJECTIU:

Trencar els estereotips de gènere; educar en la diversitat i contra la violència masclista i promoure el respecte entre els infants.

■ BREU DESCRIPCIÓ:

Consta de 2 maletes itinerants: una, adreçada a l'alumnat d'infantil i cicle inicial i l'altre adreçada a cicle mitjà i superior. La maleta conté contes i dinàmiques, dividits en les següents temàtiques: educació sexo-afectiva i canvis corporals; prevenció de les violències masclistes, diversitat familiar i sexual; trencament d'estereotips; identitat i expressió de gènere i visualització de les dones i persones LGTBI+.

■ A QUI VA DIRIGIT:

Escoles de Manresa i espais d'educació en el lleure, biblioteques veïnals, centres oberts, etc.

■ REQUISITS:

Escoles: Fer la reserva a través del Centre de Recursos Pedagògics.

Altres serveis: fer reserva a través del SIAD.

Recollir les maletes presencialment

Període de préstec: Escoles 2 mesos. Altres entitats: 15 dies prorrogables.



MATERIAL:**Exposició: "Què ens oculten els contes?"****■ TIPUS D'ACCIÓ:**

Exposició.

■ OBJECTIU:

Treballar amb els contes de forma crítica, creativa i lúdica per tal d'evitar aquells contes que reforcen els estereotips negatius entre homes i dones que contribueixen a reforçar els prejudicis i a discriminar negativament per raó de gènere.

■ BREU DESCRIPCIÓ:

L'exposició està formada per 10 plafons de cartró ploma verticals de 60x80 cm.

■ A QUI VA DIRIGIT:

A escoles, AFAS i altres centres, entitats i serveis de Manresa.

■ REQUISITS:

Fer la reserva al SIAD, firmar el full de préstec i recollir els materials presencialment. Període de 15 dies prorrogables.





CENTRES DE SECUNDÀRIA

*Es podran realitzar altres tallers adaptats a problemes relacionats amb el gènere detectats als centres.

TALLER:

Lia't sense lios

■ **TIPUS D'ACCIÓ:**

Taller

■ **OBJECTIU:**

Introduir i aprofundir sobre la violència masclista digital i les diferents formes existents; detectar quan una pràctica digital es converteix en una agressió i quins són els possibles efectes; trencar amb la falsa dicotomia virtual-real per sensibilitzar sobre la magnitud del problema, i conèixer quines eines tenim al nostre abast per prevenir, detectar i combatre les violències digitals.

■ **BREU DESCRIPCIÓ:**

En aquest taller es treballarà què és la violència masclista digital, quins tipus hi ha, factors de risc i conseqüències, per tal de sensibilitzar al jovent sobre l'alt risc que comporta perpetrar aquest tipus de violència amb les seves respectives pràctiques. La metodologia d'aquesta acció partirà d'un vídeo introductori de la problemàtica, una part explicativa-participativa i una dinàmica final per posar en pràctica els continguts proposats.

■ **A QUI VA DIRIGIT:**

A 3r i 4t d'ESO

■ **REQUISITS:**

Duració dels tallers de 1:30h. Fer sol·licitud a través de l'Oficina Jove.



TALLER:

Emocions, sexe i plaer

■ TIPUS D'ACCIÓ:

Taller.

■ OBJECTIU:

Reflexionar sobre els rols de gènere vigents en la societat actual i sobre alguns dels trastorns psicoemocionals relacionats amb els estereotips i la pressió social; donar recursos per identificar i prevenir comportaments i situacions de risc, com ara les relacions d'abús sexual i/o emocional i sensibilitzar el jovent sobre la importància de la relació sexual consensuada i segura, físicament i emocionalment.

■ BREU DESCRIPCIÓ:

Es faran dinàmiques grupals per a conèixer i reflexionar sobre quins són els estereotips físics i sexuals que determinen i condicionen les relacions socials i el llenguatge dins del grup, així com l'autoimatge de cadascú. També es realitzaran activitats participatives per explorar i analitzar les emocions que comporta la sexualitat. Reflexions sobre la violència en les relacions de parella i com ens influeixen els mites sobre l'amor romàntic i la llibertat sexual.

■ A QUI VA DIRIGIT:

1r de batxillerat i 2n de cicles formatius de grau mitjà.

■ REQUISITS:

Duració del taller de 2h.

Fer sol·licitud a través de l'Oficina Jove.



TALLER:

Desmuntant la violència masclista: taller de masculinitats alternatives (per a nois) i taller d'autodefensa (per a noies)

■ **TIPUS D'ACCIÓ:**

Taller

■ **OBJECTIU:**

Qüestionar els rols de gènere en els quals se'ns socialitza i dotar-nos d'eines per trencar amb les dinàmiques de la violència sexista en totes les seves vessants.

■ **BREU DESCRIPCIÓ:**

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)

Al **taller d'autodefensa feminista**, es treballarà l'empoderament, l'autoestima, la força personal i col·lectiva, i diferents eines per defensar-nos de la violència masclista. Generarem un espai entre noies (i/o persones trans* i no binàries) on poder compartir amb confiança les nostres vivències en relació al masclisme, i desenvolupar juntes estratègies d'autodefensa.

Al **taller de masculinitats** es prendrà consciència sobre el model de masculinitat hegemònica i identificarem els privilegis d'aquesta i el rol social que implica ser home. Qüestionarem els privilegis d'aquests per transformar-los col·lectivament, deixant la culpa per assumir la responsabilitat. Generarem un espai entre nois (i/o persones no binàries) on poder parlar amb honestedat, confiança i afecte, treballant també la importància del contacte tant corporal com emocional entre homes.

■ **A QUI VA DIRIGIT:**

1r de batxillerat i 2n de mòduls de grau mitjà.

■ **REQUISITS:**

Els dos tallers s'han de fer paral·lelament separant nois i noies. Duració dels tallers de 2h cada un. Fer sol·licitud a través de l'Oficina Jove.

TALLER:

Diferentment Iguals (Diversitat afectiva, sexual i de gènere)

■ TIPUS D'ACCIÓ:

Taller.

■ OBJECTIU:

Donar a conèixer i normalitzar els conceptes claus que giren entorn de la diversitat afectiva, sexual i de gènere. Identificar prejudicis i estereotips existents entorn les persones LGTBI+ i treballar per prevenir la LGTBI-fòbia.

■ BREU DESCRIPCIÓ:

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.

■ A QUI VA DIRIGIT:

A l'alumnat de 2n d'ESO.

■ REQUISITS:

Duració del taller de 2h. Reservar el taller de setembre a novembre.
Fer la sol·licitud a través de l'Oficina Jove.



TALLER:

(Des)muntant el gènere

Per programes d'ocupació i d'educació especial

■ TIPUS D'ACCIÓ:

Taller

■ OBJECTIU:

Crear una base de coneixement sobre el sistema sexe-gènere: què significa, què implica i com es manifesta.

■ BREU DESCRIPCIÓ:

Es treballarà la diferència entre sexe i gènere, qüestionant processos de socialització que porten a desigualtats i la definició d'algunes d'aquestes. Identificar els rols de gènere i com aquests afecten de manera directa a la divisió desigual del treball. I, sobretot treballar per a obrir una porta al qüestionament i visibilització de diferències identitàries i desigualtats.

■ A QUI VA DIRIGIT:

Programes d'ocupació, entitats i grups de joves.

■ REQUISITS:

Duració del taller 1:30h. Fer sol·licitud a través del SAI-SIAD.



PROJECTE:

Projecte amb el Centre Penitenciari Lledoners: I creus que això és amor?

■ TIPUS D'ACCIÓ:

Projecte conjunt amb el Centre Penitenciari Lledoners

■ OBJECTIU:

Potenciar les relacions d'igualtat entre els dos gèneres; sensibilitzar i reconèixer les conseqüències d'una conducta masclista i les justificacions que se'n fan; prevenir la problemàtica de la violència de gènere; facilitar la detecció de situacions i actituds personals abusives, tant per part dels nois com a possibles agressors com per part de les noies com a possibles víctimes, i saber com actuar davant d'aquestes violències.

■ BREU DESCRIPCIÓ:

El projecte té cinc fases:

- Primera fase: visita del professorat al centre penitenciari.
- Segona fase: visita dels representants de l'alumnat al centre penitenciari.
- Tercera fase: treball a l'aula sobre la violència de gènere.
- Quarta fase: Xerrada dels interns de la presó condemnats per violència masclista en el centre educatiu.
- Cinquena fase: Xerrada de víctimes de violència masclista en el centre educatiu.

■ A QUI VA DIRIGIT:

1r de batxillerat

■ REQUISITS:

Es podrà realitzar només a dos centres de Manresa per curs escolar. S'haurà de realitzar totes les fases del projecte. Fer la sol·licitud a través de l'Oficina Jove.



MATERIAL AUDIOVISUAL

Quan l'amor fa mal

■ **TIPUS D'ACCIÓ:**

Vídeo documental (duració 30 minuts)

■ **OBJECTIU:**

Sensibilitzar sobre les conseqüències de patir una situació de violència; trencar mites sobre aspectes com l'edat i les condicions socials de les dones que han patit violència en la parella; i identificar el procés pel qual s'estableix una relació d'abús dins de la parella.

■ **BREU DESCRIPCIÓ:**

Documental basat en el testimoni de 12 dones que han patit violència masclista dins l'àmbit de la parella. Son relats en primera persona on, de forma propera i sincera, ens apropem a la seva experiència, les conseqüències que aquesta situació els ha comportat però també el camí cap a la recuperació. El reportatge reforça els testimonis reals amb escenes teatralitzades sobre episodis viscuts per les protagonistes.

■ **A QUI VA DIRIGIT:**

4t ESO, batxillerat i cicles formatius

■ **REQUISITS:**

Accedir-hi a través d'aquest enllaç: www.youtube.com/watch?v=41f6lcsqFyw



MATERIAL AUDIOVISUAL

Joc interactiu: Super Siad

■ **TIPUS D'ACCIÓ:**

Joc interactiu.

■ **OBJECTIU:**

Fer arribar als més joves un recurs on, a través del joc i el repte, es detectin actituds masclistes.

■ **BREU DESCRIPCIÓ:**

Es tracta d'un videojoc on un súper personatge recorre els carrers de Manresa aturant actituds masclistes.

■ **A QUI VA DIRIGIT:**

A partir de 10 anys

■ **REQUISITS:**

Accedir-hi a través d'aquest enllaç: manresa.cat/super-siad



MATERIAL AUDIOVISUAL

Et creus més home?

■ TIPUS D'ACCIÓ:

Vídeo (duració 1 minut)

■ OBJECTIU:

Sensibilitzar contra les violències masclistes

■ BREU DESCRIPCIÓ:

El vídeo posa el focus en els agressors i no en les víctimes. Són homes coneguts de la ciutat (o voltants), interpellant directament als agressors. Per la realització del vídeo s'ha comptat amb la col·laboració del jugador de bàsquet Rafa Martínez, el periodista Carles Jodar, el comunicador Enric Bastardes, el presentador d'esports Francesc Garriga i el músic Antonio el Remendao.

■ A QUI VA DIRIGIT:

Població en general i xarxes socials.

■ REQUISITS:

Accedir-hi a través d'aquest enllaç: www.youtube.com/watch?v=-w6LHeWjzQE



MATERIAL AUDIOVISUAL

La història del Pol i la Sara

TIPUS D'ACCIÓ:

Material audiovisual (duració 6 minuts)

OBJECTIU:

El vídeo pretén ser una eina de prevenció i identificació de les primeres agressions, com és l'inici de l'escalada de la violència masclista entre joves en les relacions de parella.

BREU DESCRIPCIÓ:

A través de breus escenes, la parella protagonista mostra situacions de violència masclistes que van en augment. Aquest material és també un recurs visual per reforçar la tasca de prevenció i sensibilització que es realitza tant en els tallers que el SAID ofereix als centre de secundària com en el treball a l'aula per part del professorat.

A QUI VA DIRIGIT:

A joves, públic en general i xarxes socials.

REQUISITS:

Accedir-hi a través d'aquest enllaç: www.youtube.com/watch?v=8TRITEpvKy0



MATERIAL AUDIOVISUAL

Què t'ho impedeix?

■ **TIPUS D'ACCIÓ:**

Vídeo (duració 1 minut)

■ **OBJECTIU:**

Sensibilitzar sobre la necessitat de trencar els estereotip de gènere que es manifesten en moltes situacions de la nostra vida (professions, aficions, esports, tasques quotidianes...).

■ **BREU DESCRIPCIÓ:**

Diferents persones que realitzen activitats socialment atorgades a l'altre gènere ens plantegen que res els impedeix fer-les.

■ **A QUI VA DIRIGIT:**

Població en general i xarxes socials.

■ **REQUISITS:**

Accedir-hi a través d'aquest enllaç: www.youtube.com/watch?v=buvLEyYkCDg





