PROPOSTA FORMATIVA PER A FAMÍLIES

CURS 2026-27

sexducacion



www.sexducacion.com
sexducacioncatalunya@gmail.com

Index

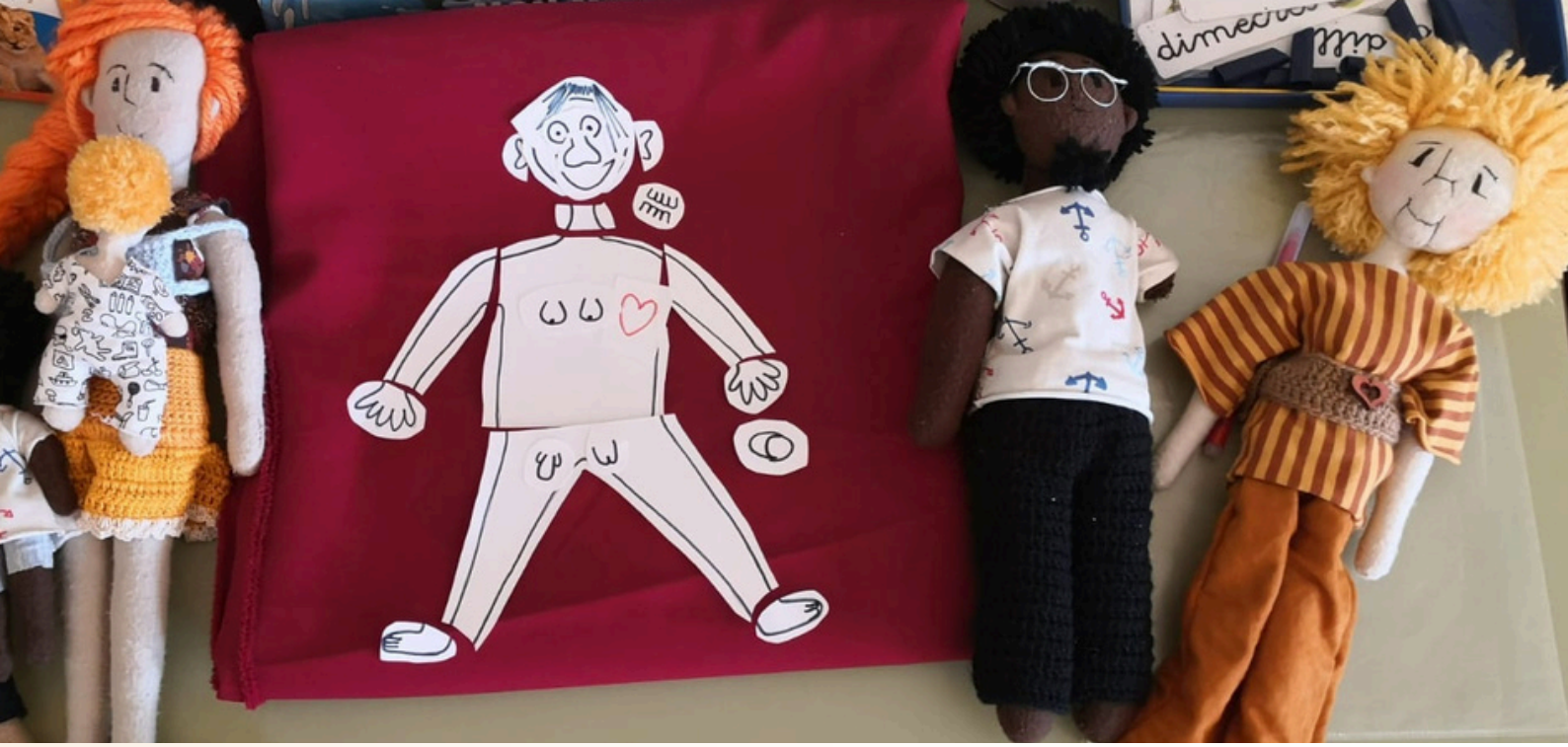
2 PRESENTACIÓ

3 SOBRE SEXDUCACION

4 PROPOSTA FORMATIVA

17 PRESSUPOST

19 CONTACTE



Presentació

Us presentem el nostre programa d'educació sexual dirigit a famílies d'alumnes.

En l'entorn familiar i escolar apareixen moltes situacions i preguntes inesperades sobre la sexualitat i afectivitat que tenen a veure amb la vivència de la sexualitat de niñxs i adolescents.

Moltes famílies i docents es pregunten si és adequat parlar de sexualitat a edats primerenques, què cal explicar i què no, com reaccionar davant unes certes preguntes i conductes i com transmetre una educació sexual de qualitat.

El nostre objectiu principal és assessorar, formar i fer costat a les famílies i centres educatius oferint-los una educació sexual integral de qualitat, proporcionant eines i recursos per a acompanyar la sexualitat des de la infància fins a l'adolescència d'una manera sana, responsable i plaen



Sobre Sexducacion

Assesorem
Formem
Acompanyem

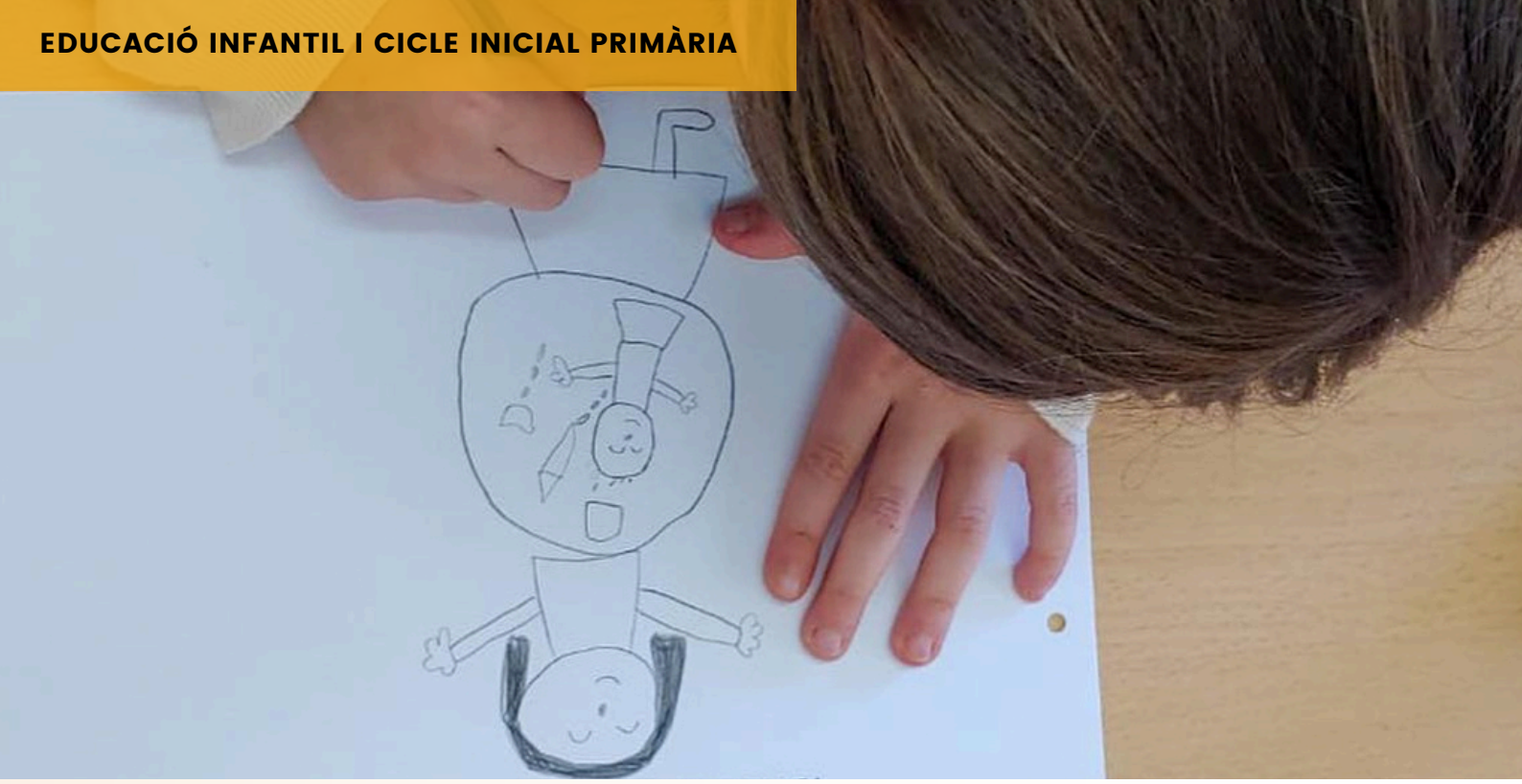
Totes les nostres formacions es basen en la metodologia de les cures, que consisteixen en respectar les necessitats de cada persona, a més de generar un espai segur, lliure de judicis, on la proximitat, respecte i confidencialitat quedin gatantits.

Som una associació sense ànim de lucre especialitzada en educació sexual i assessorament sexològic.

El nostre equip interdisciplinar està format per a professionals en les àrees de la sexologia, educació, pedagogia i psicologia.

Comptem amb una àmplia experiència en formació a les aules de tots els cicles educatius.

Cumplim amb la normativa establearta a l'art. 57.1 LO 08/2021, de protecció a la infància, per a treballar amb menors, i hem obtingut la certificació negativa del registre central de delinqüents sexuals.



COM ACOMPANYAR EN LA SEXUALITAT DURANT LA INFÀNCIA?

Tenen les nenes i nens de 2 anys sexualitat? I els nadons?
Què passa quan una nena de 3 anys té un comportament sexual inesperat?
És normal que un nen de 4 anys es toqui el penis?

Aparentment, la sexualitat en la nostra societat no és un tema tabú, no obstant això, què passa quan una criatura fa una pregunta directa sobre sexualitat?, com ens sentim?, què responem?

En aquesta formació ens centrarem en les necessitats d'educació sexual de la petita infància. Analitzarem la mirada adult-cèntrica cap a les expressions de la sexualitat infantil, resoldrem dubtes sobre com respondre davant determinades situacions de manera clara, senzilla i divertida.



AIXÒ ÉS DE NENS, AIXÒ ÉS DE NENES.
Situacions que generen conflictes.

En la vida quotidiana de les criatures petites es donen infinitat de situacions on el cos sexuat adquireix una àmplia presència a l'hora de triar una joguina, llegir un conte o triar amb què jugar.

Totes les persones som úniques i singulars però a vegades els estereotips de gènere que es projecten en funció del sexe biològic condiciona la nostra mirada i coarta la lliberta d'expressió d'algunes criatures.

En aquesta formació reflexionarem sobre la igualtat d'oportunitats, els estereotips de gènere, la diversitat, la coeducació i l'educació emocional i sexual de les criatures petites.

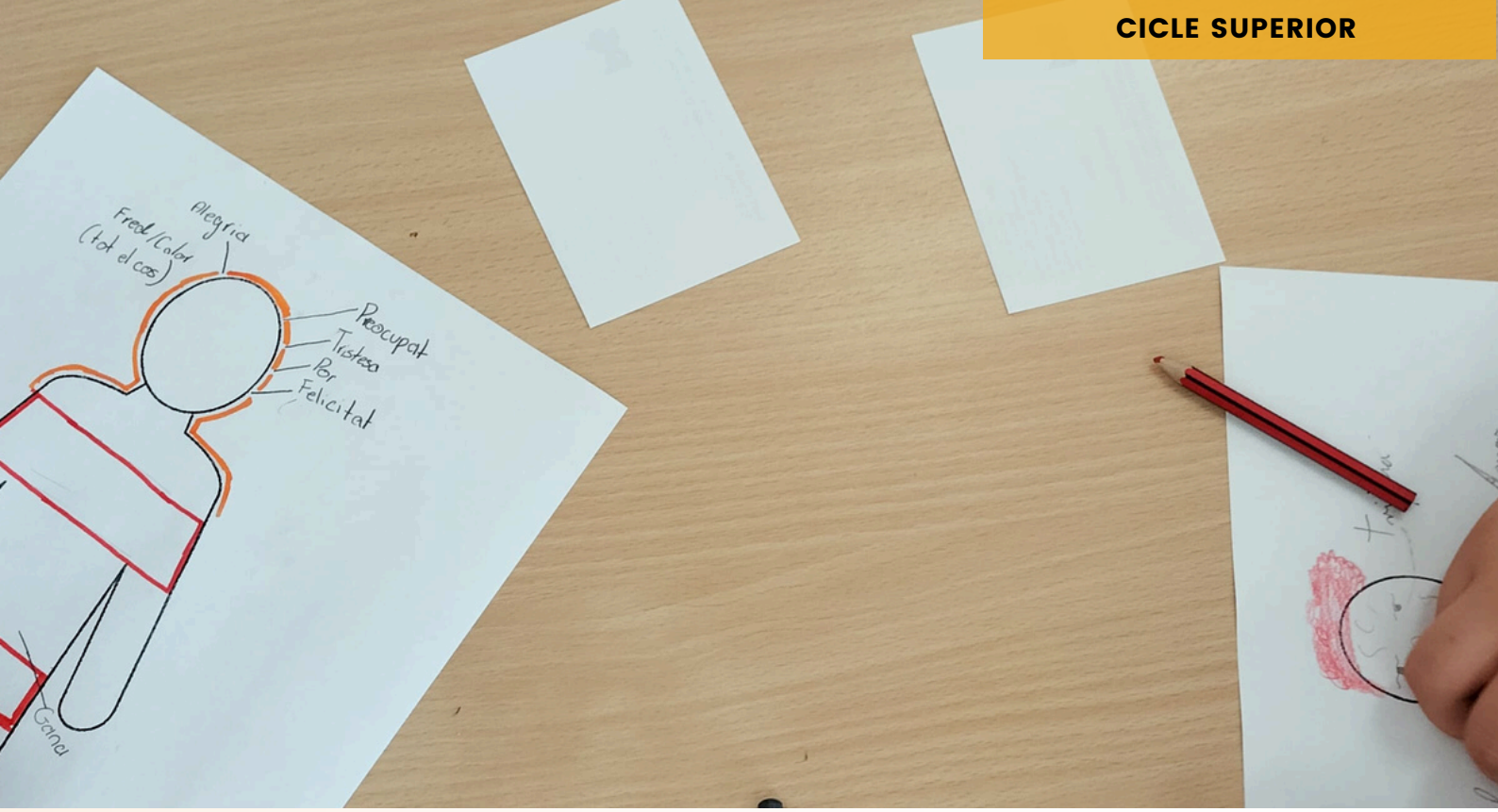


COM L'HI EXPLICO?

Ana, 6 anys, s'estimula els genitals en classe amb l'extrem de la cadira.
Mireia, 7 anys pregunta en classe com es fan els bebès.
Juan, 8 anys, pregunta al seu pare què és cardar.
Marta, 10 anys, té curiositat per veure imatges explícites de sexe.

Són normals aquestes preguntes, comportament i situacions? En algun moment, durant la criança de les nostres filles i fills, ens hem trobat amb aquesta mena d'escenaris incòmodes, graciosos, sorprenents i a vegades desconcertants.

En aquesta formació, parlarem de les diferents etapes del desenvolupament sexual i donarem eines sobre com actuar i què podem dir o fer davant aquesta mena de situacions.



QUÈ M'ESTÀ PASSANT?
Descobrint els canvis del meu cos

Com li explico a la meva filla què és la regla si jo mateixa desconec el seu funcionament?
I al meu fill he d'explicar-li alguna cosa sobre la regla?
Què passa amb les primeres ejaculacions?
He d'explicar-li alguna cosa sobre el plaer, les emocions i l'atracció sexual?

En aquesta formació abordarem els canvis físics, psicològics i relacionals que comencen a aparèixer durant la pre-adolescència.

Reflexionarem sobre les qüestions que han de conèixer a aquestes edats per a prevenir situacions de desconcert, rebuig o desconeixement sobre el propi cos i les emocions.



QUAN TOT CANVIA:
Una guia per a famílies en etapa de la preadolescència

Objetius:

- **Comprendre els principals canvis físics, emocionals i socials de la preadolescència.**
- **Entendre com es construeix l'autoestima i la identitat en aquesta etapa.**
- **Oferir eines per millorar la comunicació familiar.**
- **Aprendre a posar límits clars sense trencar el vincle.**
- **Acompanyar l'inici de les relacions i la curiositat sexual.**
- **Donar resposta a dubtes i situacions quotidianes de les famílies.**

Xerrada adreçada a famílies amb fills i filles en preadolescència, una etapa de canvis físics, emocionals i socials.

La sessió ofereix eines per entendre aquests canvis, acompanyar les primeres inquietuds sobre el cos, la identitat i les relacions, i mantenir una bona comunicació, el vincle i uns límits clars.



INTIMITAT, XARXES I PREADOLESCENTS: Com acompanyar des de casa

Objetius:

- **Entendre com es comuniquen infants i adolescents a través de xarxes socials i plataformes digitals.**
- **Identificar riscos habituals: exposició excessiva, pressió social, contactes no desitjats, ciberassetjament, sexting, etc.**
- **Reflexionar sobre la construcció de la identitat, la imatge corporal i l'autoestima en entorns digitals.**
- **Donar eines a les famílies per establir límits, normes i acords d'ús de pantalles.**
- **Oferir recursos pràctics de control parental i configuració de seguretat.**

Aquesta xerrada se centra en com els infants i adolescents es relacionen, es comuniquen i construeixen la seva identitat a través de les xarxes socials i entorns digitals.

Es treballarà la dimensió relacional i emocional de l'ús de pantalles, així com aspectes pràctics com eines de control parental, configuracions de privacitat i estratègies de supervisió adaptades a cada edat.



SEX O NO SEX
Parlem de sexualitat amb adolescents

Trobes un preservatiu en la cartera de la teva filla de 14 anys.
Les últimes webs obertes al seu ordinador són pàgines pornogràfiques.
El teu fill de 15 s'està besant amb una noia a la porta de l'institut.
La teva filla de 13 anys no sap si l'atreuen les noies o els nois.
El teu fill de 12 anys surt corrent cada vegada que vols parlar de sexualitat amb ell.

Quan arriba l'adolescència les famílies solen preocupar-se pels perills que s'associen a determinades pràctiques sexuals: embarassos, *ITS, violències i pornografia i menys pels plaers que acompanyen a la sexualitat.

En aquesta formació donarem pautes sobre què és important que sàpiguen a aquestes edats perquè es responsabilitzin de la seva sexualitat, quin és el nostre paper com a famílies i docents per a poder acompanyar-los en aquesta etapa de manera respectuosa.



TOT PER AMOR?
Desmuntant mites, expectatives i idees sobre l'amor romàntic.

La gelosia és un signe d'amor.
"Tinc les claus de les seves xarxes socials perquè no té res a ocultar-me"
"Passo de nois/noies, jo només vull carda amics"
"No m'interessa res el sexe"

La idea d'amor que ens arriba a través de les pel·lícules, sèries, *youtubers, *influencers i xarxes socials, transmeten una idea d'amor romàntic sense conflictes ni fissures. En moltes ocasions, ens mostren l'amor d'una manera desvirtuada i estereotipada: la mitjana taronja, l'amor obsessiu, la passió constant. Així mateix la visió de la sexualitat està plena de mites i estereotips: cossos normatius, blancs, joves, heterosexuals i relacions d'usar i tirar.

En aquesta formació parlarem sobre com acompanyar les primeres relacions amoroses i sexuals de les nostres filles i fills perquè siguin el més sanes i plaents possibles.



SEXE, DROGUES I PREVENCIÓ

El primer botelló del teu fill.
La primera borratxera de la teva filla.
Les primeres relacions sexuals durant les festes del poble.
El teu fill et conta que tots beuen perquè així és més fàcil lligar.

Una de les característiques de l'adolescència és la pressió del grup d'iguals. Moltes noies i nois joves s'inicien en el consum de drogues, sobretot tabac, alcohol i cànnabis a edats primerenques. Alguns nois i noies consideren que consumir alcohol o altres substàncies intensifica les seves relacions sexuals.

En aquesta formació facilitarem la informació necessària perquè les famílies estiguin informats sobre els efectes de l'alcohol, el tabac i el cànnabis en la gent jove i la repercussió en les relacions sexe afectives. Donarem pautes sobre com acompanyar la sexualitat en l'inici de les primeres relacions i consums perquè sàpiguen orientar a les seves filles i fills en la prevenció de possible riscos associats.

CICLE SUPERIOR PRIMÀRIA, ESO, CICLES FORMATIUS I BATXILLERAT



SEXUALITAT ENTRE PANTALLES: vida online i vida offline.

3 de cada 4 menors de 12 anys té mòbil.
El meu fill de 16 anys ha participat en un repte de Tik Tok.
La meva filla de 13 anys comparteix imatges del seu cos en Instagram.

Cada vegada és més habitual trobar-nos amb nenes, nens i adolescents amb problemes d'addicció al mòbil. Moltes vegades desconeixen els riscos als quals s'enfronten i ignoren les repercussions futures que poden tenir.

En aquesta formació donarem pautes clares perquè les famílies sàpiguen com acompanyar a les seves filles i fills en el bon ús del mòbil i de les xarxes socials. Parlarem sobre la protecció de la privacitat en l'entorn digital, els límits i els beneficis de les pantalles en la vida dels nostres fills i filles.



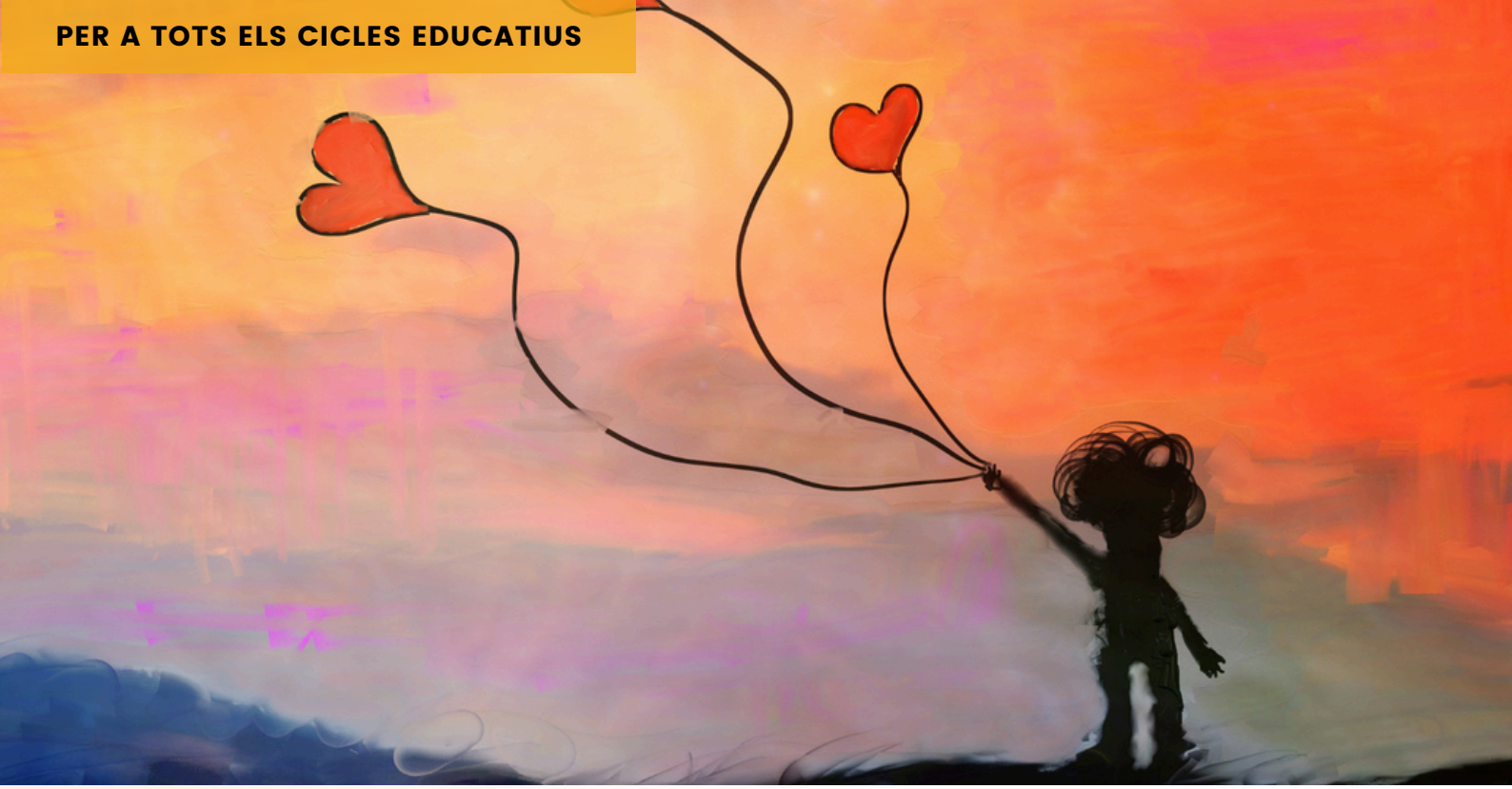
SEXUALITAT SENSE BARRERES: com acompanyar en sexualitat a persones amb diversitat funcional.

Les persones amb discapacitat física, psíquica o intel·lectual són persones sexuades amb necessitat de conèixer el seu cos, comprendre com funciona i expressar les seves necessitats emocionals i sexuals igual que la resta.

La sexualitat de les persones amb discapacitat està en el mateix terreny de joc que la resta de les sexualitats, amb les seves peculiaritats, matisos i singularitats.

En aquesta formació parlarem de les actituds cap a les persones amb diversitat funcional, el paper de les famílies i dels centres educatius en l'acompanyament del desenvolupament sexual de les persones amb diversitat funcional.

PER A TOTS ELS CICLES EDUCATIUS



EDUCAR PER PROTEGIR:
Educació sexual i prevenció de l'abús sexual infantil

Què és l'abús sexual en menors?
Qui ho sofreixen?
Qui ho exerceix?
Quin impacte té en els i les menors?
Per què és difícil explicar sobre l'abús a menors?

Parlar d'abús sexual és un tema que espanta i incomoda tant a famílies com a docents però posar-li paraules és l'única manera d'abordar-lo i intentar prevenir-lo.

En aquesta formació parlarem sobre les idees i missatges que podem transmetre a menors i joves per a prevenir l'abús sexual sense espantar-los. Donarem pautes sobre com acompanyar als i les menors que han estat abusats sexualment i oferirem recursos útils per a famílies i professorat.

PER A TOTS ELS CICLES EDUCATIUS



MÉS ENLLÀ DEL PORNO
L'educació sexual del sigle XXI

A quina edat comencen a veure porno?
Com puc evitar-ho?
I si ja ho ha vist?
Cal prohibir l'accés al porno?
Tinc alguna cosa a explicar sobre la pornografia si mai l'ha vist?
Prevenir o preservar?

Els continguts de sexe explícit en internet són de fàcil accés. A les famílies els preocupa l'impacte que poden tenir determinades imatges en les seves filles i fills, depenent de l'edat.

En aquesta xerrada parlarem sobre com prevenir el visionat de pornografia en edats primerenques i donarem pautes perquè les famílies puguin acompanyar a les seves filles i filles en la vivència d'una sexualitat sana, segura i plaent, lluny de la dictadura del porno..

PRESSUPOST

Pressupost

- **Formacions puntuals preu hora: 135 €.**
- **Acompanyament durant tot el curs. Mínim quatre sessions per grup preu hora: 120€**

Les formacions s'ofereixen en els següents formats:

- **Xerrada puntual 2h**
- **Formació trimestral: 4 sessions de 2h - total 8h.**
- **Formació al llarg de tot el curs: 20h**

Què inclou la tarifa?

- Plantilla del cartell digital.
- Servei de consulta gratuït a través de la web.
- Informe final amb suggeriments i recursos (bibliografia, webs, vídeos...)
- Desplaçaments fins a 30 km. de Barcelona.
- A partir de 30 km. consultar a través del nostre correu.

CONTACTE

Equip Sexducacion
www.sexducacion.com

sexducacion

sexducacioncatalunya@gmail.com