

Proposta de xerrades i tallers

EDUCACIÓ SEXUAL I AFECTIVA

Per a Famílies



A Fundació Heka, millorem la vida
de les persones mitjançant l'educació

Continguts

pàg 3

Qui som?

pàg 4

Què fem?

pàg 5

Metodologia

pàg 6

A qui ens dirigim?

pàg 7

Informació sobre els xerrades i tallers

Proposta de xerrades i tallers:

pàg 8

Fitxa 1

Construïm un entorn amorós i respectuós sense estereotips de gènere.

pàg 9

Fitxa 2

Com acompanyem la sexualitat en la infància?

pàg 10

Fitxa 3

Com acompanyem la sexualitat en l'adolescència?

Qui som?

Fundació Heka és una entitat sense ànim de lucre que ofereix un programa de serveis i projectes socials i educatius per millorar el benestar de les persones a través de l'educació.

OBJECTIUS

L'objectiu de la nostra entitat és la generació d'espais d'igualtat, participació, creixement i transformació social per a diversos col·lectius: infants, joves, adolescents, famílies i professionals/docents mitjançant un mètode de treball de qualitat, qualificat i comunitari.

TRAJECTÒRIA PROFESSIONAL

Estem especialitzats en l'educació sexual i afectiva des d'una perspectiva feminista i interseccional. La nostra trajectòria professional va estretament lligada a l'educació sexual en els centres educatius, on tractem les violències masclistes com un eix transversal plantejat d'una manera integral, permanent.

Què fem?

Vetllem per una educació que arribi a tothom, que integri i faci comunitat.

TALLERS SOBRE EDUCACIÓ SEXUAL

Oferim tallers participatius i vivencials el propòsit dels quals és millorar l'educació sexual de les persones de totes les edats, facilitant una revisió crítica de la sexualitat. Dotem les persones d'eines i recursos perquè puguin experimentar la sexualitat amb benestar, seguretat, responsabilitat, confiança, consciència i plaer.

SERVEIS D'ORIENTACIÓ, ASSESSORAMENT I ACOMPANYAMENT

També oferim serveis d'orientació, assessorament i acompanyament per a diferents col·lectius amb l'objectiu de millorar la seva salut integral, treballant per a totes les persones, bo i acceptant la individualitat de cadascuna.

Metodologia

La nostra metodologia es basa en una perspectiva integradora que permet generar espais i dinàmiques de treball participatives i vivencials per a tots els públics.

TREBALL COOPERATIU

Generem espais de treball cooperatius basats en la millora de l'educació sexual a partir de coneixements, eines i recursos sòlids i segurs.

DIVERSITAT

Vetllem, en tot moment, per crear espais amb diversitat de pensaments i opinions que ens enriqueixin en tots els àmbits i donin sentit i significat al nostre treball diari de transformació social. En aquests espais de confiança i seguretat floreixen aspectes emocionals que ens reporten nous aprenentatges regeneradors.

A qui ens dirigim?

Oferim xerrades i tallers d'educació sexual i sexoafectiva a **centres educatius, famílies i docents** per donar resposta a la necessitat social de treballar la sexualitat des d'una mirada transversal i interseccional des d'una perspectiva de gènere.

INFANTS / TALLERS

Ofereim un entorn segur i adaptat on, a través de jocs i activitats dinàmiques, es treballen aspectes com el coneixement del cos, les emocions i les relacions interpersonals. Amb un enfocament basat en el respecte, la igualtat i la diversitat, aquests tallers fomenten el diàleg obert i proporcionen suport emocional, ajudant els infants a desenvolupar una visió positiva de la sexualitat i a créixer de manera integral i saludable.

ADOLESCENTS I JOVES / TALLERS

Generem un espai obert i respectuós per explorar temes relacionats amb la salut sexual, emocional i les relacions afectives. A través de dinàmiques participatives, oferim eines per reflexionar sobre diferents qüestions com el coneixement del cos, l'autocura, el desig, el consentiment, les violències així com la prevenció de les ITS, promovent un aprenentatge actiu i una visió crítica. També es treballa la diversitat de gènere i la sexualitat per fomentar la responsabilitat en la presa de decisions i garantir una transició cap a una vida adulta saludable, plena i respectuosa amb les diferències.

PROFESSIONALS I DOCENTS / XERRADES

Creem espais de formació i reflexió sobre com tractar la sexualitat amb l'alumnat de manera efectiva i inclusiva. S'aprofundeix en el desenvolupament sexual d'infants i joves, l'ús de recursos pedagògics adaptats i l'aplicació de metodologies inclusives. L'objectiu és capacitar els docents per oferir una educació sexual integral, basada en els valors de respecte, igualtat i autonomia, i per respondre a les necessitats diverses de l'alumnat.

FAMÍLIES / XERRADES

Proporcionem eines i recursos per abordar la sexualitat amb els fills i filles de manera natural i adequada a cada etapa del seu desenvolupament. Treballem el coneixement del procés de desenvolupament sexual d'infants i joves, així com l'ús de metodologies inclusives i estratègies per promoure el diàleg en l'àmbit familiar. L'objectiu és ajudar les famílies a educar en la sexualitat des d'una perspectiva integral, basada en valors com el respecte, la igualtat i l'autonomia en les relacions personals.

Informació sobre els tallers i les xerrades

CARACTERÍSTIQUES

Adaptació

Totes les xerrades es poden adaptar a les necessitats del grup de la classe i a la proposta del seu centre educatiu.

Format Presencial

Normalment els tallers són presencials, tot i així, ens adaptem a les necessitem puntuals de cada col·lectiu.

Aforament

L'aforament dels tallers presencials depèn de la sala on es desenvoluparà l'activitat.

Grup

Proposem tallers amb infants, joves i adolescents amb una classe sencera com a grup màxim. L'opció de dividir la classe, si això és possible, és millor de cara a la qualitat del servei.

Si la xerrada és per a persones adultes, proposem un màxim de 20-25 persones per grup.

CALENDARI

Les xerrades es duran a terme durant el curs escolar.

SOL·LICITUD

Per sol·licitar les xerrades cal que presenteu la vostra petició mitjançant un correu electrònic a **formacio@fundacioheka.org**.

Un cop rebuda la proposta, la responsable del servei es posarà en contacte amb la persona que ha presentat la sol·licitud per concretar detalls i dates.

PREU

Per a més informació sobre el preu de la xerrada o taller, podeu contactar amb la persona referent.

- S'elaborarà un pressupost personalitzat.
- La tarifa inclou: xerrada, desplaçament i material.

XERRADA

Construïm un entorn amorós i respectuós sense estereotips de gènere

A QUI VA DIRIGIT

Famílies amb fills i filles que es troben a l'etapa de la infància i adolescència

DURADA

90 minuts

CONTINGUTS

- Som capaços de reconèixer els estereotips de gènere normalitzats i perpetuats pel sistema?
- Quin paper juguen els rols de gènere en la manera de relacionar-nos amb els altres? I amb els nostres fills i filles?
- De quina manera podem donar suport als interessos i metes individuals dels nostres fills i filles sense caure en estereotips de gènere?

XERRADA

Com acompanyem la sexualitat en la infància?

A QUI VA DIRIGIT

Famílies amb fills i filles que es troben l'etapa de l'infància

DURADA

90 minuts

CONTINGUTS

- Quin model de sexualitat tenim en la actualitat?
Reflexionem i revisem aquest model com a famílies.
- Desmuntem mites, creences i tabús el voltant de la sexualitat.
- Proporcionem eines i recursos pràctiques i vivencials per abordar l'educació sexual en la infància.
- Comunicació assertiva i respectuosa per abordar temes relacionats amb la sexualitat.

XERRADA

Com acompanyem la sexualitat en l'adolescència?

A QUI VA DIRIGIT

Famílies amb fills i filles que es troben l'etapa de l'adolescència

DURADA

90 minuts

CONTINGUTS

- Quin model de sexualitat tenim en l'actualitat? Reflexionem i revisem aquest model com a famílies.
- Importància d'educació sexual en aquesta etapa madurativa. Parlem d'adolescència.
- Com definiríeu el concepte sexualitat? Parlem des de tres eixos: plaer/sentiments i emocions/vivències i riscos.
- Identifiquem i deconstruïm mites relacionats amb la sexualitat.
- Proporcionem eines i recursos pràctics i vivencials per abordar l'educació sexual en l'adolescència.
- Comunicació assertiva i respectuosa per abordar temes relacionats amb la sexualitat.



www.fundacioheka.org
formacio@fundacioheka.org

EN COL·LABORACIÓ AMB

