

Cafè: Prevenció i Acompanyament
en l'ús de les pantalles
a la infància i adolescència



Catàleg d'activitats Curs 2026-2027

Centre d'Intervenció Psicològica, Anàlisi
i Integració Social (CIP AIS), SCCLP



Qui som?

Centre d'Intervenció Psicològica, Anàlisi i Integració Social (**CIP AIS**) SCCLP, és una cooperativa d'iniciativa social amb caràcter no lucratiu, inscrita al RESES i al REGCES.

CIP AIS ofereix un servei que complementa l'oferta pública i col·labora estretament amb els equips públics, abordant la demanda social que no es troba coberta.

L'objecte social de la nostra cooperativa és:

- Prestar un servei de prevenció, orientació i tractament psicològic i pedagògic, en les modalitats: individual, grupal, familiar i de parella.
- Implementar i mantenir programes comunitaris de prevenció i intervenció psicosocial adreçats a col·lectius en risc de vulnerabilitat.
- Oferir un servei de suport a l'atenció primària i especialitzada en els àmbits de salut, serveis socials i educació.
- Realitzar activitats formatives.
- Realitzar estudis i recerca sobre les demandes i necessitats de la societat actual.
- Fomentar la participació activa en la vida comunitària del territori i el treball en xarxa.

Qui som?

Cafè (2013) és un programa de prevenció i acompanyament en l'ús de les pantalles a la infància i l'adolescència, de CIP AIS SCCLP (1993).

El programa va néixer a partir de la necessitat social de crear espais on trobar-nos, per parlar de forma distesa de les qüestions que despleguen l'ús de les pantalles i que generen malestar (sobreexposició, ansietat, conflictes, etc.).

El nostre àmbit d'actuació és l'educatiu i familiar.

Els objectius de les activitats que realitzem són:

- Fomentar el pensament i opinió crítica a l'hora de llegir i relacionar-nos
- Reflexionar sobre el consum de pantalles en l'àmbit familiar
- Promocionar l'autonomia personal i la responsabilitat social
- Obtenir eines i recursos adequats per a la interacció digital
- Prendre consciència i posició davant els continguts digitals

El nostre equip està especialitzat en l'ús de les noves tecnologies. Els perfils professionals que l'integren són: psicologia, pedagogia i tècnica TIC.

Acompanyar en l'era digital

Les pantalles formen part de la vida quotidiana d'infants, adolescents i adults. Ens comuniquem, juguem, aprenem, ens informem i ens relacionem també a través dels entorns digitals.

Aquest context canvia molt ràpidament i sovint genera preguntes, inquietuds i conflictes a casa i als centres educatius:

- Com posem límits?
- Quan cal intervenir?
- Què és adequat segons l'edat?
- Com podem acompanyar sense controlar constantment?
- Com parlem de xarxes socials, videojocs o pornografia?
- Què fem quan les pantalles es converteixen en motiu de malestar?

Moltes famílies i professionals se senten desorientats perquè no existeixen receptes úniques ni respostes simples. Per això creiem que, més que prohibir o culpabilitzar, cal crear espais de reflexió, escolta i acompanyament.

A Cafè entenem la prevenció com una manera d'acompanyar els infants i adolescents a construir una relació més conscient, crítica i saludable amb el món digital.



Programa d'activitats educatives per alumnat

*“Educar en el món digital és també
educar en les relacions, el respecte i la
responsabilitat.”*

ACTIVITATS PER L'ALUMNAT

COM ENS RELACIONEM EN ELS ENTORNS DIGITALS ?

Adreçada a: Cicle inicial, mitjà i superior de primària

Objectius:

- Fomentar els valors de l'empatia i el respecte
- Prevenir i/o abordar les situacions de ciberassatjament
- Promocionar l'autonomia i la corresponsabilitat de les nostres accions i interaccions
- Impulsar la responsabilitat en les comunicacions i relacions digitals (amb coneguts i desconeguts)

Descripció:

Dinàmica participativa amb l'alumnat, on s'abordaran diferents situacions relacionada amb el món digital i el nostre dia a dia per tal de comprendre l'impacte que té l'ús dels dispositius digitals en la nostra persona i les nostres relacions amb els iguals.

Durada: 1 hora

Preu: 155€*

**El preu pot experimentar un increment per desplaçament.*

ACTIVITATS PER L'ALUMNAT

QUÈ SABEM DEL PORNO?

Adreçada a: Cicle superior de primària

Objectius:

- Entendre la diferència entre pornografia i sexualitat
- Saber detectar continguts inapropiats o no adequats
- Fomentar el diàleg, la necessitat de l'escolta i la comunicació en família

Descripció:

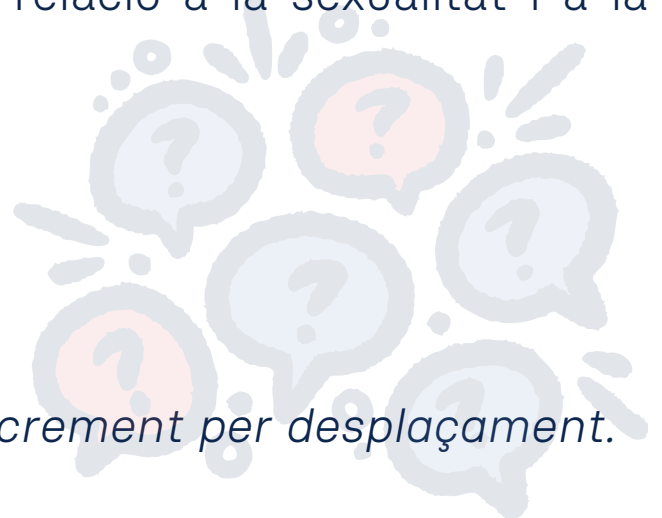
Dinàmica participativa per reflexionar sobre què és la pornografia i què cal tenir en compte davant l'accés als continguts digitals existents.

Es fomentarà la participació tot resolent dubtes o inquietuds que apareguin amb relació a la sexualitat i a la pornografia.

Durada: 1 hora

Preu: 155€*

**El preu pot experimentar un increment per desplaçament.*



ACTIVITATS PER L'ALUMNAT

COM ENS COMUNIQUEM EN ELS ENTORNS DIGITALS

Adreçada a: Educació secundària (1er i 2n d'ESO)

Objectius:

- Fomentar els valors de l'empatia i el respecte, mitjançant la reflexió
- Aprendre a posicionar-nos i protegir-nos dels continguts de la xarxa
- Responsabilitzar-nos de les nostres accions, interaccions i consums digitals
- Comprendre els impactes de l'exposició en els entorns digitals

Descripció:

Dinàmica participativa mitjançant un joc amb l'alumnat per tal de compartir i reflexionar sobre la nostra participació, relacions i comunicacions en els entorns digitals.

Durada: 1,5 hores

Preu: 175€*

**El preu pot experimentar un increment per desplaçament.*



ACTIVITATS PER L'ALUMNAT

MÓN DIGITAL: USOS, COMUNICACIONS I IMPACTES.

Adreçada a: Educació secundària (3er i 4n d'ESO)

Objectius:

- Comprendre que la nostra participació en els entorns i plataformes digitals tenen un impacte.
- Aprendre a posicionar-nos i protegir-nos en els entorns virtuals
- Responsabilitzar-nos de les nostres accions i comunicacions
- Entendre la necessitat de conèixer com funcionen els entorns digitals (xarxes, IA, videojocs, plataformes...) per poder fer un ús coherent i conscient.

Descripció:

Dinàmica participativa

Durada: 1,5 hores

Preu: 175€*

**El preu pot experimentar un increment per desplaçament.*



ACTIVITATS PER L'ALUMNAT

PARLEM DE PORNO?

Adreçada a: Educació secundària

Objectius

- Entendre la diferència entre pornografia i sexualitat
- Reflexionar sobre els estereotips de gènere que trobem a la pornografia i la normalització de pràctiques sexuals de risc
- Fomentar el diàleg i la necessitat de l'escolta i la comunicació en família

Descripció

Dinàmica participativa en la qual es farà un joc per explorar els coneixements, dubtes i idees prèvies sobre pornografia que té l'alumnat.

Reflexionarem aspectes que distancien la realitat de la fantasia, així com la proporció d'un espai de resolució de dubtes o aclariments.

Durada: 1 hora

Preu: 175€*

**El preu pot experimentar un increment per desplaçament.*



2

Programa de xerrades i tallers per a famílies

“Acompanyar els infants i adolescents en l’ús de les pantalles és també educar en l’autonomia, els límits i la presència.”



ACTIVITATS PER A FAMÍLIES

INFÀNCIA I ENTORNS DIGITALS

Adreçada a: Adults de la família d'educació infantil i cicle inicial de primària

Objectius:

- Reflexionar sobre el paper de la família en la introducció de les pantalles
- Conèixer les recomanacions actuals de salut en l'ús de les pantalles en l'infància
- Pensar en estratègies per substituir l'ús de pantalles en determinats moments
- Prendre consciència del consum de pantalles a casa i de la importància de ser referents

Descripció:

Xerrada participativa en la qual parlarem sobre l'impacte de les pantalles en la infància i facilitarem estratègies i recursos per tal d'oferir alternatives a les pantalles quan estem en família.

Durada: 2h



Preu: 200€

**El preu pot experimentar un increment per desplaçament.*



ACTIVITATS PER A FAMÍLIES

INTRODUCCIÓ DIGITAL SALUDABLE: EINES I RECURSOS

Adreçada a: Adults de la família d'educació primària

Objectius

- Conèixer les diferents eines, plataformes digitals i videojocs que utilitzen els infants i quins interessos tenen.
- Aprendre recursos (programes de control parental, estratègies didàctiques...) per a fer protegir els menors a la xarxa i facilitar la comunicació familiar

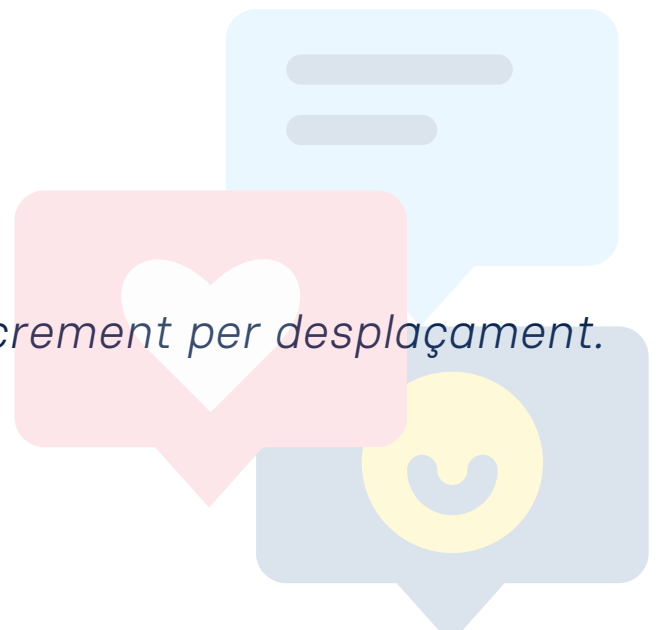
Descripció

Xerrada participativa on s'exposarà la situació actual en la infància, els aspectes psicològics que influeixen en l'ús de les pantalles i quines eines i recursos hem de conèixer per acompanyar en aquesta etapa.

Durada: 2h

Preu: 200€*

**El preu pot experimentar un increment per desplaçament.*



ACTIVITATS PER A FAMÍLIES

GESTIÓ I ENES DE CONTROL PARENTAL

Adreçada a: Adults de la família d'educació primària i primer cicle d'ESO

Objectius

- Conèixer diferents eines de control parental i les seves funcionalitats
- Comprendre la necessitat de crear espais de confiança, diàleg i escolta per afavorir l'autonomia i responsabilitat dels nostres fills
- Reflexionar sobre l'equilibri entre el control parental i el camí cap a l'autonomia.

Descripció

Xerrada participativa on es contextualitzarà l'ús dels controls parentals per als diferents dispositius digitals de la llar. Es parlarà de les diferents funcionalitats i eines de control que trobem en l'actualitat i es reflexionarà sobre la importància del nostre acompanyament, clau en la prevenció

Durada: 2h

Preu: 200€*

**El preu pot experimentar un increment per desplaçament.*





ACTIVITATS PER A FAMÍLIES

ADOLESCÈNCIA I PANTALLES

Adreçada a: Adults de la família d'educació secundària

Objectius

- Debatre i reflexionar sobre l'etapa de l'adolescència
- Conèixer les aplicacions i interaccions dels joves en les pantalles
- Facilitar eines i recursos per acompanyar els joves en l'ús conscient i coherent de les pantalles

Descripció

Xerrada participativa en la qual ens aproparem a les realitats, necessitats i implicacions de l'adolescència, per tal de connectar-hi d'una manera que faciliti la comunicació i ens orienti a acompanyar-los en aquesta etapa.

Durada: 2h

Preu: 200€*

**El preu pot experimentar un increment per desplaçament.*



ACTIVITATS PER A FAMÍLIES

COM PARLAR DE PORNO EN FAMÍLIA?

Adreçada a: Adults de la família de primària

Objectius

- Entendre la necessitat de parlar de sexualitat amb els nostres fills i filles
- Comprendre els neguits, curiositats, dubtes i descobriments afectivosexuals dels infants i joves
- Fer prevenció de conductes de risc o que poden perjudicar la vida afectivo sexual dels menors
- Facilitar estratègies per l'abordatge d'aquestes converses amb els nostres fills i filles

Descripció

Xerrada participativa en la qual s'exposa la necessitat de l'educació sexual com a eina preventiva i necessària per al benestar dels menors. Es parlarà de com preparar-nos per aquestes converses i quins missatges cal reforçar tot coneixent els impactes que el consum de pornografia té pels nostres fills i filles.

Durada: 2h

Preu: 200€*

**El preu pot experimentar un increment per desplaçament.*



ACTIVITAT CONJUNTA

CONNECTA AMB LA FAMÍLIA

Adreçada a: Famílies (adults i menors) entre 12 i 16 anys

Objectius

- Establir un clima d'escolta entre adults i menors
- Reflexionar sobre l'ús de les pantalles, apropar postures i facilitar l'encontre familiar
- Potenciar el temps en família i la comunicació familiar
- Escoltar menors i adults d'altres famílies, per tal d'oferir altres mirades i punts de vista
- Donar lloc a parlar d'incomoditats i malestars

Descripció

Activitat familiar en la qual participen els adults i adolescents del nucli familiar, realitzant una dinàmica per a reflexionar sobre les situacions quotidianes que poden esdevenir conflicte a les cases, entorn l'ús de pantalles.

Durada: 2,5h

Preu: 350€*

**El preu pot experimentar un increment per desplaçament.*



Atenció i intervenció psicoterapèutica

Les activitats que oferim tenen una mirada preventiva i comunitària.

Tot i això, sabem que en alguns casos les situacions que es generen al voltant de l'ús de les pantalles poden provocar malestar, conflictes o dificultats que requereixen un acompanyament més específic.

Per aquest motiu, les famílies i els centres també poden comptar amb l'Equip Clínic de CIP AIS per fer consultes, rebre orientació o iniciar processos d'acompanyament psicològic adaptats a cada situació.



Contacte

Si vols organitzar una activitat al teu centre educatiu, entitat o municipi, posa't en contacte amb nosaltres.

T'ajudarem a trobar la proposta que millor s'adapti a la realitat i necessitats del grup.



hola@cafeisocialmedia.cat



93 323 30 28



C/ París 207, principal 2, 08008 Barcelona



www.cafeisocialmedia.cat



[@kfeisocialmedia](https://www.instagram.com/kfeisocialmedia)

“Les pantalles evolucionen constantment. La necessitat d'acompanyar, escoltar i educar continua essent essencial.”

