

**ACTA DE LA SESSIÓ PARTICIPATIVA AMB DELEGATS I DELEGADES DE
L'INSTITUT ESCOLA PROJECTE PER L'ADAPTACIÓ TERRITORIAL DEL PLA
JOVE DE BARCELONA 2023-2030 A SARRIÀ – SANT GERVASI**

Dia i hora: 20 d'octubre a les 15:30 h

Lloc: Institut Escola Projecte

Persones participants: 8 persones adolescents d'edats compreses entre 11 i 16 anys (alumnat de 1r a 4t d'ESO)

Dinamitzadors/es: PortaCabot

Ordre del dia

- Benvinguda (5 minuts)
- Dinàmica inicial: realització de l'enquesta del Pla Jove de Barcelona 2023-2030 (5 minuts)
- Dinàmica de grup: taller participatiu per conèixer les necessitats i preocupacions (35 minuts)
- Posada en comú (10 minuts)
- Cloenda i agraïments (5 minuts)

Desenvolupament de la sessió

1. Benvinguda (5 minuts)

En primer lloc, a les persones joves assistents se les ubica en relació amb el projecte protagonista del procés participatiu, a la fase en què ens trobem i al voltant d'allò que treballarem i com ho treballarem en els propers 60 minuts, aproximadament.

2. Enquesta (5 minuts)

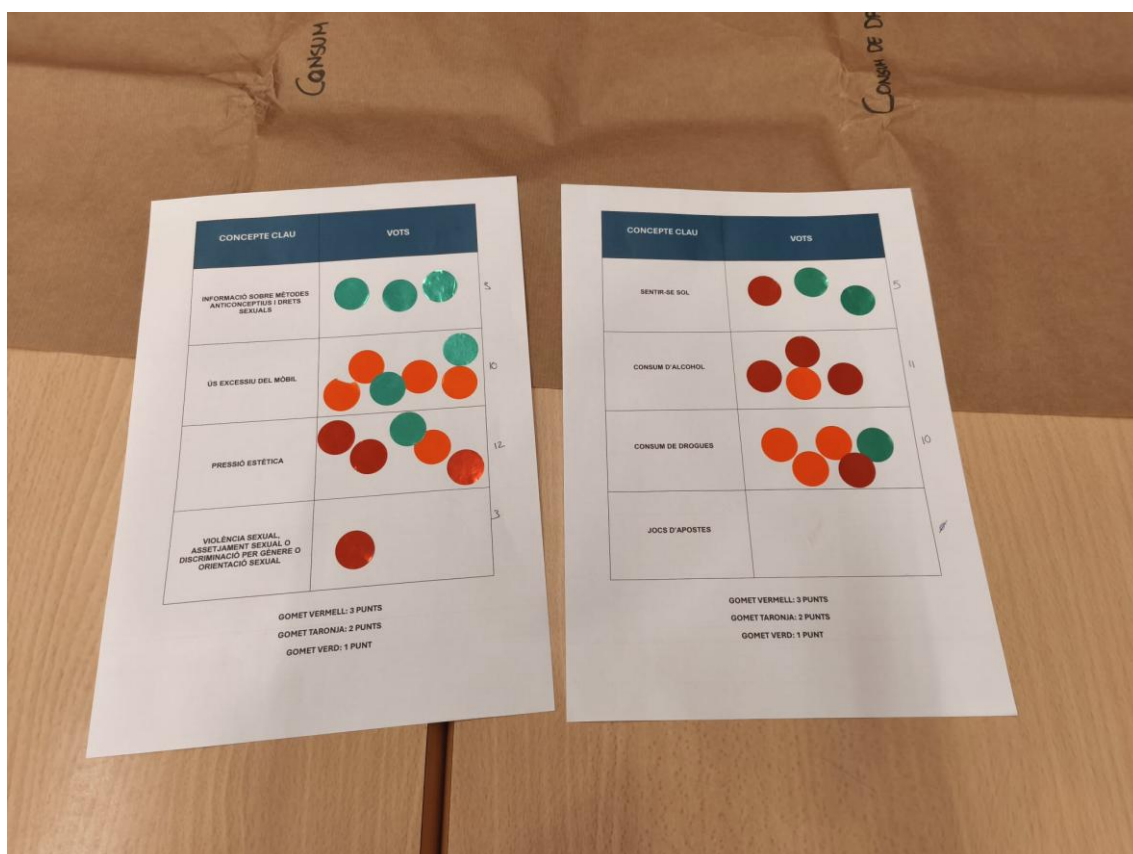
En segon lloc, comencem la sessió demanant als i les adolescents que fa unes setmanes es va fer arribar l'enquesta que ha guiat el procés participatiu per tal de recollir impressions, opinions i propostes per tal de generar debat a l'alumnat de 3r i 4t del centre, i es convida a contestar a tots i a totes aquelles persones que no van poder participar-hi anteriorment. Es facilita un codi QR per poder-lo escanejar i accedir a l'enquesta, i es donen 5 minuts per poder respondre.

3. Taller participatiu (40 minuts)

En tercer lloc, i en el marc de la dinàmica central de la sessió, proposem generar i debatre diferents propostes i preocupacions al voltant del tema central escollit per fer la baixada territorial del Pla Jove, que és la salut i el benestar dels i les adolescents i joves del districte de Sarrià – Sant Gervasi.

S'inicia el taller amb una breu dinàmica en la què cada participant a nivell individual posarà un gomet vermell (3 punts), taronja (2 punts) i verd (1 punt), als tres àmbits sobre salut i benestar que més li preocupin, personalment o a nivell de grup classe si han pogut parlar o treballar a l'aula durant les hores de tutoria algun dels temes que consideren més importants o tenen més impacte en el seu benestar i salut emocional. En acabat, fem recompte de les votacions i ho comentem.

Els conceptes clau que més preocupen a les persones assistents, en ordre de més a menys puntuació, són la pressió estètica amb 12 punts; el consum d'alcohol amb 11 punts; el consum de drogues i l'ús excessiu del mòbil amb 10 punts cadascun; sentir-se sol o sola amb 5 punts; i informació sobre mètodes anticonceptius i drets sexuals i la violència sexual, assetjament sexual o discriminació per gènere o orientació sexual, amb 3 punts cadascun. Alhora, els jocs d'aposta ha obtingut 0 punts.



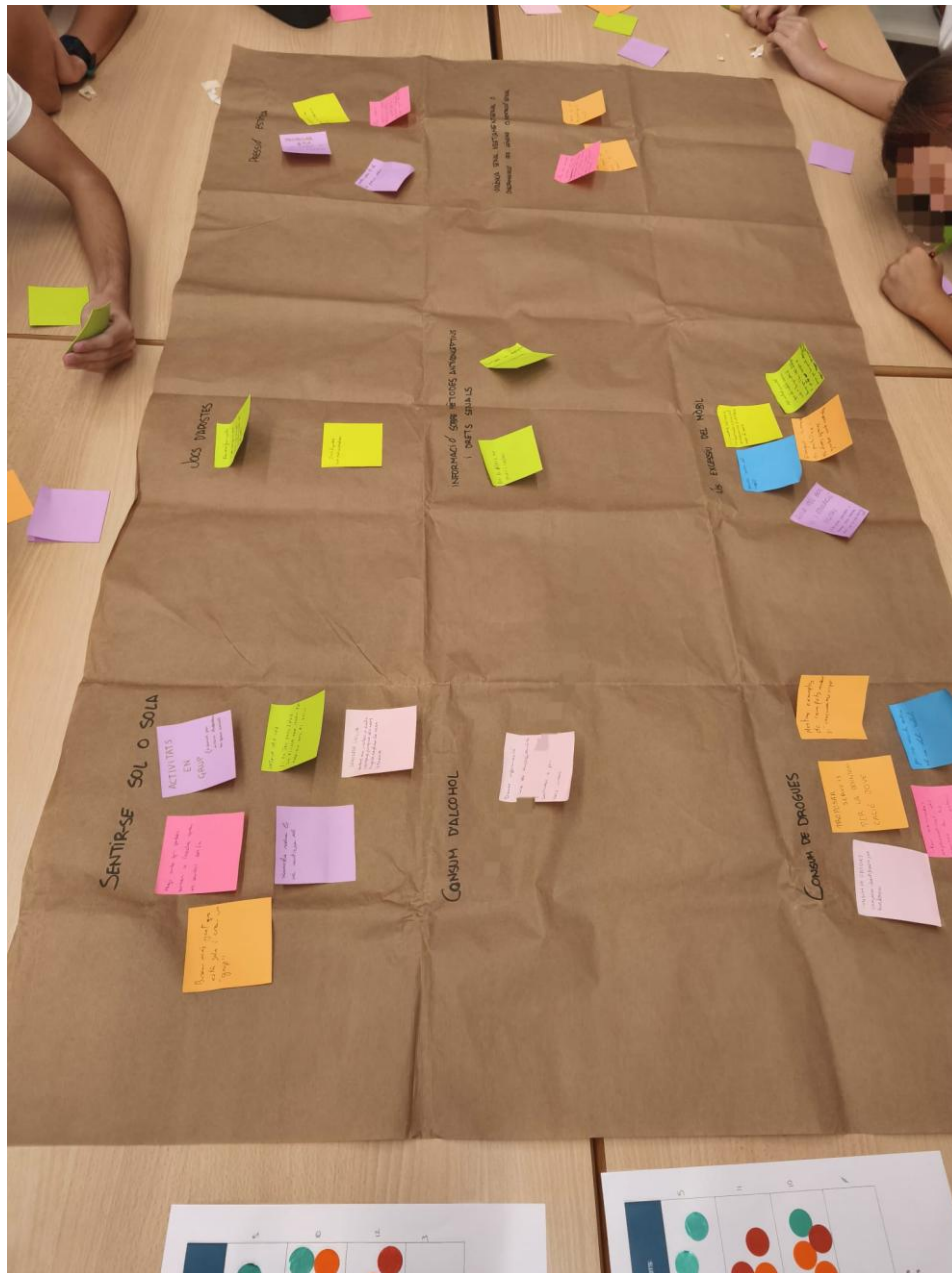
S'obre un breu debat sobre el resultat. Les temàtiques que han sortit menys votades són perquè no es senten interpel·lats i es consideren encara massa joves per tenir-ho en compte, com ara els jocs d'apostes. Un altre motiu per donar poca puntuació és perquè són temes que parlen molt sovint cada any a classe i fan sessions i tallers anualment, com ara salut i drets sexuals o violència masclista o orientació sexual.

D'altra banda, es dona més importància a la pressió estètica perquè ells i elles mateixes no se senten a gust amb el seu físic i veuen que no són casos aïllats i detecten que els seus companys i companyes de classe es preocupen cada vegada més pel seu aspecte físic i el nombre de casos de TCA va en augment.

La segona part del taller es basa en què les persones assistents facin propostes en un paperògraf responent a la pregunta "Què hauria de fer l'ajuntament per ajudar als adolescents i joves sobre els diferents àmbits?". Cadascú, a nivell individual, escriu les seves propostes de cadascun dels 8 àmbits en un post-it i ho enganxa al paperògraf.

Els nois i noies poden aportar propostes a títol individual, tot i que se'ls permet obrir debat i comentar-les a mesura que van abocant-les al paperògraf. Un cop tothom ha fet les seves aportacions es comenten conjuntament i es proposa espai per poder debatre i arribar a consensos.





4. Posada en comú (10 minuts)

En tercer lloc, un cop tothom ha escrit les seves aportacions i propostes de cadascun dels 8 àmbits sobre salut i benestar, les llegim en veu alta i les comentem conjuntament.

1. Pressió estètica:
 - Dissenyar i implementar xerrades als centres educatius amb materials visuals que reflecteixin la diversitat corporal (gènere, talla, origen, funcionalitat), incorporant testimonis i dinàmiques participatives per identificar estereotips i poder reflexionar sobre el tema.
 - Tenir a l'abast webs, pel·lícules i sèries, per poder parlar-ne a hores de tutoria, incloent informació sobre els serveis d'atenció davant de possibles casos de TCA.
 - Programar tallers periòdics orientats a la prevenció de TCA i a la millora de l'autoestima, amb eines pràctiques per a l'ús responsable de xarxes socials i la gestió de la imatge corporal.
 - Elaborar i difondre plans saludables i rutines d'exercici inclusives, coordinades amb serveis esportius municipals, prioritzant el benestar i no l'aparença.
 - Llançar una campanya de comunicació municipal (cartelleria, xarxes socials, *reels*) contra la pressió estètica, amb missatges positius i recursos d'atenció.

2. Violència sexual, assetjament i discriminació per gènere o orientació sexual:
 - Organitzar xerrades i sortides informatives amb professionals i testimonis protegits, centrades en drets, consentiment, prevenció de violències i vies de suport; incloure simulacions d'actuació com a testimonis o amistats.
 - Establir punts liles estables i visibles als principals eixos de la ciutat, no només en festes, amb personal format, cartelleria clara i derivació directa a serveis especialitzats.
 - Reforçar la vigilància i els controls nocturns en zones d'oci, coordinant policia, oci nocturn i entitats.
 - Promoure cinefòrums i tallers de reflexió a partir de pel·lícules/sèries, treballant mites i rols de gènere.
 - Redissenyar les xerrades per posar l'èmfasi en com acompanyar i ajudar les víctimes (preservació de proves, suport emocional, circuits d'atenció) i no només en el missatge "no agredir".

3. Ús excessiu del mòbil:

- Elaborar una guia de bon ús i educació digital per a adolescents i famílies, evitant enfocaments massa disciplinaris que són poc efectius.
- Fer sessions específiques amb famílies per establir límits saludables, pactes d'ús i criteris d'adquisició de dispositius, amb exemples de controls parentals pràctics i útils pels i les adolescents.
- Impulsar sistemes d'alertes de temps d'ús i descans als dispositius i promoure alternatives d'oci sense pantalles.
- Oferir xerrades als instituts sobre conseqüències de l'ús excessiu i entrenar habilitats d'autoregulació i desconnexió programada.

4. Informació sobre mètodes anticonceptius i drets sexuals:

- Prioritzar la difusió dels serveis existents (CAPs, ASSIR, punts joves) amb materials adaptats a llenguatge jove.
- Garantir el repartiment accessible i discret de preservatius i informació sobre el seu ús correcte, amb punts fixos i mòbils en esdeveniments juvenils.
- Organitzar sortides i tallers sobre anticoncepció, ITS i consentiment, incloent demostracions pràctiques, resolució de dubtes i trencament de mites.
- Fer més xerrades i tallers durant les hores de tutoria per treballar les relacions sexoafectives i el consentiment.

5. Jocs d'apostes:

- Desenvolupar campanyes informatives a instituts i espais joves sobre riscos de la ludopatia amb testimonis i recursos de suport.
- Impulsar una normativa municipal més restrictiva en publicitat exterior i proximitat a centres educatius, reforçant inspeccions i sancions.
- Crear itineraris d'atenció per a joves amb inici de conducta de risc.

6. Consum de drogues:

- Realitzar tallers als instituts sobre efectes i riscos de substàncies, enfocats en reducció de danys i presa de decisions.
- Crear o reforçar serveis de desintoxicació i acompanyament específics per a joves.
- Millorar la regulació i el control sobre venda i consum il·legal, coordinant inspeccions i campanyes dissuasives.
- Oferir punts d'informació i atenció en esdeveniments juvenils.

7. Consum d'alcohol:

- Difondre informació clara i adaptada (webs, xerrades a instituts) sobre riscos del consum d'alcohol.
- Instalar punts d'informació i atenció durant festes de barri i esdeveniments amb afluència d'adolescents i joves.
- Reforçar el control en la venda a menors, especialment en establiments 24 h, amb sancions dissuasives i verificacions d'edat.
- Treballar amb el sector de l'oci per promoure alternatives sense alcohol i formació del personal en detecció i gestió responsable.

8. Sentir-se sol o sola:

- Promocionar activitats en grup inclusives (esport, cultura, voluntariat) per millorar l'autoestima, el sentit de pertinença i la xarxa social de suport.
- Crear grups de suport guiats per equips de psicòlegs on compartir experiències de soledat, ansietat o estrès, amb derivació a serveis especialitzats quan calgui.
- Garantir la figura del psicòleg/psicòloga a tots els instituts, amb accés gratuït, confidencial i anònim.

5. Cloenda i agraïments (5 minuts)

En quart i últim lloc, un cop acabades les diferents dinàmiques quant als àmbits de debat proposats, procedim a preguntar als nois i noies si tenen cap dubte o volen afegir quelcom més respecte a tot el contingut generat i tractat.

Es destaca la participació activa per part dels i les joves i se'ls agraeix la col·laboració i la implicació en explicar totes aquelles qüestions en referència als temes abordats en relació al districte. Es recull el material i es dona per acabada la sessió de debat.