

Serveis de Formació i Consultoria d'Igualtat en l'àmbit laboral



Contingut

Metodologies de formació i consultoria

Experiència professional

Programes de formació

grupsural@grupsural.com
938 915 008 · 627 412 052

   |  627 412 052
www.grupsural.com

Metodologies de formació i consultoria

Cursos en línia



Formació flexible, interactiva i accessible des de qualsevol lloc

Formacions presencials

Sessions participatives amb pràctiques i interacció directa.



Videoconferències



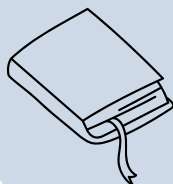
Aules virtuals en directe amb comunicació immediata

Suport en plans d'igualtat

Acompanyament en el disseny, aplicació i avaluació del pla



Creació i presentació de protocols



Disseny complet i explicació al personal per garantir-ne l'aplicació

Conferències en línia

Sessions divulgatives per sensibilitzar grans grups



Experiència professional de Grup Sural Consultors



Generalitat de Catalunya

Departament de Drets Socials

Departament Afers i Relacions
Institucionals i Exteriors i
Transparència

Departament de Cultura

Hospitals

Hospital Germans Tries i Pujol

Ajuntaments

Ajuntament de Terrassa

Serveis Sanitaris

Servei Català de la Salut (CatSalut)
Generalitat de Catalunya

Direcció d'Atenció Primària Barcelona
Ciutat. (ICS) Generalitat de Catalunya

Direcció Atenció Primària Girona (ICS)
Generalitat de Catalunya

Gestió de Serveis Sanitaris

Progress

Universitats

Universitat de Barcelona

AGAUR Agència de Gestió d'Ajuts
Universitaris i de Recerca

CSUC Consorci de Serveis Universitaris
de Catalunya

grupsural@grupsural.com
938 915 008 · 627 412 052

   |  627 412 052
www.grupsural.com

Curs	Durada
Comunicació inclusiva i no sexista	8h
Incloure la perspectiva de gènere en el liderat	12h
Incloure la perspectiva de gènere en el treball en equip	12h
Les violències de gènere	10h
La diversitat sexual, afectiva i de gènere (LGTBIQ+)	5h
Igualtat i prevenció de l'assetjament per raons de sexe i gènere	8h
Eines per superar la síndrome de la impostora	5h

Curs	Durada
Introducció a la igualtat i al llenguatge inclusiu	4h
Atenció a les víctimes de violència sexual	5h
Igualtat a les empreses i no discriminació de les persones LGTBI (Real Decret 1026/2024, de 8 d'octubre)	3h
Acompanyament davant agressions LGTBIQ+fòbiques	8h
Com abordar la normalització dels discursos d'odi en l'espai de treball	8h
Conciliació i corresponsabilitat	8h

Comunicació inclusiva i no sexista

Objectius

- **Adquirir raons i estratègies** per a utilitzar un llenguatge inclusiu i no sexista en l'àmbit laboral.
- **Potenciar coneixements pràctics** per promoure una comunicació sense discriminació, prejudicis ni opinions estereotipades.
- **Reflexionar** sobre el propi llenguatge per a facilitar la incorporació de formes de comunicació respectuoses.



Programa

1. Introducció

Per què ens cal una comunicació inclusiva?
Definició de prejudici, estereotips i etiquetes
La conseqüència dels prejudicis, estereotips i etiquetes: la discriminació

2. Àmbits d'actuació de la comunicació inclusiva i no sexista

Racisme i prejudicis ètnics i culturals
Diversitat sexual i de gènere: Col·lectiu LGTBI i ALTRES
Persones amb discapacitats o diversitat funcional
Salut mental
Discriminació o distinció en funció del sexe

3. Autoavaluació i pla de treball



Durada: **8 hores**

Incloure la perspectiva de gènere en el liderat

Objectius

- **Dotar a les professionals** amb eines bàsiques i pautes per incloure la perspectiva de gènere interseccional al liderat.
- **Aportar eines** per l'anàlisi i detecció de les desigualtats, discriminacions i violències de gènere.
- **Donar elements** per desenvolupar un liderat inclusiu i igualitari amb les diversitats de gènere.



Programa

1. Conceptualització de la Perspectiva de Gènere en el Treball en Equip.

Ampliant la mirada Perspectiva interseccional, de la diversitat sexual i de gènere

2. Eines bàsiques per incloure la perspectiva de gènere en el liderat

3. Casos pràctics

Metodologia

La metodologia de la formació és participativa, mitjançant la reflexió i aportant teoria, informació, dades i eines existents.

Es realitzaran casos pràctics on aplicar les eines, i continguts treballats a cada sessió.



Durada: 12 hores

Incloure la perspectiva de gènere en el treball en equip

Objectius

- **Dotar a les professionals** amb eines bàsiques i pautes per incloure la perspectiva de gènere interseccional al treball en equip.
- **Aportar eines** per l'anàlisi i detecció de les desigualtats, discriminacions i violències de gènere.
- **Donar elements** per desenvolupar un treball en equip inclusiu i igualitari amb les diversitats de gènere.



Programa

1. Conceptualització de la Perspectiva de Gènere en el Treball en Equip.

Ampliant la mirada Perspectiva interseccional, de la diversitat sexual i de gènere

2. Eines bàsiques per incloure la perspectiva de gènere en el treball en equip.

3. Casos pràctics

Metodologia

La metodologia de la formació és participativa, mitjançant la reflexió i aportant teoria, informació, dades i eines existents.

Es realitzaran casos pràctics on aplicar les eines, i continguts treballats a cada sessió.



Durada: 12 hores

Objectius

- **Dotar a les professionals** de coneixements bàsics sobre les diferents manifestacions de violència de gènere.
- **Millorar el coneixement** sobre els mecanismes de funcionament i impacte de la violència de gènere.
- **Aportar eines** per al desmuntatge dels mecanismes que sostenen la violència de gènere.
- **Aportar eines** per a la identificació de situacions de violència de gènere



Programa

1. Arrels i Marc Conceptual
2. Mites, estereotips i altres mecanismes que sostenen la violència de gènere
3. Diferents manifestacions de violència de gènere
4. Impacte de la violència
5. Situacions i casos pràctics

Metodologia

La metodologia és participativa, i combina la facilitació d'eines teòriques/conceptuals amb dinàmiques eminentment pràctiques i vivencials. És a dir, es planteja introduir els diferents conceptes i temes, alternant aquests continguts més teòrics amb el treball amb activitats i dinàmiques, majoritàriament, que fomentin la reflexió, l'intercanvi i una millor comprensió i assimilació dels continguts.

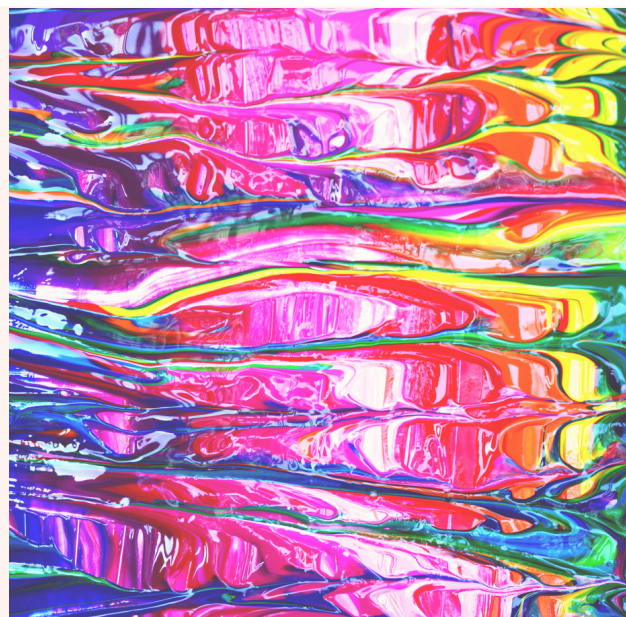


Durada: 10 hores

La diversitat sexual, afectiva i de gènere (LGTBIQ+)

Objectius

- **Aportar eines** a professionals per a poder introduir i reforçar la perspectiva de la diversitat sexual i de gènere.
- **Millorar el coneixement** professional sobre les violències específiques que viuen les persones LGTBIQ+



Programa

1. Marc conceptual

2. Marc Legal

3. Diversitat afectiva i sexual

4. Actituds davant la diversitat (violències de gènere i lgtbifòbies i mecanismes d'inclusió i de respecte)

5. Bones praxis



Durada: **5 hores**

grupsural@grupsural.com
938 915 008 · 627 412 052



627 412 052

www.grupsural.com

Igualtat i prevenció de l'assetjament per raons de sexe i gènere

Objectius

- **Conèixer** els principals conceptes, eines i estratègies per abordar l'assetjament per raons de sexe i gènere.
- **Promoure** una cultura de treball segura i respectuosa per a tothom.
- **Capacitar** als i les participants per a prevenir i gestionar eficaçment l'assetjament sexual i per raó de sexe.



Programa

1. De què parlem?

Sexe i gènere

Prejudicis i estereotips en els quals es

basen l'acceptació i normalització de

l'assetjament per motius de gènere

L'assetjament sexual i assetjament per raó

de sexe. Què és i com identificar-lo

Què és l'assetjament sexual de segon

ordre?

2. Anem per feina: Prevenció davant l'assetjament sexual i l'assetjament per raó de sexe

Com afecta en la salut mental i física

l'assetjament per motius de gènere

Com crear relacions interpersonals

eficients per prevenir assetjament sexual i

per raó de sexe

3. Conclusions



Durada: **8 hores**

grupsural@grupsural.com

938 915 008 · 627 412 052



627 412 052

www.grupsural.com

Eines per superar la síndrome de la impostora

Objectius

- **Dotar a les participants** d'eines emocionals i cognitives pràctiques per abordar la inseguretat que es genera quan apareix aquesta síndrome.



Programa

1. Arrels i Marc Conceptual
2. Eines per superar la síndrome de la impostora

Metodologia

La metodologia que s'utilitza durant l'acció formativa és participativa, i combina la facilitació d'eines teòriques/conceptuals amb dinàmiques eminentment pràctiques i vivencials.



Durada: **5 hores**

grupsural@grupsural.com
938 915 008 · 627 412 052



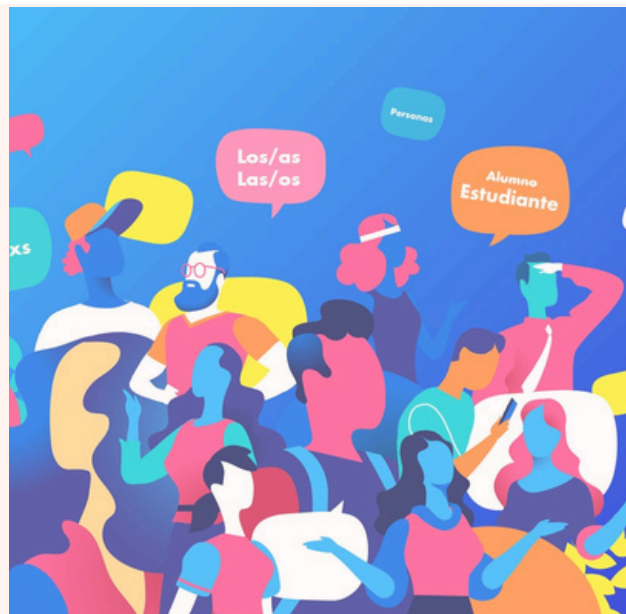
627 412 052

www.grupsural.com

Introducció a la igualtat i al llenguatge inclusiu

Objectius

- **Coneixements bàsics** sobre les lleis actuals d'igualtat.
- **Aprendre** quins estereotips tenim que discriminen a persones del nostre entorn.
- **Practicar** per incorporar en la nostra tasca laboral llenguatge inclusiu respectuós amb la diversitat.



Programa

1. Marc legal: què ens diu la Llei

2. Igualtat

Per què no hi ha igualtat?

Els prejudicis i etiquetes que generen discriminació

Reconèixer i reduir els prejudicis de gènere

Creences bàsiques basades en el respecte a la diversitat i que promouen la igualtat.

3. Llenguatge inclusiu

Importància de les paraules: paraules que inclouen la diversitat i són respectuoses i paraules que exclouen i són ofensives



Durada: **4 hores**

Atenció a les víctimes de violència sexual

Objectius

- Implantar la **ètica de la cura** en l'àmbit laboral
- Fomentar l'**autocura** professional
- Adquirir **recursos relacionals i comunicatius** d'atenció a la víctima de violència sexual



Programa

1. Creences i prejudicis socials envers la violència sexual

2. Elements bàsics d'ètica professional en l'atenció de les víctimes de violència de gènere

3. Drets de la víctima de violència sexual

4. Què és la revictimització? Com actuar per tal d'evitar-la

5. Recursos comunicatius per a una relació d'ajuda i suport

6. Protocol d'actuació

7. Autocura de les persones professionals



Durada: **5 hores**

Igualtat a les empreses i no discriminació de les persones LGTBI (Real Decret 1026/2024, de 8 d'octubre)

Objectius

- **Ubicar i sensibilitzar** vers els conceptes bàsics de la igualtat en tota la seva diversitat
- **Clarificar** conceptes
- **Coneixement** legislatiu i de les mesures implementades
- **Informació** dels serveis responsables



Programa

1. Marc legal

Introducció als principals conceptes de les últimes lleis en igualtat i no discriminació

2. Conceptes bàsics

Definició de conceptes bàsics
Sistema sexe-gènere com origen estructural

Responsabilitats com a professional

3. Llenguatge inclusiu

En funció de gènere, LGTBI, racisme, diversitat funcional i salut mental

4. Eines i serveis de l'administració per garantir la igualtat i no discriminació de les persones



Durada: **3 hores**

grupsural@grupsural.com
938 915 008 · 627 412 052



627 412 052

www.grupsural.com

Acompanyament davant agressions LGBTIQ+fòbiques

Objectius

- **Comprendre el context social i cultural** de les violències LGBTIQ+fòbiques i com es manifesten en l'àmbit laboral.
- **Identificar agressions, discriminacions i microviolències LGBTIQ+fòbiques** en situacions quotidianes de l'empresa.
- **Dotar d'eines** per a l'acompanyament adequat de persones que han patit agressions o situacions de discriminació.
- **Conèixer els drets i deures** de l'empresa i de les persones treballadores en matèria d'igualtat i no-discriminació.



Programa

1. Conceptualització de les violències

LGBTIQ+fòbiques: Context històric i social

De què parlem quan parlem d'LGBTIQ+fòbia?
Tipologies d'agressions, discriminacions i microviolències en l'àmbit laboral.

2. Eines bàsiques de detecció de LGBTIQ+fòbia en l'actualitat

Anàlisi de dinàmiques quotidianes, relacions laborals, llenguatge, protocols i pràctiques normalitzades dins l'empresa.

3. Acompanyament davant agressions i situacions de discriminació

Com actuar davant una agressió LGBTIQ+fòbica: escolta, suport, límits i derivació adequada.

4. Àmbit laboral: drets, deures i responsabilitats

Marc legal, obligacions de l'empresa i drets de les persones treballadores en matèria d'igualtat i no-discriminació.



Durada: 8 hores

Com abordar la normalització dels discursos d'odi en l'espai de treball

Objectius

- Comprendre **què són els discursos d'odi**, com es construeixen i com es normalitzen en els entorns laborals.
- **Identificar expressions, pràctiques i dinàmiques quotidianes** que reproduïxen o legitimen discursos d'odi dins l'empresa o entitat.
- Dotar d'eines per **intervenir de manera adequada** davant situacions de normalització dels discursos d'odi, des d'una perspectiva preventiva i restaurativa.
- **Conèixer els drets, deures i responsabilitats** de l'organització i de les persones treballadores en relació amb la prevenció de l'odi i la no-discriminació.



Programa

1. Marc conceptual i context social i històric dels discursos d'odi

De què parlem quan parlem de discursos d'odi.
Diferència entre opinió, expressió violenta i discurs d'odi.
Impacte en les persones i en els equips de treball.

2. Detecció de la normalització dels discursos d'odi en l'àmbit laboral

Anàlisi de llenguatge, bromes, comentaris, silencis i dinàmiques quotidianes.
Discursos explícits i subtils.
Factors de risc i elements de protecció.

3. Estratègies d'intervenció davant la normalització de l'odi

Com intervenir com a persona treballadora, comandament o equip. Límits, posicionament i cura del grup. Eines comunicatives i preventives.

4. Marc legal, drets i deures en l'empresa/entitat

Responsabilitats legals i organitzatives.
Drets de les persones treballadores.
Protocols interns i recursos disponibles.



Durada: 8 hores

Conciliació i corresponsabilitat

Objectius

- **Adquirir un context històric** del repartiment de les tasques de cura i de la divisió sexual del treball.
- Conèixer formes de **construir i habitar repartiments del temps feministes**
- **Potenciar l'anàlisi i la reflexió** de situacions quotidianes i normalitzades en relació amb el repartiment de tasques i responsabilitats
- Aterrar el pensament crític a l'**àmbit laboral**: Drets i deures



Programa

1. Conceptualització de la Perspectiva de Gènere en el repartiment de les tasques i el temps

De què parlem quan parlem de corresponsabilitat?

2. Context històric de la la divisió sexual del treball

3. Eines bàsiques de detecció d'incorporacions patriarcals en l'actualitat

Anàlisi de dinàmiques socials, laborals i familiars

4. Conciliació en l'àmbit laboral: Drets i deures al respecte de la conciliació

5. Actuació pràctica: anàlisi col·lectiva de realitats individuals

Compartir vivències per a fer-les visibles



Durada: 8 hores