

Ús de Pantalles a la Comunitat Educativa

Orientacions per a professionals de l'entorn educatiu
per a la gestió dels usos de pantalles dins els centres
d'educació infantil i primària de Granollers



Ajuntament
Granollers



**Ajuntament
Granollers**



1a edició: juny 2025

Servei de Salut Pública i Consum de l'Ajuntament de Granollers

Àrea d'Educació i Cohesió

Està permesa la reproducció total o parcial dels continguts d'aquest document.

L'única condició és que figuri la propietat de l'Ajuntament de Granollers

i el nom de l'autora, i després el de tots els qui hagin introduït millores.

Totes les còpies han de portar aquesta nota de *copyleft*.

No estan permesos els usos comercials.

Redacció i edició

Laura García Iglesias. Tècnica de prevenció de conductes de risc en adolescents i joves de l'Ajuntament de Granollers.

Col·laboració

Amb la col·laboració del Centre de Recursos Pedagògics (CRP) i els equips directius dels centres educatius d'infantil i primària de Granollers.

Ús de Pantalles a la Comunitat Educativa

Orientacions per a professionals de l'entorn educatiu per a la gestió dels usos de pantalles dins els centres d'educació infantil i primària de Granollers

Índex

- 01** Presentació
- 02** Introducció
- 03** Gestió professional de les pantalles al centre educatiu
- 04** Ús de les pantalles en l'activitat acadèmica
- 05** Detecció i derivació d'usos problemàtics de les pantalles
- 06** Actuacions preventives en l'àmbit educatiu
- 07** Annex
- 08** Bibliografia

En aquest document, quan parlem de dispositius digitals personals o pantalles, ens referim a telèfons mòbils, rellotges intel·ligents, tauletes, ordinadors portàtils i altres aparells amb connexió digital.

1 Presentació

Aquest document ofereix recomanacions per ajudar-vos a gestionar els usos de les pantalles de manera segura, saludable i educativa a l'aula i al centre. No busca jutjar, sinó acompanyar-vos i facilitar la reflexió i l'acció pedagògica.

Està pensat per a tots els professionals que trebal·leu amb infants i adolescents, perquè compartir la responsabilitat en l'acompanyament digital és clau.

Aquest contingut s'ha elaborat gràcies a la col·laboració entre caps d'estudis de les escoles d'educació infantil i primària de Granollers i el servei La Teranyina de l'Ajuntament, combinant experiències docents i una mirada preventiva en salut.

2 Introducció

Aquestes recomanacions us ajudaran a gestionar l'ús de pantalles de manera segura i educativa dins dels centres. Segons el Departament d'Educació, l'alumnat d'infantil i primària no pot fer servir el mòbil dins del centre, ni en horari lectiu ni fora d'ell, per reduir distraccions i protegir la salut digital dels infants. El Pla de Digitalització Responsable 2025–2026 reforça aquesta línia, per això és important que tingueu orientacions clares per a vosaltres i per a les famílies.

El document està organitzat en quatre blocs:

1. Ús de pantalles per part del professorat.
2. Pantalles en l'activitat acadèmica i alternatives sense pantalles.
3. Detecció i derivació de casos d'ús problemàtic.
4. Accions de suport preventiu als centres.

L'objectiu és oferir-vos eines pràctiques per a un bon acompanyament digital, que afavoreixi el benestar i el desenvolupament de l'alumnat.

3 Gestió professional de les pantalles al centre educatiu

Aquest bloc recull recomanacions perquè el personal docent faci un ús coherent, responsable i respectuós dels dispositius digitals, donant exemple a tota la comunitat educativa.

1.1. Codi de conducta digital per al personal docent

L'ús dels dispositius digitals personals, com el mòbil, ha d'estar regulat per totes les persones del centre: alumnat, famílies, docents i altres professionals.

Quan els adults limiten el seu ús de pantalles, ajuden els infants a desenvolupar pràctiques digitals més segures i saludables. El personal docent és un model. Si es prohibeix l'ús del mòbil a l'alumnat, però els membres de la comunitat educativa en fa un ús constant, es transmet un missatge contradictori. Per això, el Departament d'Educació recorda que tots els adults han de respectar la normativa sobre dispositius digitals, tant dins com fora de l'aula. Aquesta recomanació inclou a tot el claustre i les persones implicades en el dia a dia del centre (extraescolars, menjador, etc.).

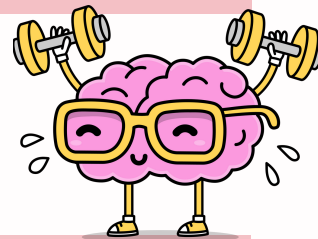
Recomanacions durant l'horari lectiu

A l'aula o en activitats escolars:

- Tenir els **dispositius personals guardats** i fora de la vista dels infants.
- En cas de **trucada urgent, atendre-la fora de l'aula**, informant prèviament l'alumnat.
- Si es porta **rellotge intel·ligent, silenciar-lo** i no consultar-lo contínuament.
- En situacions específiques, com barreres lingüístiques, **es pot fer ús del mòbil per facilitar la comunicació.**
- **Si es graven vídeos o fotos, cal esborrar-los un cop feta la feina.**
Si es vol conservar el material, s'ha de guardar en dispositius del centre.

En ús acadèmic:

- Es poden utilitzar ordinadors o tauletes si tenen una **finalitat pedagògica** i no interfereixen en la dinàmica de l'aula.
- És important mantenir **activitats sense pantalles** a tots els nivells.

**Recomanacions fora de l'horari lectiu****Acollida, menjador i extraescolars:**

- **No oferir pantalles com a única activitat d'entreteniment.**
Si s'utilitzen, han de tenir un objectiu educatiu.
- **No posar pantalles durant els àpats o descansos.**
- El personal pot fer servir **dispositius digitals per a tasques educatives.**

En reunions i entrevistes:

- **Tenir els mòbils guardats.** Si es rep una trucada urgent, atendre-la fora de l'espai.
- **Evitar fer servir el mòbil durant reunions amb famílies,** excepte per necessitats comunicatives concretes.

En temps de treball personal:

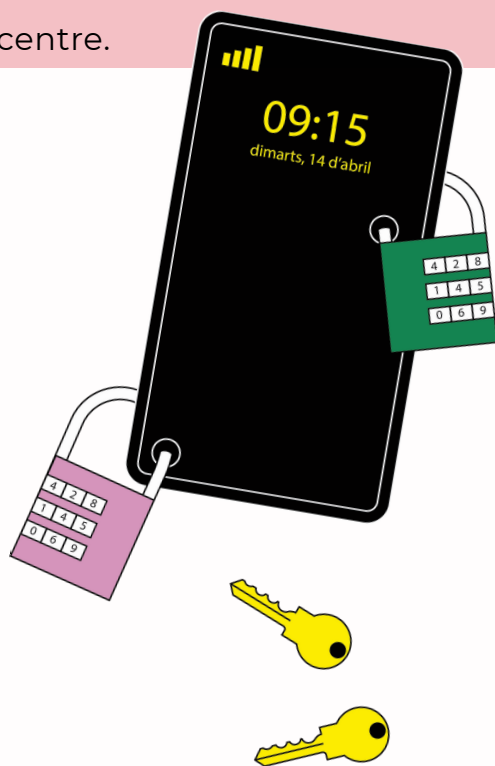
- L'ús del mòbil ha de ser responsable, **evitant mostrar un ús excessiu davant l'alumnat.**

Comunicació amb les famílies

- **Utilitzar canals oficials del centre:** agenda, correu electrònic, espais web, etc.
- **Evitar aplicacions com WhatsApp des del mòbil personal.** Si s'usen, han de ser des de dispositius del centre i amb normes d'ús clares.
- **Implicar les famílies delegades** en la difusió d'informacions.
- **Cal informar les famílies** a l'inici de curs sobre les normes d'ús dels dispositius dins de l'escola.

Protecció de la identitat digital

- Demanar a les famílies que **no gravin imatges d'altres infants**.
- Assegurar-se que **només es comparteix contingut amb autorització**.
- **Evitar mostrar cares** dels infants si no és imprescindible.
- **El personal no ha de publicar mai imatges d'alumnes a les seves xarxes socials personals.**
- **No establir comunicació amb l'alumnat per canals privats** (com WhatsApp o Instagram). Tot contacte ha de ser a través dels canals oficials del centre.



El professorat és clau per ensenyar un bon ús de les pantalles: amb el seu exemple educa i ajuda l'alumnat a créixer de manera segura.

4 Ús de les pantalles en l'activitat acadèmica

Aquest bloc ofereix recomanacions per utilitzar les pantalles de manera pedagògica i equilibrada, tant a l'aula com en el temps lliure. També inclou orientacions per a famílies i propostes d'activitats alternatives que fomentin un aprenentatge diversificat i saludable.

2.1. Com utilitzar les pantalles a l'aula amb sentit

Les pantalles poden ser una eina útil, però no han de ser el centre de l'activitat educativa. Per això:

Ús puntual i amb finalitat educativa:

Només utilitzar-les quan aportin un valor afegit real (per exemple, buscar informació, veure un vídeo breu, fer una activitat interactiva concreta).

Prioritzar activitats sense pantalla:

Treballar a partir de la manipulació, el debat, la creativitat, el joc i el moviment.

Evitar que tot passi per la pantalla:

L'aprenentatge ha d'incloure conversa, reflexió i pràctica fora dels dispositius.

Limitar el temps d'ús:

Establir franges breus i clares per evitar la sobreexposició.

Adaptar l'ús a l'edat i al moment:

Considerar la maduresa, necessitats i ritme de cada grup.

Treballar la convivència digital:

Parlar de com ens relacionem a través de les pantalles amb una actitud crítica i constructiva.

Fomentar l'actitud crítica:

Ajudar l'alumnat a reflexionar sobre per què i com utilitza la tecnologia.

Afavorir el treball cooperatiu:

Sempre que sigui possible, compartir dispositius per promoure la col·laboració.

Aquestes pautes situen les pantalles al servei de l'educació, evitant que condicionin el funcionament de l'aula.

2.2. Activitats alternatives a les pantalles

En el temps lliure, les pantalles sovint són l'opció més fàcil i ràpida. És important oferir altres alternatives perquè infants i joves es desenvolupin de manera integral.

Què poden fer les famílies?

- **No criminalitzar el temps de pantalla** per facilitar el diàleg i establir límits clars.
- **Equilibrar el temps** entre obligacions i oci saludable.
- **Diversificar l'oci digital**, ajudant a descobrir nous continguts.
- **Garantir moments de desconnexió diària**, evitant pantalles durant els àpats i abans d'anar a dormir.
- Aplicar **normes clares i coherents**, adaptades a les edats, i evitar usar les pantalles com a càstig o recompensa.
- **No usar pantalles com a “cangur digital”**; buscar alternatives quan hi hagi malestar o manca de temps.
- **Ser model** en l'ús de pantalles.
- **Interessar-se pel món digital dels infants**: saber què fan, què miren i què els agrada.
- Cal **reconèixer els aspectes positius de les pantalles**, com la socialització o el desenvolupament de la identitat.



Activitats alternatives a les pantalles (a casa o a l'escola)

Joc lliure i simbòlic



Disfressar-se,
fer construccions amb
blocs o materials
reciclatos, crear mons
imaginaris amb animals,
ninos, cotxes...

Jocs tradicionals

Jocs de taula familiars,
jocs tradicionals de pati o carrer
(saltar a corda, xarranca, pilla-
pilla...), enigmes, jocs de pistes
o cerca del tresor dins de casa...

Creació i manualitats

Pintar, dibuixar, retallar, enganxar,
experimentar amb diferents
materials (plastilina, fang, materials
naturals...), fer titelles, màscares...

Activitats exteriors

Anar al parc, fer una excursió,
jugar amb la pilota;
fer una sortida amb bici,
patinet o caminada en família,
o recollir elements de la natura...

Tasques domèstiques

Adaptar els espais comuns
amb joguines, contes, etc., cuinar
en família, endreçar o decorar
l'espai, fer petites tasques de
responsabilitat adaptades a l'edat...

Lectura i expressió

Llegir contes, còmics
o revistes infantils, explicar
històries inventades,
escriure contes curts,
escoltar audiollibres
o cançons...



Cultura i relacions

Visitar biblioteques, museus,
mercats, anar al teatre
o concerts, convidar amics
a casa sense pantalles.

I fora de casa...?

- Portar motxilla amb llibres,
jocs petits o retoladors.
- Compartir temps de qualitat
amb presència i atenció.



No es tracta de renunciar a les pantalles, sinó d'equilibrar el seu ús i oferir alternatives significatives que afavoreixin el benestar dels infants.

5 Detecció i derivació d'usos problemàtics de les pantalles

Aquest bloc ofereix pautes per identificar usos problemàtics de les pantalles entre l'alumnat i descriu les fases del protocol d'actuació. Davant qualsevol dubte o situació que superi les possibilitats d'intervenció immediata, cal contactar amb **La Teranyina**, el servei municipal d'informació i assessorament sobre drogues i pantalles.

3.1. Protocol d'actuació

Fases d'actuació

- **Fase 1: Detecció de senyals d'alerta**
- **Fase 2: Detecció d'indicadors de risc** - Annex 7.1.
- **Fase 3: Entrevista amb l'alumne/a**
- **Fase 4: Entrevista amb la família**
- **Fase 5: Derivació a servei especialitzat**
- **Fase 6: Seguiment**



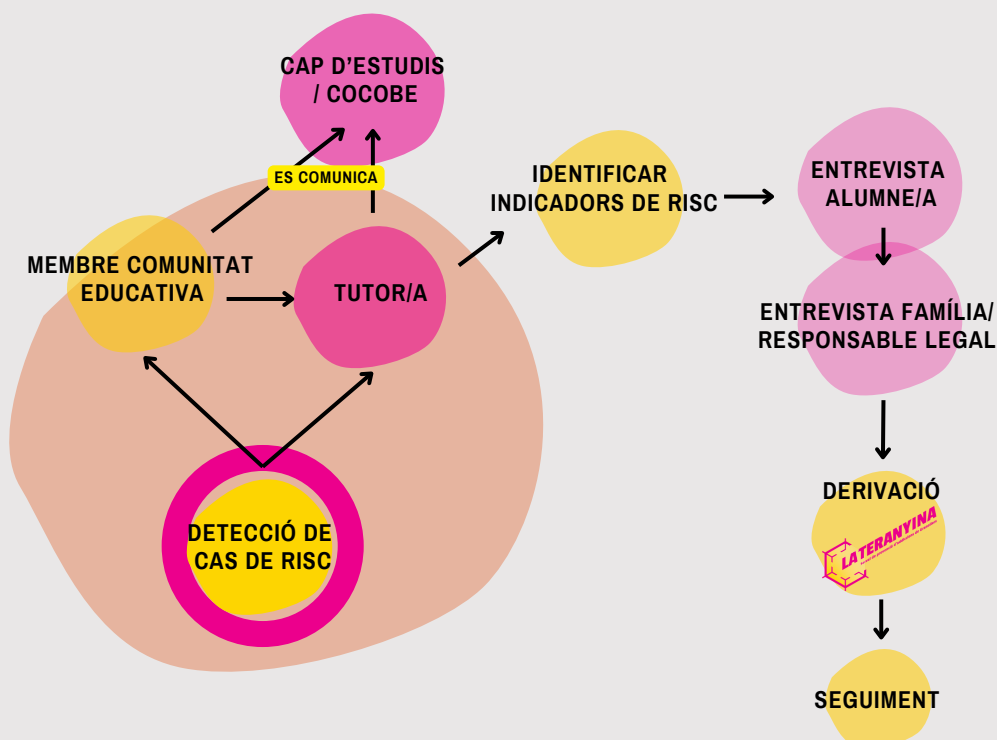
La Teranyina

93 842 66 68 / 689 796 350

lateranyinagrn.cat

lateranyina@granollers.cat

CIRCUIT DE DETECCIÓ I DERIVACIÓ



1

Detecció de senyals d'alerta

Qualsevol membre de la comunitat educativa pot detectar senyals indicatius d'un possible ús problemàtic de les pantalles, a través del comportament, discurs de l'alumne/a o comentaris d'adults. Cal observar-los amb atenció i actuar amb responsabilitat.

Senyals d'alerta més comuns:

- Canvis d'estat d'ànim o malestar emocional.
- Conductes o discursos que evidencien un ús inadequat de pantalles.
- Augment del temps connectat o dificultat per posar límits.
- Fixació excessiva per videojocs o xarxes socials.
- Cansament visible o irritabilitat quan no té accés a dispositius.
- Obsessió pel control del temps d'ús.
- Comentaris d'adults preocupats.



Davant aquests senyals, es pot iniciar el protocol per valorar la situació i decidir com actuar.

Gestió inicial dels senyals d'alerta:

- El/la tutor/a lidera el protocol, amb el suport del cap d'estudis o coordinador/a de convivència i benestar (COCOBE).
- Cal evitar alarmes i deixar clar que qualsevol sospita ha de ser confirmada.
- Si la sospita prové de la família o persones externes:
 - Tranquil·litzar explicant el protocol d'intervenció.
 - Agrair la confiança.
 - Explicar que és només un indicatiu que cal verificar.



2

Indicadors d'usos problemàtics i derivació

Els **indicadors** ajuden a detectar conductes relacionades amb usos inadequats. Un indicador aïllat no sempre indica un problema, cal observar el conjunt de conductes.

- **Indicadors de risc alt** (IRA): Un sol indicador activa el protocol.
- **Indicadors de risc moderat** (IRM): Calen 3 o més per activar el protocol.

→ En cas de dubte, contactar amb La Teranyina.

Indicadors de risc d'usos problemàtics de pantalles

Senyals que ens indiquen que l'ús de pantalles pot ser un problema:

1. Relacions socials i familiars

IRM: Indicadors de Risc Moderat

- Deixa activitats socials presencials per les pantalles.
- S'aïlla d'amics i família, passa més temps en línia.
- Només té amics a xarxes socials.
- Canvis d'actitud sense motiu.
- Discuteix amb la família per l'ús de pantalles.
- Dificultat familiar per supervisar l'ús.
- Augment dels conflictes familiars.
- Evita explicar l'ús a la família.

IRA: Indicadors de Risc Alt

- Les pantalles ocupen gran part del seu oci, i no té activitats alternatives.
- Ús de pantalles sense supervisió ni límits per part d'una persona adulta a casa.



2. Violència i conflictes en línia

IRM: Indicadors de Risc Moderat

- Consumeix contingut violent o agressiu.
- Participa en converses/jocs violents o sexuals.
- Comparteix contingut abusiu.
- Intervé en conflictes a xarxes.

IRA: Indicadors de Risc Alt

- És víctima de violència en línia (assetjament, xantatge).
- Exerceix violència a través de pantalles.



3. Desenvolupament personal i identitat

IRM: Indicadors de Risc Moderat

- Perfil fals o molt idealitzat en línia.
- Por a compartir informació personal per preocupacions digitals.

4. Addicció i ús excessiu

IRM: Indicadors de Risc Moderat

- Pèrdua de noció del temps.
- Ansietat o irritabilitat si no pot usar pantalles.
- Augment dels conflictes familiars.

IRA: Indicadors de Risc Alt



- Signes clars d'addicció

(Patró d'ús intensiu i continuat de pantalles que provoca dificultats en el dia a dia de l'infant o adolescent, amb intents fallits de deixar-ho o controlar-ho, i que ocupa constantment els seus pensaments i emocions).

5. Efectes acadèmics

IRM: Indicadors de Risc Moderat

- Baixa rendiment per ús excessiu.
- Arriba a classe amb dispositius.
- Es connecta a aplicacions no acadèmiques.

6. Aspectes emocionals i físics

IRM: Indicadors de Risc Moderat

- Ansietat, irritabilitat, tristesa després d'usar pantalles.
- Dificultat per controlar emocions si no pot usar-les.
- Conductes agressives o obsessives.
- Pèrdua d'interès en altres activitats.
- Baixa autoestima o nerviosisme relacionats amb pantalles.

IRA: Indicadors de Risc Alt

- Malestar físic/emocional que limita la vida diària.



7. Patrons de son i salut física

IRM: Indicadors de Risc Moderat

- Ús fins a altes hores de la nit.
- Dorm poc per ús nocturn.

IRA: Indicadors de Risc Alt

- Somnolència o cansament a classe per ús nocturn.



8. Riscos econòmics i seguretat

IRM: Indicadors de Risc Moderat

- Despeses excessives en aplicacions o videojocs.

IRA: Indicadors de Risc Alt

- Víctima d'estafa o engany en línia.



9. Sexualitat i seguretat en línia

IRA: Indicadors de Risc Alt

- Comparteix o rep contingut sexual inapropiat.
- Víctima de sexpredding o sextorsió.



10. Desenvolupament i aprenentatge

IRM: Indicadors de Risc Moderat

- Dificultats d'aprenentatge sense causa aparent.
- Falta de concentració o atenció.
- Assistència irregular.
- Actitud sobreestimulada.
- Poc contacte visual.
- Dificultat en parla o jocs tranquils.

Actuació després de detectar indicadors

- Contrastació amb l'alumne/a i família.
- Entrevistes individuals.
- Acompanyament respectuós i coordinat.
- Els indicadors són orientatius, no substitueixen l'observació directa.
- Buscar suport professional en casos complexos.
- Treballar conjuntament amb professionals per garantir el benestar.

Recomanacions generals per a l'abordatge

Què hem de fer?

- Indagar conflictes més enllà de l'àmbit educatiu.
- Valorar el moment adequat per intervenir.
- Respectar confidencialitat, voluntat i intimitat.
- Treballar des d'una perspectiva comunitària, no individualitzar.
- Decidir entre abordatge individual o grupal.
- Acceptar diferents punts de vista.
- Escoltar activament infants i adolescents.
- Fomentar la conversa oberta sobre l'ús de pantalles.
- Crear espais de debat respectuosos i inclusius.

Què cal evitar?

- Ignorar conflictes fora del centre.
- Fer judicis ràpids i infundats.
- Utilitzar un to autoritari o paternalista.
- Culpabilitzar o revictimitzar víctimes.
- Donar receptes úniques per a tots els casos.
- Pensar que es pot resoldre tot sense suport d'especialistes.

Actuació segons la gravetat

Situació greu → Actuació urgent



- Risc imminent per a la integritat física o vida (conductes autolesives, suïcidi, abusos, violència greu).
- Trucar al 112 immediatament.
- Acudir a CAP o hospital.
- Rapidesa i coordinació amb serveis sanitaris i protecció.

Situació de risc moderat o lleu → Actuació necessària però no urgent



- No hi ha perill immediat, però hi ha senyals d'alerta o conductes preocupants.
- Pot afectar benestar emocional, social, acadèmic o familiar.
- Activar el protocol establert.
- Valorar la situació globalment.
- Derivar a serveis especialitzats si cal.
- Acompanyar infant/adolescent i família amb suport i eines per a un ús saludable.

3 Entrevista amb l'alumne/a

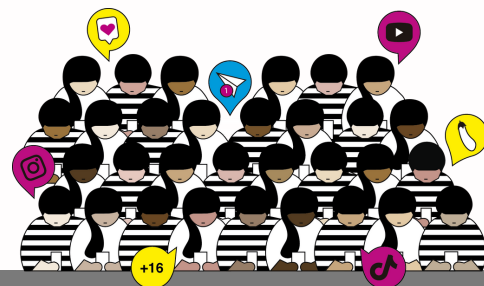
Després d'una primera anàlisi, és fonamental entrevistar l'alumne/a per aprofundir en la seva situació.

Recomanacions per a la comunicació

- Crear un clima de confiança, còmode i respectuós.
- Fer sentir l'alumne/a partícip.
- Informar sobre la possible compartició de la informació amb la família si cal.
- Evitar discussions que generin resistències.
- No fer judicis morals.
- Entrevista com a diàleg, no interrogatori.
- Oferir informació objectiva i contrastada.

Objectiu

Detectar conductes de risc amb detall i confirmar la necessitat d'intervenció.



Model d'entrevista: temes a explorar

Context de l'ús de les pantalles

- Quins dispositius té?
- Quan els utilitza? (hores, amb qui...)
- Com els fa servir? (com es connecta, lloc on es connecta...)

Contingut que consumeix en les pantalles

- Què fa servir? (aplicacions, videojocs, pàgines web...)
- Quin contingut consumeix? (tipus de contingut: fantàstic, sexual, violent, de bellesa...)

Relacions fora de línia

- Fora de l'horari escolar, realitza activitats d'oci que no impliquin pantalles? Quines?
- Amb qui es relaciona fora de la pantalla? I amb quina freqüència?
- En quins contextos es troben? Quines activitats fan?

Relacions en línia

- Amb qui es relaciona?
- Coneix a aquestes amistats en persona?
- Amb quina freqüència es troben?
- Quina relació tenen?
- Quines activitats fan?

Motiu pel qual utilitza les pantalles

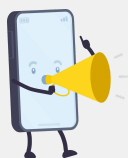
- Per a què fa servir les pantalles?
- Què aconsegueix usant-les? (a escala social i emocional)
- Què li costa gestionar en el dia a dia que dins de la pantalla no li genera malestar?

Impediments en els usos de pantalles

- Els usos de pantalles, en què el /la limita? (relacions familiars, amistats, acadèmic, salut...)
- Quins conflictes li porten els usos que fa de les pantalles?

Horaris d'usos de pantalles

- En quins moments del dia pot utilitzar les pantalles?
- Té eines de control parental als seus dispositius?
- Té clar quan pot i quan no pot usar les pantalles?



Aquest esquema d'entrevista és una guia orientativa que caldrà adaptar a cada cas, tenint en compte les circumstàncies personals i el nivell de maduresa de cada infant o adolescent, per garantir una comunicació significativa i ajustada.

4

Entrevista amb la família o representants legals

Complementa i contrasta la informació. Prioritzar la participació dels referents principals, sense presència del menor.

Recomanacions per a la comunicació amb la família

- Presentar la situació amb claredat i calma.
- Empatia i respecte per les actuacions familiars.
- Transmetre confiança en la possibilitat de reconducció.
- Valorar l'esforç i implicació.
- Evitar parlar d'addicció, criminalitzar o culpabilitzar.

Model d'entrevista: temes a explorar

Context de l'ús de les pantalles

- Quins dispositius té?
- Quan els utilitza? (hores, amb qui...)
- Com els fa servir? (com es connecta, lloc on es connecta...)

Contingut de què consumeix en les pantalles

- Què fa servir? (aplicacions, videojocs, pàgines web...)
- Quin contingut consumeix? (tipus de contingut: fantàstic, sexual, violent, de bellesa,...)

Relacions fora de línia

- Fora de l'horari escolar, realitza activitats d'oci que no impliquin pantalles? Quines?
- Amb qui es relaciona fora de la pantalla? I amb quina freqüència?
- En quins contextos es troben? Quines activitats fan?

Relacions en línia

- Amb qui es relaciona?
- Coneix a aquestes amistats en persona?
- Amb quina freqüència es troben?
- Quina relació tenen?
- Quines activitats fan?

Motiu pel qual utilitza les pantalles

- Per a què fa servir les pantalles?
- Què aconsegueix usant-les? (a escala social i emocional)
- Què li costa gestionar en el dia a dia que dins de la pantalla no li genera malestar?

Impediments en els usos de pantalles

- Els usos de pantalles, en què el /la limita? (relacions familiars, amistats, acadèmic, salut...)
- Quins conflictes li porten els usos que fa de les pantalles?

Horaris d'usos de pantalles

- En quins moments del dia pot utilitzar les pantalles?
- Té eines de control parental als seus dispositius?
- Té clar quan pot i quan no pot usar les pantalles?

Aquesta entrevista, que és la mateixa que es proposa per a l'alumne/a servirà per complementar informació i per contrastar tota la informació recollida.

Punts clau a comunicar

A part de la recollida d'informació, l'entrevista ha de servir per comunicar els següents temes:

- Notificar fets detectats amb objectivitat.
- Cal explicar el protocol preventiu del centre.
- Presentar l'acció com una oportunitat educativa.
- Informar d'intervencions i seguiment.
- Demanar autorització per a derivació a La Teranyina.
- Convocar reunió conjunta centre i servei referent.



L'entrevista amb la família s'ha de fer des del respecte, amb tacte i sense judicis, mostrant interès per comprendre millor la situació i afavorir el benestar de l'infant o adolescent. Cada conversa s'ha d'adaptar a les particularitats de la família, amb una actitud oberta, empàtica i col·laborativa.

5

Derivació al servei especialitzat

Quan es valora que la situació supera les possibilitats d'intervenció del centre educatiu i cal un suport més específic, s'ha d'iniciar la derivació al servei especialitzat, en aquest cas, La Teranyina (servei municipal de prevenció d'addiccions).

**La Teranyina**

93 842 66 68 / 689 796 350

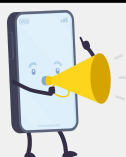
lateranyinagrn.cat

lateranyina@granollers.cat

Circuit de derivació a servei especialitzat

És important seguir aquest ordre per garantir un acompanyament de qualitat i facilitar una resposta coordinada per part del servei especialitzat. La derivació és un acte de responsabilitat compartida que assegura un suport professional i continuat. Els passos són:

1. **Omplir el formulari web de derivació**, disponible a l'apartat de contacte del web de La Teranyina (www.lateranyinagrn.cat), on es recull la informació necessària per contextualitzar la situació i facilitar la valoració professional.
2. **Coordinació amb La Teranyina**: un cop rebut el formulari, el servei contactarà amb la persona referent del centre educatiu per fer una primera reunió (pot ser telefònica, virtual o presencial). Aquesta trobada té com a objectius:
 - Compartir la informació recollida.
 - Valorar conjuntament la situació.
 - Definir una estratègia d'intervenció adequada i coordinada.
 - Orientar i donar suport al personal educatiu per a la comunicació amb la família.
3. **Reunió amb la família**: si es considera oportú, es convocarà una trobada conjunta dins del centre educatiu amb la participació dels agents implicats i el servei especialitzat. Aquesta reunió servirà per:
 - Presentar el pla d'intervenció.
 - Oferir un acompanyament personalitzat.
 - Acordar els passos a seguir.



Cal tenir en compte que la derivació no significa desentendre's de la situació, sinó tot el contrari: és una mostra de responsabilitat i cura per garantir un suport especialitzat i continuat.

6

Seguiment

Un cop iniciada la intervenció especialitzada, el centre educatiu mantindrà un seguiment actiu i continuat per avaluar l'evolució i l'adhesió al servei.

Aspectes clau del seguiment:

Avaluar l'adhesió al servei

Observar la participació activa de l'infant/adolescent i la família en les sessions i el seguiment de les recomanacions. Si hi ha dificultats, explorar-ne les causes (desmotivació, resistència, etc.) i coordinar-se amb el servei per ajustar l'estratègia.

Identificar canvis en la situació

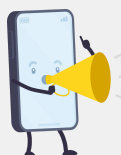
Fer un seguiment continuat per detectar millores o noves situacions de risc. Això permet adaptar la intervenció a les necessitats canviants.

Coordinació constant amb el servei especialitzat

Compartir observacions, rebre orientacions i ajustar el pla d'intervenció segons sigui necessari. Aquesta comunicació es pot fer mitjançant reunions periòdiques, trucades o correus electrònics.

Reavaluació i ajustaments

En cas de dificultats o falta de progressos, reavaluar la situació i, si cal, incorporar nous recursos o modificar l'estratègia.



El seguiment actiu i la coordinació entre centre educatiu, servei especialitzat i família són fonamentals per garantir un acompanyament efectiu, respectuós i adaptat a les necessitats del/la menor d'edat.

6 Actuacions preventives en l'àmbit educatiu

Aquest bloc presenta actuacions preventives que els centres educatius poden dur a terme per reforçar la tasca pedagògica sobre l'ús responsable de les pantalles. L'objectiu és sensibilitzar i educar l'alumnat i les famílies, fomentant una cultura digital saludable tant dins com fora de l'escola.

A més de les iniciatives internes, es recomana aprofitar recursos externs especialitzats que complementin la intervenció educativa. Un exemple clau és La Teranyina, servei municipal dedicat a la prevenció de drogodependències i a l'acompanyament en l'ús conscient i responsable de les tecnologies digitals.

4.1. Protocol d'actuació

Tallers preventius

La Teranyina ofereix tallers específics per a infants, professorat i famílies, amb continguts pràctics orientats a prevenir usos problemàtics de pantalles. Aquests tallers promouen la reflexió, la sensibilització i l'adquisició d'hàbits saludables en l'ús de la tecnologia. Per sol·licitar-los, es pot consultar la Guia Educativa de Granollers, on es troben les activitats disponibles i es pot fer la reserva: <https://guiaeducativagranollers.cat>.

Serveis d'atenció i acompanyament

La Teranyina proporciona suport individualitzat a joves amb conductes problemàtiques relacionades amb les pantalles, treballant de manera coordinada amb famílies i professionals del centre educatiu per garantir una intervenció eficaç i ajustada a cada cas.

Per contactar amb el servei, cal utilitzar el formulari disponible a la pàgina de contacte de La Teranyina.

La Teranyina

Servei municipal d'informació i assessorament sobre drogues i pantalles

93 842 66 68 / 689 796 350

lateranyinagrñ.cat

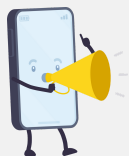
lateranyina@granollers.cat



Divulgació digital

El servei manté una presència activa a les seves xarxes socials, especialment a Instagram (@lateranyinagrñ), on comparteix informació actualitzada, recursos i consells pràctics per a famílies i professionals de l'educació.

També fa divulgació a través de lateranyinagrñ.cat, on es publica contingut actualitzat sobre la prevenció d'usos problemàtics de drogues i pantalles.



El seguiment actiu i la coordinació entre centre educatiu, servei especialitzat i família són fonamentals per garantir un acompanyament efectiu, respectuós i adaptat a les necessitats del/la menor d'edat.

7 Annex

7.1. Detecció d'indicadors de risc

A continuació, es presenta una graella per marcar els indicadors de risc detectats durant l'observació o les entrevistes. Aquesta eina ajuda a organitzar la informació recollida i facilita la valoració conjunta amb altres professionals.

INDICADORS DE RISC MODERAT <i>Calen 3 o més per activar el protocol.</i>	SÍ	NO
1. Relacions socials i familiars		
Deixa activitats socials presencials per les pantalles.		
S'aïlla d'amics i família, passa més temps en línia.		
Només té amics a xarxes socials.		
Canvis d'actitud sense motiu.		
Discuteix amb la família per l'ús de pantalles.		
Dificultat familiar per supervisar l'ús.		
Augment dels conflictes familiars.		
Evita explicar l'ús a la família.		
2. Violència i conflictes en línia		
Consumeix contingut violent o agressiu.		
Participa en converses/jocs violents o sexuals.		

Comparteix contingut abusiu.		
Intervé en conflictes a xarxes.		
3. Desenvolupament personal i identitat		
Perfil fals o molt idealitzat en línia.		
Por a compartir informació personal per preocupacions digitals.		
4. Addicció i ús excessiu		
Pèrdua de noció del temps.		
Ansietat o irritabilitat si no pot usar pantalles.		
Augment dels conflictes familiars.		
5. Efectes acadèmics		
Baixa rendiment per ús excessiu.		
Arriba a classe amb dispositius.		
Es connecta a aplicacions no acadèmiques.		
6. Aspectes emocionals i físics		
Ansietat, irritabilitat, tristesa després d'usar pantalles.		
Dificultat per controlar emocions si no pot usar-les.		
Conductes agressives o obsessives.		
Pèrdua d'interès en altres activitats.		
Baixa autoestima o nerviosisme relacionats amb pantalles.		

7. Patrons de son i salut física		
Ús fins a altes hores de la nit.		
Dorm poc per ús nocturn.		
8. Riscos econòmics i seguretat		
Despeses excessives en aplicacions o videojocs.		
10. Desenvolupament i aprenentatge		
Dificultats d'aprenentatge sense causa aparent.		
Falta de concentració o atenció.		
Assistència irregular.		
Actitud sobreestimulada.		
Poc contacte visual.		
Dificultat en parla o jocs tranquils.		

* 3 ≥ risc moderat

INDICADORS D'ALT RISC <i>Un sol indicador activa el protocol.</i>	SÍ	NO
1. Relacions socials i familiars		
Les pantalles ocupen gran part del seu oci, i no té activitats alternatives.		
Ús de pantalles sense supervisió ni límits per part d'una persona adulta a casa.		
2. Violència i conflictes en línia		
És víctima de violència en línia (assetjament, xantatge).		
Exerceix violència a través de pantalles.		
4. Addicció i ús excessiu		
Signes clars d'addicció Patró d'ús intensiu i continuat de pantalles que provoca dificultats en el dia a dia de l'infant o adolescent, amb intents fallits de deixar-ho o controlar-ho, i que ocupa constantment els seus pensaments i emocions.		
6. Aspectes emocionals i físics		
Malestar físic/emocional que limita la vida diària.		
7. Patrons de son i salut física		
Somnolència o cansament a classe per ús nocturn.		
8. Riscos econòmics i seguretat		
Víctima d'estafa o engany en línia.		
9. Sexualitat i seguretat en línia		
Comparteix o rep contingut sexual inapropiat.		
Víctima de sexpredding o sextorsió.		

*1 ≥ risc alt

8 Bibliografia

- Generalitat de Catalunya. (2020). Les Tecnologies digitals a la infància, l'adolescència i la joventut. Departament d'Educació. Recuperat de: <https://govern.cat/govern/docs/2022/09/28/11/29/4930d590-e484-42eb-a98a-a8444f4563a9.pdf> (pàg. 20-21, 28).
- Generalitat de Catalunya, Departament d'Educació. (2021). Competències bàsiques de l'àmbit digital (educació primària). Recuperat de: <https://educacio.gencat.cat/ca/departament/publicacions/colleccions/competencies-basiques/primaria/ambit-digital/index.html> (bloc de les competències de dimensió d'hàbits, civisme i identitat digital).
- Generalitat de Catalunya, Agència de Salut Pública de Catalunya, Subdirecció General de Drogodependències. (2022). Guia preventiva sobre entorns digitals adreçada a professionals que treballen amb adolescents. Recuperat de: <https://drogues.gencat.cat/ca/addiccions-comportamentals/guia-entorns-digitals/index.html> (pàg. 55, 63, 67).
- Generalitat de Catalunya, Departament d'Educació. (2024). Documents per a l'organització i la gestió dels centres, Ús de dispositius mòbils en el centre. Recuperat de: https://documents.espai.educacio.gencat.cat/IPCNormativa/DOIGC/ORG_Us_Mobils.pdf (pàg. 3-5).
- Generalitat de Catalunya, Departament d'Educació i Departament de Salut. (s.d.). Protocol de prevenció, detecció i intervenció sobre drogues als centres d'educació secundària. Recuperat de: <https://xtec.gencat.cat/ca/comunitat/salutescola/protocol-de-prevencio-de-drogues-a-secundaria/>
- Generalitat de Catalunya, Departament d'Educació. (2023). Pla de digitalització responsable. Recuperat de: <https://educacio.gencat.cat/ca/departament/linies-estrategiques/pla-digitalitzacio-responsable/index.html>

Agraïments

Aquest llibret ha estat possible gràcies a la dedicació, la mirada crítica i el compromís dels centres d'educació infantil i primària de Granollers i, especialment, a la implicació, la paciència i el treball constant del seminari de caps d'estudis de Granollers i del CRP. Gràcies per contribuir, dia a dia, a fer dels centres espais educatius més conscients i saludables.



Ajuntament
Granollers

