

GUIA DE FORMACIÓ PER FORMADORS

SOBRE **ACCESSIBILITAT** **COGNITIVA** **I BON TRACTE**

dincat  Plena
inclusió
Catalunya



Autoria: Grup de treball de Formació sobre Accessibilitat Cognitiva de la Xarxa d'Accessibilitat de Catalunya.

Coordinació: Luciana Burin, tècnica d'Accessibilitat Cognitiva a Dincat.

Edita:



Amb el suport de:



Generalitat de Catalunya
**Departament de Drets Socials
i Inclusió**

I la col·laboració de:



Barcelona. 2025.

Dincat

Carrer Consell de Cent, 445-449 Entresol B
08013, Barcelona



www.dincat.cat



info@dincat.cat



[@_dincat](https://twitter.com/_dincat)



[@dincatcomunicacio](https://www.facebook.com/dincatcomunicacio)



[/dincat](https://www.linkedin.com/company/dincat)



Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada 3.0 Espanya (CC BY-NC-ND 3.0 ES)

ÍNDEX

INTRODUCCIÓ A LA GUIA	4
COM CREAR UNA FORMACIÓ D'ACCESSIBILITAT COGNITIVA I BON TRACTE ACCESSIBLE I EFICAÇ	7
1. L'equip formador en Accessibilitat Cognitiva	7
2. Planificació de la sessió formativa	10
1. Anàlisi de necessitats, objectius i públic	10
2. Elecció de la metodologia i el format	12
3. Gestió de recursos	15
4. Preparació dels continguts específics	15
5. L'escaleta	15
3. Dinamització de la formació i eines participatives	21
1. Dinàmiques trencagel	21
2. Dinàmiques pràctiques	28
3. Ús d'eines interactives per fomentar la participació	43
4. Recursos didàctics de suports	46
1. Presentacions	46
2. Vídeos	47
5. Avaluació de l'acció formativa	49
1. Avaluació de la comprensió dels continguts	49
2. Enquesta de satisfacció i qualitat de la formació	50
CONCLUSIONS	53

INTRODUCCIÓ A LA GUIA

Benvinguts i benvingudes a aquesta guia de formació per a formadors en accessibilitat cognitiva i discapacitat intel·lectual.

Per què fem aquesta guia?

A Dincat, juntament amb les nostres entitats federades, detectem una demanda creixent i constant de formacions especialitzades. Aquestes peticions se centren en l'accessibilitat cognitiva, el tracte adequat i respectuós envers les persones amb discapacitat intel·lectual i del desenvolupament (DID), i altres aspectes crucials per a la correcta implementació del nou **Codi d'Accessibilitat de Catalunya**. De fet, aquest Codi, que reglamenta la Llei 13/2014 d'accessibilitat, inclou com a requisit la formació en aquests àmbits. Per exemple:

- **Article 91.10:** “El personal destinat als punts d'informació, d'atenció al client, de venda de bitllets i de facturació d'equipatge ha de tenir formació adequada sobre el tracte i les pautes de comunicació amb persones amb discapacitat física, sensorial i cognitiva”.
- **Article 119.4:** “La formació del personal de les administracions públiques que presta serveis d'atenció al ciutadà ha d'incloure el coneixement de les diferents discapacitats i dels procediments i mitjans de suport per facilitar el tracte, la interacció i la comunicació. La programació i la prestació d'aquestes activitats formatives ha de preveure la participació de les entitats representatives de la discapacitat quan escaigui”.
- **Article 120.3:** “La formació del personal d'atenció al públic ha de desenvolupar i prioritzar els procediments i les actituds per oferir els serveis de manera inclusiva. Els formadors han de tenir el coneixement i l'experiència necessaris per instruir correctament aspectes com el tracte, la interacció i la comunicació amb les persones amb discapacitat. Aquesta formació la poden impartir entitats representatives del sector de la discapacitat, professionals i empreses i experts en la matèria”.

D'altra banda, a partir de l'1 de gener de 2025 és d'obligat compliment el **Reial decret 193/2023**, que en l'**article 5.2** obliga a observar les exigències d'accessibilitat universal, a realitzar els ajustos raonables i proporcionats i a adoptar i portar a terme les mesures d'acció positiva. Aquestes accions han de garantir l'accés de les persones amb discapacitat a les instal·lacions públiques, als seus procediments i serveis, i aplicar els mecanismes necessaris per a l'adequada atenció d'aquestes persones.

Estem convençudes que la formació en aquestes matèries és una eina fonamental. A través d'ella, no només divulguem i defensem els drets de les persones amb DID, sinó que també fomentem la sensibilització necessària per construir entorns, productes i serveis veritablement inclusius i accessibles per a tota la nostra comunitat. Malgrat la seva importància cabdal, l'accessibilitat cognitiva continua sent una gran desconeguda per a molts sectors de la societat. Tenim l'oportunitat i la responsabilitat de transformar aquesta realitat.

Sabem, però, que dissenyar una formació de qualitat des de zero pot ser un repte considerable, especialment quan els recursos són limitats o les idees inicials escasses. Aquesta guia s'adreça especialment a vosaltres: **professionals d'entitats que ja teniu alguns coneixements sobre accessibilitat cognitiva i discapacitat intel·lectual**, però que busqueu eines i orientació per estructurar i oferir formacions a l'administració pública o a altres entitats. Les sol·licituds que, com a formadors, podeu rebre són extremadament diverses: des de sessions sobre bon tracte per al personal d'atenció al públic d'empreses de transport, fins a programes per a ajuntaments que busquen millorar l'accessibilitat cognitiva dels seus espais urbans, o museus que aspiren a ser plenament accessibles. Així mateix, el temps disponible i el format requerit per a cada acció formativa poden variar.

El nostre objectiu final és que cada cop més persones i organitzacions arreu del territori català rebin formació qualificada sobre accessibilitat cognitiva i bon tracte a les persones amb DID. L'objectiu primordial d'aquesta guia és formar i capacitar formadors que puguin dissenyar i impartir formacions a mida.

Per això en aquesta guia trobareu un ampli ventall de recursos, dinàmiques i coneixements que podreu seleccionar, combinar i adaptar per dissenyar formacions a mida, responent amb eficàcia i creativitat a les necessitats específiques de cada client o context.

Què trobareu en aquesta guia?

En aquesta guia trobareu un conjunt de recursos orientats a facilitar el disseny estratègic i metodològic de les vostres formacions. Us presentarem l'escala com a eina clau de planificació i analitzarem els diversos factors que cal considerar per ajustar cada proposta formativa a les demandes concretes que rebeu.

COM CREAR UNA FORMACIÓ D'ACCESSIBILITAT COGNITIVA I BON TRACTE ACCESSIBLE I EFICAÇ

1. L'equip formador en Accessibilitat Cognitiva

La funció de l'equip formador és transmetre aquells coneixements relacionats amb l'accessibilitat universal i cognitiva o la discapacitat des de l'experiència i segons les necessitats formatives del grup destinatari.

Composició de l'equip

Un equip de formació pot estar compost per un o més professionals especialitzats en discapacitat intel·lectual i accessibilitat, així com per una o més persones amb discapacitat intel·lectual. Els membres de l'equip poden provenir de la mateixa entitat, d'altres entitats de la xarxa o de federacions com Dincat o Plena Inclusión. La composició de l'equip amb més d'una persona permet repartir els rols durant la sessió formativa, cosa que pot enriquir l'experiència. A més a més, en aquelles formacions que tractin temes més específics, es pot demanar la col·laboració d'un expert en la matèria per aprofundir en el contingut.

Perfil dels formadors i formadores:

- **Professionals:**
 - › Tècnic/a o format/da en accessibilitat: accessibilitat universal i cognitiva. Vessants de l'accessibilitat cognitiva: textos (Lectura Fàcil), entorns físics, entorns digitals, processos i tracte accessible.
 - › Experiència en l'àmbit de la discapacitat i/o la discapacitat intel·lectual i del desenvolupament.
 - › Professional de l'entitat que treballa dins l'àrea de l'accessibilitat cognitiva.
- **Persones amb DID:**
 - › Amb formació en accessibilitat universal i cognitiva.

- › Membre d'un grup validador en una o més vessants de l'accessibilitat cognitiva, o participant d'un grup d'autogestors per la defensa dels drets de les persones amb discapacitat intel·lectual.
- › Si la persona forma part d'un grup validador pot aportar des del coneixement i la pròpia experiència.
- › La seva aportació serà clau en aspectes de tracte accessible.
- › Persones amb diversos perfils de discapacitat intel·lectual i del desenvolupament poden enriquir l'experiència formativa.

Competències de l'equip formador:

— Formatives:

Coneixements sobre:

- › Accessibilitat, accessibilitat cognitiva i aspectes vinculats (textos i Lectura Fàcil, entorns físics, entorns digitals, processos i tracte accessible).
- › Normativa relacionada i Codi d'accessibilitat.
- › Discapacitat i discapacitat intel·lectual i del desenvolupament.
- › Suports personalitzats.

— Metodològiques:

- › Com planificar, organitzar i gestionar l'acció formativa: Detectar necessitats, objectius de la sessió, selecció de continguts, activitats i recursos, conclusió.
- › Com avaluar l'acció formativa.
- › Com dinamitzar grups: Tècniques, recursos, activitats.

— Amb relació a l'actitud o les habilitats:

- › Generar confiança per a facilitar el procés d'aprenentatge.

- › Transmetre valors i actituds.
- › Habilitats comunicatives i utilització d'un llenguatge planer i entenedor.
- › Fomentar la participació i partir d'experiències significatives del grup.
- › Fomentar l'esperit crític.
- › Habilitats com: l'escolta activa, la proximitat, l'empatia, la motivació, la inspiració, l'orientació, la dinamització.



2. Planificació de la sessió formativa

1. Anàlisi de necessitats, objectius i públic

Abans de dissenyar qualsevol acció formativa, és fonamental identificar i entendre quines són les necessitats reals del client. Això permet que la formació sigui útil, concreta, adaptada al context i alineada amb les expectatives del públic destinatari i de l'organització.

Sovint el client no sap exactament el que necessita, i hem d'ajudar-lo a aclarir les necessitats de l'entitat. Aquest procés pot començar amb:

- Una entrevista o conversa inicial amb la persona o equip que sol·licita la formació, que suposa un pas imprescindible per garantir l'efectivitat de la proposta formativa.
- Una enquesta prèvia per detectar necessitats, expectatives o mancances.

Algunes preguntes que poden orientar a analitzar les necessitats són:

- Quins motius us han portat a demanar aquesta formació?
- Quin problema o necessitat es pretén resoldre amb aquesta formació?
- Quines situacions us agradaria saber resoldre millor?
- Què haurien de saber o poder fer els participants un cop finalitzada la formació?

Un cop feta l'anàlisi de necessitats, el pas següent és formular els objectius. L'objectiu general de la formació ha de reflectir allò que es vol aconseguir globalment amb l'acció formativa.

Un objectiu general hauria de:

- Respondre a una necessitat real.
- Ser coherent amb el públic destinatari (coneixements previs, rols professionals, àmbit d'actuació).
- Fer referència a l'impacte que es vol aconseguir (canvi de mirada, millora de competències, aplicació de recursos, etc.).
- Estar redactat de manera clara, comprensible i orientada a l'acció.

Sobre el públic destinatari:

- A qui va adreçada aquesta formació?
- Quins coneixements previs té el grup sobre el tema de la formació?
- Quantes persones assistiran a la formació?
- Quins rols o perfils professionals desenvolupen?
- Tenen contacte directe amb les persones?
- Pertanyen a un mateix departament o a àrees diverses?
- Quin nivell de coneixement previ té el grup? Quin tipus de llenguatge serà més accessible o adient per a aquest públic?
- S'ha de començar des de zero o ampliar coneixements?
- Quina és la distribució de gènere del grup?
- Hi ha alguna persona amb necessitats específiques d'accessibilitat (sensorial, cognitiva, física)?
- Quina és la llengua habitual del grup? Cal preveure materials en més d'un idioma?
- El grup serà estable o canviarà sovint?
- Hi ha resistències prèvies o expectatives especials sobre la formació?
- Quin grau de participació o implicació s'espera del grup?
- Els participants han tingut experiència prèvia en el tracte amb persones amb discapacitat intel·lectual?

Conèixer el perfil del públic destinatari permet ajustar els continguts, el llenguatge, les metodologies i les dinàmiques a les seves característiques, interessos i necessitats.

Es pot assessorar el client per prioritzar el personal que ha de rebre la formació, tenint en compte que el personal d'atenció al client han de ser els primers, però que s'hauria de formar i sensibilitzar a tot el personal de l'entitat.b. Elecció de la metodologia i el format.

2. Elecció de la metodologia i el format

- Com es vol que sigui la formació: teòrica, pràctica o participativa?
- És important incloure dinàmiques participatives o es prefeix un format més expositiu?
- Quin format de formació s'adapta millor a les necessitats: virtual, presencial o híbrida?
- És necessària l'avaluació d'aquesta acció formativa? Necessitareu certificats?

Segons la disponibilitat de temps i espais del client i dels participants podreu triar entre diversos formats de formació.

FORMAT	PROS	CONTRES
Presencial On totes les persones han de reunir-se en el mateix espai físic. La modalitat més tradicional, on docents i alumnes coincideixen físicament en un mateix espai i horari.	• Interacció directa i immediata: Permet una comunicació fluida i espontània amb el docent i els companys, facilitant la resolució de dubtes al moment, el debat i el networking. • Major disciplina i estructura: Els horaris fixos i la presència física solen fomentar la constància i el compromís amb l'estudi. • Foment del treball en equip i dinàmiques grupals: Més facilitat per a realitzar activitats col·laboratives i projectes en grup. • Menys distraccions externes: Un entorn dissenyat per a l'aprenentatge pot ajudar a mantenir la concentració. • Feedback personalitzat: Els docents poden observar directament el progrés dels alumnes i adaptar l'ensenyament. • Major sentit de comunitat: Es creen llaços personals més forts entre els participants.	• Factors ambientals: L'espai físic i els recursos disponibles han de ser adequats. Estem condicionats per factors ambientals (calor, fred, soroll, llum). • Falta de flexibilitat horària: Requereix adaptació a horaris predefinits, la qual cosa pot dificultar la conciliació amb la vida laboral o personal. • Limitacions geogràfiques: Restringeix la formació a persones que puguin desplaçar-se al lloc físic. • Costos més elevats: Pot incloure despeses de transport, allotjament, material físic i, generalment, la matrícula sol ser més cara per la infraestructura necessària. • Ritme d'aprenentatge menys personalitzat: El ritme de la classe pot no adaptar-se a les necessitats individuals de tots els alumnes (alguns poden anar massa ràpid, d'altres massa lents).

FORMAT	PROS	CONTRES
Virtual L'aprenentatge es realitza completament a distància, utilitzant plataformes digitals, recursos en línia i comunicació virtual. Aquestes formacions poden ser sincròniques (per videoconferència a través de plataformes com a Teams o Zoom), o bé asincròniques (vídeos gravats o en plataformes de formació com Moodle).	• Màxima flexibilitat horària i geogràfica: Permet fer la formació des de qualsevol lloc i en qualsevol moment, adaptant-se a les necessitats personals i professionals de l'alumnat. • Estalvi de temps i diners: No hi ha despeses de desplaçament ni allotjament. • Ritme d'aprenentatge personalitzat: Si és asincrònica (gravada o disponible en una plataforma de formació digital), l'alumnat pot avançar al seu propi ritme, repassant continguts o accelerant si ho necessita. • Desenvolupament de competències digitals i d'autonomia: Fomenta l'autodisciplina, la gestió del temps i l'ús de noves eines tecnològiques. • Accés constant a materials: Els recursos (vídeos, documents, fòrums) poden estar disponibles 24/7. • En simultani: L'alumnat pot comentar i fer preguntes a través del xat al mateix temps que el/la docent explica.	• Requereix molta autodisciplina i motivació: L'alumne és el principal responsable del seu propi procés d'aprenentatge, sense la "pressió" de la presencialitat. • Sensació d'aïllament: Pot reduir la interacció social i el sentiment de pertinença a un grup. • Manca d'interacció directa: La comunicació és principalment asíncrona, i pot ser més difícil resoldre dubtes de forma immediata o establir connexions personals profundes. • Dependència tecnològica: Necessitat d'una bona connexió a internet, equip adequat i certes competències digitals. • Limitacions per a continguts pràctics: Algunes formacions amb un alt component pràctic o experimental poden ser difícils d'implementar en línia. • Més distraccions a l'entorn domèstic: Menys control sobre l'entorn d'estudi.

FORMAT	PROS	CONTRES
Híbrid Combina elements de la formació presencial i la virtual, buscant aprofitar els avantatges de totes dues modalitats. Aquest format també pot barrejar algunes sessions virtuals i altres presencials, o bé fer-les totes de manera híbrida. S'ha de tenir en compte: 1. Disseny pedagògic integrat: Definir clarament quins continguts o activitats es fan presencialment i quins virtualment. 2. Tecnologia adequada: Cal una infraestructura tecnològica robusta que permeti la interacció i el seguiment de la part virtual. 3. Formació del professorat: Els docents han de ser competents en ambdues modalitats i saber gestionar grups amb participants físics i remots simultàniament. 4. Comunicació clara: Explicar bé la dinàmica del curs als alumnes i mantenir canals de comunicació oberts. 5. Equitat d'experiència: Assegurar que els alumnes virtuals i presencials tenen oportunitats d'aprenentatge i interacció similars.	• Flexibilitat amb suport presencial: Ofereix la flexibilitat de l'online amb moments de contacte directe que reforcen la motivació, la resolució de dubtes complexos i la interacció social. • Aprofitament de recursos: Permet utilitzar tant les instal·lacions físiques com els recursos digitals. • Major adaptabilitat: Pot ajustar-se millor a diferents estils d'aprenentatge i necessitats individuals. • Foment de l'autonomia i la col·laboració: L'alumne desenvolupa autodisciplina en la part online, mentre que la part presencial facilita el treball en equip. • Més varietat metodològica: Permet combinar diverses estratègies pedagògiques (classes magistrals, treballs en grup, simulacions virtuals, etc.).	• Complexitat de gestió i disseny: Requereix una planificació acurada per integrar de forma coherent les dues modalitats i evitar la duplicació de continguts o la sensació de desconnexió. • Requereix competències digitals (per a docents i alumnes): Tant per gestionar plataformes com per participar activament en els entorns virtuals. • Pot generar "la pitjor part de les dues": Si no està ben dissenyada, pot acabar sent poc flexible (presencialitat obligatòria) i amb la sensació d'aïllament (poca interacció online real). • Costos variables: Pot ser similar a la presencial (si hi ha molta càrrega presencial) o més propera a la virtual.

3. Gestió de recursos

Continuem amb les preguntes. Recomanem fer aquestes a l'entrevista per planificar la gestió dels recursos:

- Hi ha condicions logístiques que puguin afectar la dinàmica del grup (espais, temps, horaris, format)?
- Quantes hores i sessions de formació necessitareu?
- Quins dies i horaris teniu disponibles per fer la formació?
- Quan la voleu fer?
- Quin és el pressupost disponible per aquesta formació?
- Si és presencial, quin espai hi ha disponible per fer aquesta formació? On es farà?
- Quins són els recursos tècnics dels quals disposeu? (Ordinador, projector, etc.).
- Quins materials necessitem? (papers, etiquetes, pilota, etc.).
- Aquest punt es concretarà un cop definides les dinàmiques.

4. Preparació dels continguts específics

- Hi ha alguna àrea temàtica específica que s'hagi de cobrir obligatòriament?
- Quin nivell de profunditat s'espera en cada tema?

Per preparar els continguts del curs us haureu de documentar amb bibliografia específica sobre cada tema, buscar vídeos, imatges i altres recursos que puguin ser d'utilitat. Per això podeu consultar les guies de Dincat o Plena Inclusión, i les píndoles formatives de la xarxa AccessCat. Us recomanem anar a les fonts i buscar normativa específica sobre cada tema.

5. L'escaleta

Un cop recavada tota la informació que necessites per dissenyar la formació, has de deixar sortir la teva vessant creativa i plantejar com seran les sessions formatives per tal que s'ajustin al que necessita el client. Per això, necessitaràs fer **una escaleta**.

Una escaleta d'una formació és una eina de planificació detallada que serveix com a **guió o full de ruta** per a una sessió o itinerari formatiu. És

una programació de tot el que passarà durant la formació, des del principi fins al final, minut a minut o en blocs de temps.

L'objectiu principal d'una escaleta és assegurar que la formació sigui **estructurada, coherent i eficient**, garantint que es cobreixin tots els continguts previstos en el temps establert i que les activitats flueixin de manera lògica. A més, serveix per presentar l'estructura i els continguts de la formació al client i comprovar que compleix amb els seus objectius.

Concretament, serveix per:

- **Organització i gestió del temps:** Permet controlar el temps dedicat a cada punt del temari, evitant que un tema s'allargui massa o que se'n deixin d'altres sense tractar.
- **Coherència pedagògica:** Ajuda a organitzar la seqüència d'activitats i continguts de manera lògica i progressiva, facilitant l'aprenentatge.
- **Preparació del formador:** Ofereix un guió detallat al formador sobre què ha de fer, què ha de dir, quins recursos necessita i quan.
- **Control del contingut:** Assegura que tots els objectius d'aprenentatge del curs s'abordin adequadament.
- **Planificació de recursos:** Permet identificar els materials didàctics, equips audiovisuals, dinàmiques de grup o altres recursos necessaris per a cada part de la formació.
- **Flexibilitat i adaptació:** Tot i ser un pla, també serveix com a base per a possibles ajustos si sorgeixen imprevistos o la dinàmica del grup ho requereix.

Atenció!

Recorda preveure temps de descans quan siguin sessions de formació de més d'1 hora i mitja o 2 hores.

A continuació trobaràs un exemple d'escaleta d'una formació sobre accessibilitat cognitiva per a treballadors de l'administració pública. Pots modificar el format perquè s'adapti al que necessites. Per exemple, pots concretar els continguts i objectius específics de cada activitat.



Escaleta de Formació: “Tracte i Comunicació Accessible per a l’Atenció Ciutadana”

DIA I HORA:

Dijous, 19 de setembre de 2025 de 9:00 a 12:00 h.

LLOC:

Oficina de l'Ajuntament - Sala gran amb pissarra. Adreça: Carrer 34, nº 3.

Formadora 1: Aina Sánchez Pluís (PDID)

Formador 2: Hernan Sanz Carbó (Tècnic)

Destinataris:

30 persones que treballen a l'Oficina d'Atenció Ciutadana (atenció presencial i telefònica). Grup estable, amb coneixements previs en accessibilitat física i sensorial, però no cognitiva. Es busca un llenguatge planer i no tècnic.

Format:

Formació presencial de 3 hores. Es combinarà l'exposició de continguts amb dinàmiques pràctiques i participatives, tenint en compte un grau de participació inicialment baix.

Objectiu general:

Millorar l'accessibilitat cognitiva de l'atenció als usuaris de les oficines d'atenció ciutadana de l'Ajuntament, proporcionant eines per a un tracte accessible i la comunicació de suport necessària.

Objectius específics:

- Comprendre els conceptes bàsics de l'**accessibilitat cognitiva** i la seva rellevància en el context de l'administració pública.
- Adquirir **eines pràctiques** per a un tracte més accessible i empàtic amb persones amb discapacitat intel·lectual o dificultats cognitives.
- Conèixer i aplicar **estratègies de comunicació augmentativa i alternativa (CAA)** per facilitar la interacció i la comprensió.

Desenvolupament de la sessió (3 hores)

Bloc 1: Fonaments de l'Accessibilitat Cognitiva i Tracte Humà (60 minuts)

TÍTOL ACTIVITAT / DINÀMICA	DESENVOLUPAMENT	CONTINGUTS CLAU	MATERIALS NECESSARIS	TEMPS	FORMADOR RESPONSABLE
1. Benvinguda i trencagel	Benvinguda ràpida. Breu presentació dels formadors i del dia. Pregunta oberta: "Quina és la situació que us resulta més desafiant en l'atenció a la ciutadania?" (sense aprofundir, només per sondejar el terreny).	Presentació, objectius, recollida d'expectatives.	Projector, pantalla	10 min	Hernan
2. Per què l'accessibilitat cognitiva?	Explicació de la importància de l'accessibilitat cognitiva més enllà del compliment normatiu. Què és la discapacitat intel·lectual i quines implicacions té en la comunicació. Exemples de situacions quotidianes (llenguatge burocràtic, senyalització confusa).	Conceptes d'accessibilitat cognitiva, la diversitat funcional, el marc normatiu bàsic (Codi d'Accessibilitat).	Projector, pissarra	20 min	Hernan
3. Els 4 pilars del tracte accessible	Exposició dels principis del tracte accessible (paciència, claredat, respecte, empatia). Es presentaran 2-3 escenaris curts de l'oficina. Es demanarà als participants que, en parelles, reflexionin sobre com actuarien i, després, es posaran en comú algunes idees en plenari.	Empatia, escolta activa, llenguatge corporal, rols i estereotips.	Pissarra, papers i bolígrafs per a notes (opcional)	30 min	Aina

Descans: 10 minuts.

Bloc 2: Eines de Comunicació Augmentativa i Alternativa (CAA) (75 minuts)

TÍTOL ACTIVITAT / DINÀMICA	DESENVOLUPAMENT	CONTINGUTS CLAU	MATERIALS NECESSARIS	TEMPS	FORMADOR RESPONSABLE
4. El poder del llenguatge clar	Exposició sobre el llenguatge fàcil de comprendre (LFC): frases curtes, vocabulari senzill, evitar tecnicismes. Mostrar exemples pràctics de textos burocràtics i la seva versió en LFC.	Principis del LFC, estructures de frases, elecció de vocabulari.	Projector amb exemples, pissarra	30 min	Aina
5. Simplificant documentació: taller pràctic	Es proporciona als participants (en grups de 4-5 persones) un fragment d'un formulari o document municipal real i complex. La tasca és simplificar-lo utilitzant els principis de LFC i proposar suports visuals (pictogrames, icones). Cada grup presenta una part de la seva proposta.	Adaptació de textos, ús de suports visuals (pictogrames, imatges), disseny accessible de documents.	Còpies de fragments de formularis, retoladors, fulls grans per a grups.	45 min	Hernan

Descans: 10 minuts.

Bloc 3: Simulació i Resolució de Problemes Reals (45 minuts)

TÍTOL ACTIVITAT / DINÀMICA	DESENVOLUPAMENT	CONTINGUTS CLAU	MATERIALS NECESSARIS	TEMPS	FORMADOR RESPONSABLE
6. Simulant l'atenció: casos reals	Presentació de 2-3 casos pràctics (escollits d'entre les situacions més comunes reportades a l'anàlisi de necessitats). Es demanarà a voluntaris que simulin la interacció, o es farà un debat obert respondent a "Com ho fariem?" aplicant tot l'apriori. Els formadors guiaran i donaran feedback constructiu.	Aplicació dels coneixements en situacions reals, resolució de consultes, acompanyament en tràmits, gestió de la comunicació.	Targetes amb descripció dels casos.	30 min	Aina / Hernan
7. Espai obert i conclusions	Obertura de torn de preguntes i resolució de dubtes restants. Repàs ràpid dels aprenentatges clau i dels recursos disponibles per seguir millorant l'atenció. Agraïments i informació sobre els certificats.	Consolidació dels aprenentatges, aclariment de dubtes, recursos addicionals.	Pissarra (per a preguntes)	15 min	Aina / Hernan

3. Dinamització de la formació i eines participatives

És crucial que el disseny d'una formació sobre accessibilitat cognitiva vagi més enllà de la simple transmissió de coneixements. Perquè l'aprenentatge sigui realment efectiu i transformador, cal **fomentar la participació activa** i oferir experiències pràctiques que permetin a l'alumnat interioritzar els conceptes. Aquest apartat us proporcionarà les eines i estratègies necessàries per dinamitzar les vostres sessions formatives, convertint-les en espais interactius i significatius.

Explorarem **diverses dinàmiques i l'ús d'eines interactives** que potencien la col·laboració i la implicació dels participants, transformant la formació en una experiència vivencial i constructiva.

1. Dinàmiques trencagel

Les dinàmiques trencagel són activitats breus i energitzants que es realitzen al principi d'una sessió formativa. El seu propòsit principal és trencar la barrera inicial que sovint existeix entre els participants i entre aquests i el tema a tractar. Aquestes dinàmiques busquen:

- **Canviar la predisposició:** Ajuden a deixar enrere la rutina diària i a centrar-se en l'aprenentatge, fomentant una actitud més oberta i receptiva.
- **Generar un ambient de confiança:** Faciliten que els participants se sentin còmodes, reduint la timidesa i la reticència a interactuar. Això és fonamental per crear un espai on tothom se senti segur per expressar-se i participar.
- **Facilitar la presentació i el coneixement mutu:** Permeten que els assistents es coneguin una mica més entre ells i elles i amb el formador de manera distesa, més enllà dels noms i càrrecs. Això ajuda a construir una base de relació que serà útil al llarg de tota la formació.

Dinàmica trencagel: “Presentació amb globus”

Aquesta dinàmica és una excel·lent manera de trencar el gel i introduir la temàtica de l'accessibilitat cognitiva de manera sensible i participativa. El grup es posa en rotllana.

Com es desenvolupa:

- **Inici del formador/a:** El formador/a agafa un globus inflat i comença presentant-se:
 - › Diu el seu **nom**.
 - › Menciona de quina **entitat o organització prové**.
 - › Comparteix si coneix **algú del seu entorn proper amb discapacitat intel·lectual** i, si ho vol, pot afegir breument quin tipus de relació hi té o alguna anècdota breu i significativa (sempre respectant la privacitat).
- **Passada del globus i continuació:** Després de la seva presentació, el formador/a llança o passa el globus a un altre participant. Aquesta persona ha de fer la seva pròpia presentació seguint els mateixos punts.
- **Fil conductor:** Un cop la persona s'ha presentat, llança el globus a un altre participant, tot **dient el nom de la persona a qui li passa el globus**. Aquest procés es repeteix fins que tots els participants s'hagin presentat.

Objectius específics d'aquesta dinàmica:

- Sensibilització inicial: Ajuda a crear un primer contacte amb la realitat de la discapacitat intel·lectual dins del grup, fomentant l'empatia i la reflexió des del primer moment.
- Coneixement mutu i experiències: Permet que el formador/a i els participants tinguin una visió general de l'experiència i el grau de contacte previ que cada membre del grup té amb el tema de la discapacitat intel·lectual. Això pot ser útil per modular els continguts o exemples al llarg de la formació.
- Creació d'un espai de confiança: En compartir aspectes personals des del principi, es fomenta un ambient més obert i proper, que facilita la participació futura.

Temps total: 10-15 minuts.

Materials: Si no es compta amb un globus, es pot fer amb una pilota. També és pot fer passant una capsa de fòsfors on cada persona s'ha de presentar abans que el fòsfor s'apagui.

S'aplica a: Grups fins a 20 persones.

Reflexió final: La discapacitat intel·lectual és molt més comú del que creiem: 1 de cada 100 catalans té discapacitat intel·lectual i del desenvolupament.

Adaptacions: La pregunta sobre la discapacitat es pot modificar per una altra en funció de l'objectiu de la presentació. Per exemple, aquesta consigna podria ser:

- Expliqueu una barrera d'accessibilitat cognitiva que detecteu en el vostre espai de treball.
- Expliqueu alguna dificultat que us hagueu trobat en atendre a una persona amb discapacitat intel·lectual.

Dinàmica Trencagel: “Experimentant les Barreres Cognitives”

Aquesta dinàmica té com a objectiu connectar l'alumnat amb el concepte d'accessibilitat cognitiva des de la seva pròpia experiència, fent-lo tangible i rellevant des del primer moment.

Desenvolupament de la dinàmica:

— **Introducció del formador/a (5 minuts):** El formador/a iniciarà la dinàmica explicant breument què són les barreres d'accessibilitat cognitiva a través d'exemples quotidians i fàcilment identificables.

- › “Us heu perdut alguna vegada en un aeroport o una estació i no heu sabut on anar tot i seguir les indicacions?”
- › “Heu intentat llegir un contracte o un document legal i no l'heu entès gens?”
- › “Algú de vosaltres ha intentat fer un tràmit administratiu en línia o presencialment i s'ha trobat amb un sistema tan complex que no ha pogut completar-lo?”

Aquests exemples són barreres d'accessibilitat cognitiva. Són situacions on la informació, els entorns o els processos no estan dissenyats de manera senzilla i clara, dificultant la comprensió i la interacció per a qualsevol persona, independentment de les seves capacitats.

— **Treball en parelles (5-10 minuts):** A continuació, el formador/a demanarà als participants que es posin per parelles. La consigna és que cada membre de la parella expliqui a l'altre una **situació personal o anècdota** en què s'hagi trobat amb una barrera d'accessibilitat cognitiva i, si és possible, com la va resoldre o com la va superar. És important emfatitzar que no cal que la persona tingui una discapacitat cognitiva per haver experimentat aquestes barreres; tothom pot trobar-se-les en el dia a dia.

— **Sondeig i posada en comú (2 minuts):** Un cop finalitzat el temps de treball en parelles, el formador/a farà un breu sondeig per copsar la diversitat d'experiències compartides. Es pot fer demanant als participants que aixequin la mà:

- › “Qui de vosaltres ha explicat barreres relacionades amb **textos o documents escrits** (contractes, manuals, notícies)?”
- › “Qui ha compartit o ha sentit experiències sobre barreres en **entorns físics o espais** (senyalització, orientació en edificis)?”
- › “I qui ha parlat o ha escoltat anècdotes sobre barreres en l'**entorn digital** (tràmits en línia, aplicacions, webs)?”

Aquesta dinàmica no només trenca el gel i fomenta la interacció, sinó que també activa el coneixement previ dels participants i els fa reflexionar sobre la rellevància de l'accessibilitat cognitiva en les seves vides, preparant el terreny per als continguts de la formació.

Materials: Cap

S'aplica a: Grups des de 10 persones. Sense límit.

Reflexió Final: Les barreres d'accessibilitat cognitiva estan a tot arreu. No cal tenir una discapacitat intel·lectual per trobar-nos amb aquestes barreres, però segurament vosaltres vau poder resoldre d'una o altra manera aquestes situacions. Per una persona amb DID això pot significar un problema molt més gran.

Adaptacions: La consigna es pot adaptar segons l'objectiu de la formació.

- Expliqueu una barrera d'accessibilitat cognitiva que detecteu en el vostre espai de treball.
- Expliqueu alguna dificultat que us hagueu trobat en atendre a una persona amb discapacitat intel·lectual.

Dinàmica Trencagel: “El Mur de les Paraules Clau”

Aquesta dinàmica pretén activar el coneixement previ dels participants sobre conceptes relacionats amb la comunicació i la comprensió, alhora que fomenta la participació i la creació d'un espai de confiança. Ajuda a introduir el vocabulari de la formació i a mesurar el nivell inicial del grup.

Desenvolupament de la dinàmica:

— Preparació (5 minuts abans de la sessió):

- › El formador/a prepara un espai visual gran (una paret, una pissarra gran, un paperògraf amb moltes fulles on es puguin enganxar adhesius.
- › Té a mà un paquet de **post-its (adhesius)** de diferents colors i bolígrafs per a cada participant.

— Introducció del formador/a (5 minuts):

- › El formador/a explica que, per a aquesta formació, és important començar a pensar en la comunicació i la informació des d'una perspectiva de facilitat i claredat.
- › La consigna és senzilla: “Pensant en la vostra experiència personal o professional, quines tres paraules us venen al cap quan penseu en ‘facilitar la comprensió’ o ‘fer la informació més clara?’”
- › S'insisteix que les paraules poden ser verbs (simplificar, adaptar), adjectius (clar, senzill), noms (suport, imatges) o conceptes (empatia, paciència).

— Activitat individual i col·lectiva (10-15 minuts):

- › Cada participant escriu una **paraula per post-it** (màxim tres paraules en total).
- › Un cop escrites, se'ls demana que s'aixequin i **enganxin els seus post-its al “Mur de les Paraules Clau”** que s'ha preparat prèviament. Poden agrupar paraules similars si ho desitgen.

- **Posada en comú i reflexió (5 minuts màxim):**
 - › Un cop tots els post-its estan enganxats, el formador/a convida el grup a fer una ullada general al mur.
 - › Es poden fer preguntes com:
 - ▶ “Quines paraules veieu que es repeteixen més?”
 - ▶ “Hi ha alguna paraula que us sorprengui o que no esperàveu veure-hi?”
 - ▶ “Creieu que totes aquestes paraules són importants per a l’accessibilitat cognitiva?”
 - ▶ “Hi ha alguna paraula que considereu especialment rellevant per al vostre àmbit professional?”

Objectius específics d’aquesta dinàmica:

- **Activar coneixements previs:** Els participants comencen a pensar en el tema des de la seva pròpia experiència i vocabulari.
- **Crear un vocabulari comú inicial:** Es recullen i visualitzen termes clau que seran fonamentals durant la formació.
- **Fomentar la participació i el moviment:** És una activitat interactiva que implica moure’s i interactuar amb l’espai.
- **Diagnòstic informal del grup:** El formador/a pot tenir una idea inicial de la sensibilitat i el coneixement previ del grup sobre la temàtica.
- **Crear un element visual:** El mur de post-its es converteix en un punt de referència visual que es pot consultar o citar durant la formació.

Temps total: 20 minuts.

Materials: Post-its de colors, bolígrafs, un espai gran i visible (paret, pissarra, flip chart).

S’aplica a: Grups de qualsevol mida, ja que tothom pot participar simultàniament.

Adaptacions: Si el grup és massa gran, per fer-ho més dinàmic i ràpid es pot fer un mur virtual amb un Mentimeter (veure el següent apartat).

Es pot canviar el concepte a definir. Per exemple, escriure paraules relacionades amb l’accessibilitat cognitiva, o amb la discapacitat intel·lectual.

2. Dinàmiques pràctiques

Adaptem un text a Lectura Fàcil

Aquesta dinàmica busca que les persones participants practiquin de manera activa l'adaptació de continguts a Lectura Fàcil, una eina essencial per a la inclusió de persones amb discapacitat intel·lectual.

Desenvolupament de la dinàmica:

- **En grups:** Dividiu els participants en grups de 3 o 4 persones.
- **La tasca:** Entregueu a cada grup un paràgraf d'un text amb certa complexitat i un resum de les directrius principals de Lectura Fàcil. La missió de cada grup serà adaptar el text seguint aquestes pautes.
- **Presentació i anàlisi:** Un cop finalitzada l'adaptació, cada grup llegirà el seu text en veu alta. La resta de participants hauran d'indicar si entenen el contingut i podran fer suggeriments per millorar-ne la claredat i simplicitat.
- **Validació amb el suport de la persona amb discapacitat intel·lectual:** Finalment, la persona amb discapacitat intel·lectual que col·labora en la formació revisarà els textos. La seva aportació serà clau per identificar possibles punts de confusió, la necessitat d'incloure pictogrames o glossaris per a determinades paraules, i garantir que el text sigui realment accessible.

Temps total: 15 minuts.

Materials:

- Textos complexos impresos (un paràgraf per grup).
- Resum imprès de les pautes de Lectura Fàcil.
- Papers i bolígrafs.
- Es pot fer servir tecnologia (ordinadors, tauletes) si es vol practicar l'adaptació digital.

Adaptacions:

- **Mida dels grups:** Podeu ajustar la mida dels grups (més grans o més petits) segons el nombre total de participants.
- **Adaptació conjunta:** Si el grup és molt reduït o voleu fomentar una dinàmica més participativa, podeu optar per adaptar un únic text entre tots els participants.

Comunicació augmentativa

Aquesta dinàmica té com a objectiu principal sensibilitzar els participants sobre els reptes de la comunicació per a les persones amb dificultats en la parla i practicar maneres de comunicar-se sense utilitzar el llenguatge verbal. A més, vol destacar la importància de la Comunicació Augmentativa i Alternativa (CAA).

Desenvolupament de la dinàmica

- **En parelles:** Dividiu els participants en parelles.
- **Primera fase - El dibuixant i l'intèrpret:**
 - › Una persona de la parella no podrà parlar (comunicació no verbal).
 - › Aquesta persona haurà d'explicar a la seva parella el que ha fet durant el cap de setmana utilitzant només dibuixos en un paper.
 - › L'altra persona de la parella sí que podrà parlar i haurà d'intentar entendre i interpretar els dibuixos per reconstruir el relat del cap de setmana.
- **Segona fase - El gestor i l'intèrpret:**
 - › Un cop acabada la primera fase, les parelles intercanviaran els rols.
 - › La persona que abans dibuixava, ara **no podrà parlar** i haurà d'explicar a la seva parella una història o una sèrie d'accions utilitzant **només gestos i mímica**.
 - › L'altra persona, que sí que pot parlar, haurà d'interpretar els gestos i descriure el que entén.
- **Reflexió final:** Un cop acabades les dues fases, dediqueu uns minuts a la reflexió en grup. Pregunteu als participants com s'han sentit en cada rol, quines dificultats han trobat i quines estratègies han utilitzat per comunicar-se. Destaqueu com els pot ajudar aquesta experiència a entendre millor les necessitats de comunicació de les persones amb discapacitat intel·lectual que utilitzen sistemes de CAA.

Temps total: 15-20 minuts (incloent la reflexió final).

Materials: Papers i bolígrafs per a cada parella.

Adaptacions:

- **Temàtica:** Podeu variar la temàtica de l'explicació ("què faré avui", "el meu plat preferit", etc.) per adaptar-la als interessos del grup.
- **Incorporació de pictogrames o suports visuals:** Per anar més enllà, es podria afegir una fase on els participants hagin d'explicar quelcom utilitzant un set limitat de pictogrames o imatges, simulant l'ús d'un comunicador de CAA. Per fer això s'ha d'imprimir un set de pictogrames o fer servir alguna eina virtual com ARASAAC.
- **Rol de la persona amb discapacitat intel·lectual:** Si hi ha una persona amb discapacitat intel·lectual present, podria participar en la dinàmica o, fins i tot, compartir la seva experiència i les seves estratègies de comunicació, enriquint molt la reflexió final.

El tomb accessible

Aquesta dinàmica busca que els participants identifiquin de primera mà les **barreres d'accessibilitat cognitiva** en un entorn quotidià, fomentant la sensibilització i l'empatia cap a les persones amb discapacitat intel·lectual. L'objectiu és que entenguin que l'accessibilitat va més enllà de les barreres físiques.

Desenvolupament de la dinàmica

- **En grups reduïts:** Dividiu els participants en grups petits, fins a 10 persones.
- **El recorregut amb el validador:** Cada grup, acompanyat d'una persona amb discapacitat intel·lectual que actuï com a validador/a d'accessibilitat cognitiva, farà un recorregut per l'edifici o les instal·lacions on es realitza la formació.
- **Identificació de barreres:** Durant el tomb, l'objectiu serà que els participants, amb l'ajuda i la perspectiva del validador, identifiquin aquells elements que podrien representar una barrera per a la comprensió o l'orientació de les persones amb discapacitat intel·lectual (per exemple: senyalització poc clara, informació massa complexa, espais sorollosos, falta de referents visuals, etc.).
- **Posada en comú i propostes de millora:** Després del recorregut, cada grup compartirà les barreres identificades i, entre tots, es debatran possibles solucions o adaptacions per millorar l'accessibilitat cognitiva d'aquells espais. La perspectiva de la persona validadora serà fonamental per validar les propostes i aportar idees realistes.

Temps total: 30–40 minuts (incloent el recorregut i la posada en comú).

Materials:

- Quaderns o fulls i bolígrafs per prendre notes.
- Opcionalment, càmeres fotogràfiques o telèfons mòbils per documentar les barreres (amb permís previ).

Adaptacions

- **Grups grans o sense possibilitat de desplaçament:** Si el grup és massa gran o no és possible fer un recorregut físic, la dinàmica es pot adaptar:
 - › **Anàlisi web:** Es pot visitar de forma conjunta la pàgina web de l'entitat o d'una altra organització, analitzant-ne l'accessibilitat cognitiva (estructura, llenguatge, navegació, etc.).
 - › **Anàlisi de text informatiu:** Es pot lliurar un text informatiu complex (per exemple, un fulletó, un document intern) i demanar als grups que identifiquin les barreres de comprensió i proposin millores, tenint en compte les pautes d'accessibilitat cognitiva.
 - › **Anàlisi de recorregut en vídeo o fotos:** Es poden passar fotografies o vídeos d'un recorregut i anar identificant les barreres cognitives de certs espais.
- **Temps limitat:** Si el temps és molt limitat, una opció és que la persona validadora faci el recorregut prèviament i després expliqui al grup les barreres que ha trobat, mostrant exemples visuals (fotos) si és possible. Això permet que els participants "vegin" les barreres a través de la seva experiència directa, tot i que no les identifiquin ells mateixos in situ.
- **Focus específic:** La dinàmica es pot centrar en aspectes concrets de l'accessibilitat cognitiva (per exemple: només senyalització, només informació escrita, només orientació espacial).
- **Accessibilitat universal:** En aquesta activitat es poden identificar també barreres d'accessibilitat física o sensorials.
- **Diversos perfils:** Podeu entregar a cada participant una targeta amb la descripció d'un perfil específic de discapacitat (autisme, paràlisi cerebral, síndrome de down, etc.) per que facin l'anàlisi posant-se en la pell d'aquesta persona.

Analitzem un recorregut

Aquesta dinàmica té com a objectiu que els participants s'endin-sin en la perspectiva d'una persona amb discapacitat intel·lectual i compreguin la complexitat d'un recorregut per fer una gestió, identificant les barreres cognitives i proposant solucions concretes.

Desenvolupament de la dinàmica

- **En grups:** Dividiu els participants en grups de 3 o 4 persones.
- **Anàlisi de la crònica:** Entregueu a cada grup una crònica escrita en primera persona d'una persona amb discapacitat intel·lectual que realitza un recorregut per dur a terme una gestió (per exemple, anar al metge, fer una compra o anar a un organisme públic). És important que la crònica reflecteixi tota la cadena d'accessibilitat, des del moment que surt de casa fins que torna, i que estigui adaptada a l'àmbit de treball dels participants (per exemple: si són d'un ajuntament, una gestió municipal; si són sanitaris, una visita mèdica).
- **Identificació de barreres:** Proporcioneu a cada grup un joc de **targetes amb diferents tipus de barreres d'accessibilitat cognitiva:**
 - › Textos complexos
 - › Informació desendreçada
 - › Senyalització d'espais deficient
 - › Personal sense formació en tracte a persones amb discapacitat
 - › Contaminació visual
 - › Contaminació auditiva
 - › Aglomeracions de gent
 - › Webs poc accessibles
 - › Barreres en l'actitud
 - › Situacions imprevistes
 - › Codis socials desconeguts

Els grups hauran de llegir la crònica i, de manera simultània, anar identificant les barreres amb les targetes corresponents i, immediatament, pensar i proposar solucions.

- **Presentació i debat:** Un cop finalitzada la tasca en grup, cada equip presentarà la seva anàlisi a la resta de participants. S'obrirà un debat on es compartiran les barreres trobades i les solucions plantejades, fomentant la discussió i les aportacions de tot el grup per enriquir les propostes.

Temps total: 30 – 40 minuts.

Materials

- Cròniques en primera persona impreses (una per grup). Es pot crear una crònica fictícia adaptada a l'àmbit.
- Joc de targetes de “Barreres d'Accessibilitat Cognitiva” per grup.
- Joc de targetes de “Solucions d'Accessibilitat Cognitiva” per grup.
- Paper i bolígrafs per a notes addicionals.
- Opcional: Cartolina/Mapa del recorregut per presentar barreres i solucions.

Adaptacions

- **Contextualització de la crònica:** Ajusteu la crònica al sector professional dels participants (sanitari, educatiu, administratiu, etc.) perquè l'exercici sigui més proper i rellevant per a la seva feina diària.
- **Format de la crònica:** Per a una dinàmica més visual o auditiva, la crònica es pot presentar en format d'àudio, vídeo curt o, fins i tot, una historieta amb imatges. Es pot presentar la crònica a tot el grup junt.
- **Participació del validador:** Si hi ha una persona amb discapacitat intel·lectual present, la seva participació en el debat final és molt valuosa per aportar una perspectiva real i validar les solucions proposades.

Resolució de situacions amb persones amb discapacitat intel·lectual

Aquesta dinàmica pràctica té com a objectiu principal millorar les habilitats dels formadors en la interacció amb persones amb discapacitat intel·lectual, promovent un tracte respectuós i efectiu.

Desenvolupament de la dinàmica

- **Formació de grups (5 minuts):** Dividiu els participants en grups de 4 o 5 persones i entregueu a cada grup un full amb una situació que descriu una interacció fallida entre una persona amb discapacitat intel·lectual i un professional d'atenció al públic. Cada full ha de presentar un perfil de discapacitat intel·lectual diferent i errors diversos per part del professional.
- **Anàlisi i pluja d'idees (10 minuts):** Cada grup llegirà i analitzarà la seva situació. Després, hauran de fer una pluja d'idees per identificar els errors comesos i proposar canvis en les respostes i actituds del professional per aconseguir un bon final on la persona amb discapacitat intel·lectual assoleixi el seu objectiu.
- **Presentació i discussió (5 minuts per grup):** Cada grup presentarà la seva situació i les solucions proposades. Es fomentarà un debat obert on els altres grups puguin fer preguntes, aportar noves idees o oferir perspectives diferents.
- **Reflexió final (5 minuts):** Conduïu una reflexió conjunta sobre els aprenentatges clau de la dinàmica, destacant la importància de l'escolta activa, la paciència, la claredat en la comunicació, i l'adaptació a les necessitats individuals.

Temps total: 25 – 30 minuts.

Materials

- **Fulls de situació:** Un full per a cada grup, cadascun amb una situació diferent. Assegureu-vos que les situacions siguin realistes i rellevants per al context de la formació.

- **Pissarra o paperògraf** per anotar idees clau o conclusions.
- **Retoladors.**

Adaptacions

- **Rol-playing:** En lloc de només discutir, els grups poden representar la situació inicial i, posteriorment, la “nova” situació amb els canvis proposats. Això permet practicar les habilitats de manera més activa.
- **Focus temàtic:** Adaptar les situacions a àrees específiques de la formació on els participants puguin trobar-hi més rellevància (per exemple, gestió de la matrícula, explicació de continguts, resolució de conflictes en l'aula, etc.).
- **Inclusió de persones amb discapacitat intel·lectual:** Si és possible i adequat, convidar persones amb discapacitat intel·lectual a participar en la dinàmica, ja sigui com a observadors o, fins i tot, per oferir la seva perspectiva sobre les situacions plantejades. Això aportaria una riquesa inestimable a la dinàmica.
- **Format:** Si compteu amb pressupost i temps per preparar-ho, podeu canviar la redacció per un format audiovisual, per tal de fer-ho més atractiu.

Veritable o fals

Aquesta dinàmica té com a propòsit principal fer la presentació de continguts teòrics sobre la discapacitat intel·lectual i l'accessibilitat **més dinàmica i participativa**. A més, serveix com a eina d'avaluació inicial per conèixer els preconceptes i el nivell de coneixement previ dels participants sobre el tema.

Desenvolupament de la dinàmica

Opció A: Grups grans (més de 20 persones)

- **Presentació de les afirmacions (1-2 minuts per afirmació):** El formador projectarà una afirmació relacionada amb la discapacitat intel·lectual o l'accessibilitat.
- **Votació (30 segons per afirmació):** Els participants hauran de decidir si creuen que l'afirmació és **veritable o falsa**. Se'ls pot demanar que aixequin una **targeta verda** per "Veritable" o una **targeta vermella** per "Fals". Alternativament, poden aixecar el polze amunt per "Veritable" i avall per "Fals".
- **Revelació i ampliació de continguts (2-3 minuts per afirmació):** El formador revelarà si l'afirmació és veritable o falsa i, immediatament, aprofitarà per **ampliar el contingut** teòric relacionat amb aquesta afirmació. Aquest és el moment per desmuntar mites, oferir dades precises i contextualitzar la informació. Es pot obrir un petit espai per a preguntes o comentaris breus.

Opció B: Grups petits (menys de 20 persones) o amb un enfocament més col·laboratiu/competitiu

- **Divisió en subgrups (5 minuts):** Dividiu els participants en subgrups de 3-5 persones.
- **Repartiment dels qüestionaris (5 minuts):** Entregueu a cada subgrup un full amb un llistat de totes les afirmacions (entre 10 i 15, per exemple) i dues columnes per marcar "Veritable" o "Fals".

- **Debat grupal (15-20 minuts):** Cada subgrup haurà de debatre internament cada afirmació i decidir de manera consensuada si és veritable o falsa. Aquest debat fomenta la discussió i l'aprenentatge entre iguals.
- **Presentació i correcció (2-3 minuts per afirmació):** El formador anirà llegint les afirmacions una per una. Cada subgrup comunicarà la seva resposta. A continuació, el formador revelarà la resposta correcta i ampliarà el contingut teòric, igual que en l'opció A.
- **Puntuació i "recompensa" (5 minuts al final):** Per cada resposta correcta, el grup guanya 10 punts (o la puntuació que es decideixi). Al final, es pot donar un petit "premi" simbòlic (un aplaudiment, un diploma, un llapis, etc.) al grup amb més puntuació per afegir un element de gamificació i competència amistosa.

Temps total

- **Opció A (grups grans):** Depèn del nombre d'afirmacions. Per exemple, amb 10 afirmacions, serien uns 30-35 minuts.
- **Opció B (grups petits):** Aproximadament 45-60 minuts (incloent la divisió de grups i el debat intern).

Materials

- **Llistat d'afirmacions (projectables o impreses):** Cal preparar una sèrie d'afirmacions clares i concises, algunes veritables i algunes falses, que abordin mites comuns o conceptes importants sobre la discapacitat intel·lectual i l'accessibilitat.
- **Targetes verdes i vermelles (Opció A):** Una targeta verda i una vermella per a cada participant, si es tria aquesta modalitat de votació.
- **Fulls de resposta i bolígrafs (Opció B):** Un full amb les afirmacions i espai per marcar "V" o "F" per a cada subgrup.
- **Projector i pissarra:** Per mostrar les afirmacions i, si es vol, per anotar les puntuacions (Opció B).
- **Un petit "premi" (Opció B, opcional):** Per incentivar la participació i la competitivitat sana.

Endevina la pel·lícula (i el poder dels pictogrames)

Aquesta dinàmica té com a objectiu principal **il·lustrar de manera pràctica la funció i els beneficis dels pictogrames com a eina de comunicació accessible**, especialment per a persones amb discapacitat intel·lectual o dificultats de comprensió lectora.

Desenvolupament de la dinàmica

- **Presentació de l'enigma inicial (2-3 minuts):** El formador projectarà en pantalla el títol d'una pel·lícula coneguda, escrit en un idioma poc comú o “estrany” (per exemple: afrikaans, finès, islandès, etc.). S'ha d'escollir un títol que es pugui reconèixer pels seus conceptes o imatges clau.

- › **Pregunta al grup:** “De quina pel·lícula es tracta? Algú l'endevina?” Es deixarà un moment perquè els participants intentin desxifrar-ho, fomentant la confusió i la frustració lleugera. Es farà evident que és molt difícil o impossible d'endevinar sense coneixement de l'idioma.

- **La clau: aparició dels pictogrames (2-3 minuts):** A continuació, el formador mostrarà la mateixa diapositiva, però aquesta vegada amb pictogrames clars i representatius col·locats just a sobre o a sota de cada paraula del títol en l'idioma estrany. Els pictogrames poden ser els d'ARASAAC o els pictogrames universals.

- › **Pregunta al grup (de nou):** “I ara? Amb aquesta ajuda, de quina pel·lícula es tracta? Ha estat més fàcil?” Generalment, el grup l'endevinarà ràpidament.

- **Reflexió i conceptualització (5-7 minuts):** Un cop endevinada la pel·lícula, el formador guiarà una breu discussió sobre:

- › Quina ha estat la diferència?
 - › Com han ajudat els pictogrames?
 - › Per què són importants els pictogrames per a la comunicació?

- › Qui es beneficia de l'ús dels pictogrames (no només persones amb discapacitat intel·lectual, sinó també estrangers, nens petits, persones amb dificultats de lectura, etc.).
- › Explicar breument la funció dels pictogrames en l'accessibilitat cognitiva i els sistemes de comunicació alternativa i augmentativa (SAAC).

Temps total: 10 - 15 minuts.

Materials:

- Projector i pantalla: Per mostrar les diapositives.
- Diapositiva 1: Títol d'una pel·lícula coneguda escrit en un idioma poc comú.
 - › Exemples de títols i possibles idiomes:
 - ▶ “Hajen” (finès, Tauró)
 - ▶ “Die Hard” (alemany, Jungla de cristall)
 - ▶ Csillagok háborúja (húngaro, La guerra de les galàxies)
 - ▶ “De Leeuwenkoning” (neerlandès, El Rei Lleó)
- Diapositiva 2: La mateixa diapositiva anterior, però amb pictogrames que representin visualment cada paraula del títol. És fonamental que els pictogrames siguin fàcilment interpretables.
 - › Recursos per pictogrames: l'ARASAAC (Aragones Portal of Augmentative and Alternative Communication) és una excel·lent font de pictogrames gratuïts i estandarditzats.

Adaptacions possibles

- **Diferents nivells de dificultat:** Utilitzar títols de pel·lícules més o menys conegudes, o idiomes amb més o menys similituds fonètiques amb el català per ajustar la dificultat de l'enigma inicial.
- **Endevina la frase/consigna:** En lloc de títols de pel·lícules, es poden utilitzar frases curtes o consignes comunes en el context de la formació, per demostrar l'aplicabilitat directa dels pictogrames en la comunicació quotidiana o en instruccions.

- **Creació de pictogrames:** Després de la dinàmica, es pot proposar als participants que inventin un pictograma a partir d'una frase curta o una paraula abstracta, per posar-se a la pell de qui ha de pensar en la representació visual.
- **Exemples reals d'ús:** Mostrar exemples de senyalització amb pictogrames en espais públics (metro, hospitals, etc.) o en documents adaptats per a persones amb discapacitat intel·lectual per reforçar la seva utilitat en la vida real.
- **Introducció a altres SAAC:** Utilitzar aquesta dinàmica com a punt de partida per introduir breument altres tipus de sistemes de comunicació alternativa o augmentativa.

3. Ús d'eines interactives per fomentar la participació

Les eines interactives són aliades fonamentals per dinamitzar les formacions, ja siguin virtuals (Zoom, Google Meet, Teams) o presencials. Permeten crear un entorn **més inclusiu i participatiu**, facilitant que totes les persones puguin expressar-se, col·laborar i consolidar aprenentatges de manera activa i significativa.

Per accedir a aquestes eines, els participants normalment podran fer-ho de dues maneres: a través d'un **enllaç directe** (que es pot compartir per xat en formacions virtuals o projectar en presencials) o bé mitjançant un **codi QR** que es pot escanejar amb un dispositiu mòbil o tauleta. És crucial **assegurar-nos prèviament que tots els participants tinguin accés a una connexió a Internet estable i els permisos necessaris** en els seus dispositius (ordinador, mòbil o tauleta) per poder obrir els enllaços o escanejar els codis QR sense problemes.

A continuació, et proposem algunes eines i maneres d'utilitzar-les per fomentar una participació accessible i respectuosa:

Enquestes i votacions en viu: la veu de tothom

— **Mentimeter, Slido o les funcions integrades a les plataformes (Zoom, Teams, Google Meet):** Permeten llançar preguntes ràpides i obtenir respostes a l'instant. Són ideals per:

- › Trencar el gel i crear un ambient de confiança.
- › Recollir coneixements previs.
- › Mesurar la comprensió.
- › Recollir opinions o preferències.
- › Aconseguir indicadors sobre un tema.



Consell clau per a l'accessibilitat cognitiva

Utilitza preguntes curtes, clares, concises i amb llenguatge senzill. Ofereix sempre opcions de resposta tancades (sí/no, opció A/B/C) i acompanyades d'imatges o icones sempre que sigui possible. Evita preguntes amb doble negació o ambigües.

Núvols de paraules: visualitzar conceptes clau

— **Mentimeter o Slido:** Una eina visualment molt atractiva que genera un “núvol” amb les paraules més repetides pels participants. És excel·lent per:

- › **Brainstormings de paraules clau:** Demana que escriuin una paraula que defineixi un concepte com ara “respecte” o “inclusió”. Veure les paraules grans i repetides ajuda a identificar els conceptes més importants per al grup.
- › **Resumir idees principals:** Al final d’un bloc temàtic, demana que expressin amb una sola paraula el que han après sobre “com podem millorar el tracte”.



Consell clau per a l'accessibilitat cognitiva

Limita el nombre de paraules que cada persona pot introduir per evitar sobrecàrrega.

Murals digitals Col·laboratius (Canvas Interactius): Construint el Coneixement Junts

— **Miro, Mural o Jamboard (Google):** Aquestes eines ofereixen un espai virtual on els participants poden afegir “post-its” digitals, imatges, enllaços o dibuixos. Són perfectes per fomentar la col·laboració activa i la cocreació de coneixement.

- › **Pluja d'idees estructurada:** Demana que aportin idees sobre un problema o una solució concreta, com ara “Què podem fer si algú necessita ajuda per entendre'ns?”, organitzant-les per categories.
- › **Recollida de coneixements:** Les persones poden afegir el que saben sobre un tema, com ara “Qui són els referents de suport en la vostra vida?”, abans de la presentació del formador.
- › **Activitats de classificació o agrupació:** Demana que ordenin targetes amb conceptes o tasques relacionades amb l'accessibilitat en diferents àrees del mural (per exemple: “coses fàcils” i “coses difícils de la comunicació”).

› **Creació de mapes mentals o conceptuals col·laboratius:** Una manera visual de connectar idees sobre el tracte adequat.



Consell clau per a l'accessibilitat cognitiva

Proporciona una estructura clara i visual al mural (per exemple: zones amb títols grans i icones). Explica pas a pas com afegir contingut, utilitzant demostracions pràctiques. Considera l'ús de plantilles predefinides amb un disseny simple i intuïtiu.

4. Recursos didàctics de suports

Per assegurar que la formació sobre accessibilitat cognitiva sigui realment eficaç, és fonamental que els materials didàctics utilitzats siguin, per ells mateixos, accessibles. Això implica dissenyar i adaptar presentacions, vídeos i altres recursos perquè s'ajustin a les diverses necessitats cognitives dels participants.

1. Presentacions

Les presentacions són un pilar en moltes formacions, però la seva eficàcia depèn en gran part del seu disseny.

Hi ha moltes eines digitals per dissenyar presentacions amb diapositives: PowerPoint, Google Slides, Canva, Genially, i moltes més. Pots triar la que més t'agradi.

Canva és molt intuïtiva i pots accedir-hi amb connexió a internet sense necessitat de descarregar la formació. També et dona la possibilitat de gravar-te parlant sobre la presentació si vols fer una formació asincrònica. D'altra banda, Genially ofereix la possibilitat de fer formacions interactives, ideal per dissenyar autoformacions i cursos en línia.

A continuació et donem alguns consells per assegurar que la presentació sigui efectiva i accessible.

— Simplicitat visual i de contingut:

- › **Poc text per diapositiva:** Utilitzeu frases curtes i clares. Prioritzeu les idees clau i expandiu oralment. Eviteu paràgrafs densos.
- › **Tipografia clara i gran:** Trieu fonts sense serif (com Arial, Calibri o Verdana) en mides grans (mínim 24pt per al cos del text i més gran per als títols).
- › **Contrast adequat:** Assegureu-vos que hi hagi un contrast alt entre el text i el fons (per exemple: text fosc sobre fons clar). Eviteu combinacions de colors que puguin ser difícils de distingir.
- › **Espai en blanc:** Deixeu espai suficient entre elements per evitar la sobrecàrrega visual.

- **Estructura lògica i predictable:**

- › **Plantilles consistents:** Utilitzeu una plantilla de disseny coherent per a totes les diapositives.
- › **Suport visual:** Complementeu el text amb icones, imatges i vídeos rellevants i de qualitat. Assegureu-vos que les imatges tinguin text alternatiu (alt text) descriptiu per a les persones que utilitzen lectors de pantalla.
- › **Índex:** Genereu un índex amb els continguts que veureu durant la presentació, organitzant la presentació en blocs temàtics.

- **Accessibilitat tècnica:**

- › **Ús de l'esquema de diapositives:** Creeu les diapositives utilitzant els dissenys predefinits (títol, contingut, etc.) per garantir una estructura llegible pels lectors de pantalla.
- › **Ordre de lectura:** Verifiqueu l'ordre de lectura dels elements a cada diapositiva, especialment si heu afegit quadres de text o imatges fora de les caixes de contingut predefinides.

- **Descans cognitiu:**

- › **Diversos formats:** Barregeu contingut textual amb exemples visuals, vídeos i activitats.
- › **Introducció i resum:** Comenceu amb una breu introducció del que es tractarà i finalitzeu amb un resum dels punts clau.

2. Vídeos

Els vídeos són eines poderoses, però la seva accessibilitat és crucial per no excloure cap participant.

- **Subtítols i transcripcions:**

- › **Subtítols obligatoris:** Tots els vídeos han d'incloure subtítols precisos i sincronitzats. Això beneficia no només a persones amb discapacitat auditiva, sinó també a aquelles amb dificultats de processament auditiu o que es troben en entorns sorollosos.

- › **Transcripcions completes:** Proporcioneu una transcripció de text completa del contingut del vídeo. Això permet als participants llegir la informació al seu propi ritme i facilita la cerca de contingut específic.

- **Claredat visual i auditiva:**

- › **Ritme adequat:** Presenteu la informació a un ritme pausat que permeti la comprensió. Eviteu els canvis ràpids d'escena o la informació massa densa.

- › **Llenguatge clar:** Utilitzeu un llenguatge senzill i directe, evitant l'argot innecessari.

- › **Qualitat d'àudio:** Assegureu-vos que l'àudio sigui clar i sense soroll de fons.

- › **Descripcions d'àudio (audiodescripció):** En cas que tingueu entre els participants persones amb baixa visió, considereu afegir una pista d'àudio descriptiva als vídeos amb contingut visual significatiu que no s'explica a l'àudio principal.

5. Avaluació de l'acció formativa

Per assegurar l'eficàcia d'una formació en accessibilitat cognitiva, és crucial avaluar-ne tant la comprensió dels continguts per part de l'alumnat com la qualitat global de l'experiència formativa. Aquesta avaluació ens permetrà identificar punts forts, àrees de millora i, en última instància, optimitzar futures edicions.

1. Avaluació de la comprensió dels continguts

És fonamental avaluar si els participants han assimilat els conceptes clau. Un qüestionari de múltiple elecció és una eina eficaç per a formacions sobre accessibilitat cognitiva per la seva facilitat de comprensió i correcció.

Principis per dissenyar un qüestionari accessible:

- **Preguntes clares i concises:** Redacta cada pregunta de manera directa, evitant ambigüitats o dobles negacions.
- **Opcions de resposta limitades i distintives:** Ofereix entre 3 i 4 opcions de resposta. Assegura't que les opcions incorrectes (distractors) siguin plausibles però clarament diferents de la resposta correcta.
- **Format accessible:**
 - › Utilitza una tipografia gran i clara (sense serif, com Arial o Calibri).
 - › Assegura un bon contrast entre el text i el fons.
 - › Deixa suficient espai en blanc entre les preguntes i les opcions.
 - › Si és en format digital, assegura't que sigui compatible amb lectors de pantalla i que es pugui navegar fàcilment amb el teclat.
- **Pocs conceptes per pregunta:** Cada pregunta ha d'avaluar un únic concepte o idea.

- **Rellevància amb els objectius d'aprenentatge:** Les preguntes han de mesurar directament si s'han assolit els objectius d'aprenentatge establerts per a la formació.

Exemple de pregunta accessible:

Quin dels següents és un principi clau per crear presentacions accessibles cognitivament?

- Utilitzar molta informació en cada diapositiva.
- Emprar un vocabulari complex i tècnic.
- Prioritzar frases curtes, tipografia gran i bon contrast.
- Canviar constantment la plantilla de disseny.

2. Enquesta de satisfacció i qualitat de la formació

Una enquesta de satisfacció permet recollir feedback valuós dels participants sobre l'experiència formativa en general. Aquesta informació és essencial per a la millora contínua de la vostra tasca com a formadors.

Consideracions per al disseny de l'enquesta:

- **Anonimat:** Assegura l'anonimat de les respostes per fomentar la sinceritat.
- **Preguntes estructurades i obertes:** Combina preguntes amb escales de valoració (per exemple: escala d'1 a 5, on 1 és "Molt insatisfet" i 5 és "Molt satisfet") amb algunes preguntes obertes per recollir comentaris qualitatius.
- **Llenguatge senzill:** Formula les preguntes de manera clara i comprensible per a tothom.
- **Brevetat:** Mantén l'enquesta raonablement curta per evitar la fatiga dels participants.

Continguts recomanats per a l'enquesta:

- **Contingut de la formació:**
 - › La informació presentada va ser rellevant per a les teves necessitats? (Escala 1-5)
 - › Els continguts es van explicar de manera clara i comprensible? (Escala 1-5)
 - › Hi va haver prou temps per processar la informació? (Escala 1-5)

- **Qualitat dels materials didàctics:**
 - › Les presentacions eren fàcils de seguir? (Escala 1-5)
 - › Els vídeos i altres recursos van ajudar a la comprensió? (Escala 1-5)
 - › Creus que els materials eren accessibles per a tu? (Escala 1-5)
- **Habilitats del formador/a:**
 - › El formador/a va explicar els conceptes de manera clara? (Escala 1-5)
 - › El formador/a va resoldre els dubtes de manera efectiva? (Escala 1-5)
 - › El formador/a va mostrar sensibilitat envers les diferents necessitats dels participants? (Escala 1-5)
- **Organització i logística:**
 - › La durada de la formació va ser l'adequada? (Escala 1-5)
 - › Les pauses van ser suficients? (Escala 1-5)
 - › La plataforma o l'espai físic era còmode i adequat? (Escala 1-5)
- **Impacte i utilitat:**
 - › Recomanaries aquesta formació a altres persones? (Escala 1-5)
 - › Què és el que més t'emportes d'aquesta formació? (Pregunta oberta)
 - › Tens algun suggeriment per millorar futures formacions? (Pregunta oberta)

Implementació:

- **Moment de l'avaluació:** És aconsellable avaluar al final de la formació, quan els continguts estan frescos en la ment dels participants.

- **Formats digitals:** Utilitza eines com Google Forms, Microsoft Forms o plataformes d'enquestes en línia. Aquestes eines faciliten la creació de qüestionaris de múltiple elecció i enquestes, la recollida de dades i l'anàlisi posterior. Si la formació és presencial pots utilitzar codis QR perquè puguin accedir als formularis web i portar alguns fulls impresos per si de cas.
- **Suport:** Assegura't que els participants tinguin accés a suport si necessiten ajuda per completar l'enquesta o el qüestionari, ja sigui per la comprensió de les preguntes o per l'ús de la tecnologia.



CONCLUSIONS

Arribem al final d'aquesta guia, que esperem que us hagi proporcionat les eines i la inspiració necessàries per dissenyar i impartir formacions sobre accessibilitat cognitiva i bon tracte que siguin realment transformadores. Recordeu que l'accessibilitat cognitiva no és només una qüestió de complir normatives, sinó un compromís profund amb la inclusió i el respecte a la diversitat humana. En cada pas, des de la planificació fins a l'avaluació, la vostra tasca és construir ponts de comprensió, eliminant barreres i fomentant un entorn on tothom se senti valorat i capaç d'aprendre.

La vostra feina com a formadors és fonamental per crear una societat més accessible i amable. En aplicar els principis d'aquesta guia —la planificació acurada, la dinamització participativa, l'ús de recursos accessibles i una avaluació conscient— no només estareu impartint coneixement, sinó que estareu sembrant llavors de canvi i sensibilitat. Gràcies pel vostre compromís amb l'accessibilitat cognitiva i el bon tracte; el vostre impacte anirà més enllà de l'aula, contribuint a una cultura més inclusiva per a tothom.

www.dincat.cat

dincat

 **Plena
inclusió**
Catalunya