

**SER HOME VOL DIR  
SENTIR-SE SOL?**

**SEMPRE CONTROLANT,  
PETARÉ!**

**VULL LLIGAR, TENIR RELACIONS SENSE  
FER MAL. SENSE PATIR.**

**JA NO PUC MÉS,  
DONANT LA TALLA TOT EL DIA.**

**NO SUPORTO  
SENTIR-ME DÈBIL.**

**NECESSITO ATURAR-ME  
QUAN ARRIBO AL LÍMIT.**



Amb el suport de:



Funded by  
the European Union



## Què és el PUJA-Masculinitats?

El Programa per a Universitats, Joves i Adolescents (PUJA) vol prevenir la violència i el malestar psicològic d'adolescents i joves. Per això, es centre en la detecció precoç de problemàtiques relacionades amb la masculinitat, així com en la sensibilització i formació d'agents que treballin amb aquest col·lectiu. Millorant l'estat psicosocial dels nois, es busca reduir les conductes de risc i violentes.

A més, el projecte pretén fer sortir a la llum els malestars i dubtes sobre la masculinitat per evitar que siguin expressats de manera violenta o perjudicial per a si mateixos o terceres persones.

## A qui va dirigit?

El programa ha posat en marxa tallers, espais de consultes i informació, així com d'atenció i suport psicològic individual (també *online*) i grupal per a adolescents i joves de 14 a 25 anys.

Per altra banda, també busca implicar i formar agents, tant professionals com voluntaris, que treballin amb els nois i joves.

## SURT DE LA CAIXA DE LA MASCULINITAT, SIGUES TU MATEIX.

Penses que t'has de cuidar i cuidar les teves relacions? A vegades creus que necessites ajuda però no t'has atrevit a demanar-la? Et costa entendre què et passa però et preocupen les teves reaccions?


Si ets un noi jove i estàs en alguna de les situacions que has llegit en aquest fulletó o ets un professional o familiar d'algun jove que hi estigui, contacta amb nosaltres.



### Contacta amb nosaltres


 [www.conexus.cat](http://www.conexus.cat)

 [info@conexus.cat](mailto:info@conexus.cat)

 (+34) 93 217 16 46

 @conexus\_associacio

 @AssoConexus

 @conexus-associacio

### Més informació

