

## BOLETÍN INFORMATIVO Nº 3 DEL PROYECTO ERASMUS+ "BIENESTAR DIGITAL EN FAMILIA"

### FINALIZACIÓN DEL PROYECTO

A medida que el proyecto "Bienestar Digital en Familias" llega a su fin, nos enorgullece compartir los resultados de nuestros talleres piloto, impartidos en los cuatro países socios: Irlanda, Rumanía, España y Croacia.

Juntos, hemos dotado a las familias de herramientas prácticas para navegar por el mundo digital con confianza, equilibrio y seguridad.

### TODOS LOS RECURSOS YA ESTÁN DISPONIBLES EN NUESTRA PÁGINA WEB

Los siguientes recursos están disponibles de forma gratuita para familias y docentes de personas adultas:

- Tarjetas de aprendizaje con consejos sencillos y prácticos para las familias.
- Guía de Bienestar Digital: una guía práctica para docentes de personas adultas.
- Materiales para talleres: planes de sesiones y actividades listos para usar.

Todos los recursos están disponibles en los siguientes idiomas: inglés, español, rumano, croata y húngaro.

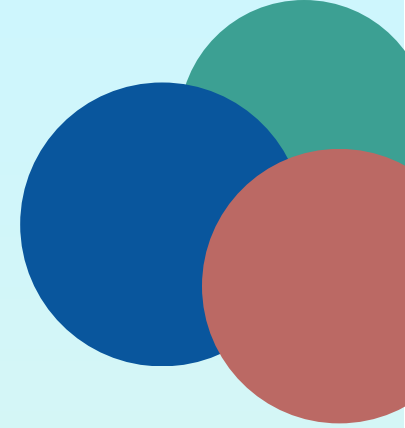


### DESARROLLO DE LOS TALLERES PILOTO

Las cuatro instituciones socias impartieron talleres con familias, centrándose en comunidades rurales y desfavorecidas donde la baja alfabetización digital afecta a la crianza y a la educación de los hijos y las hijas. Se abordaron seis temas intergeneracionales: uso equilibrado de los dispositivos, identidad digital, inteligencia emocional, el fomento de la interdependencia digital, aplicaciones de aprendizaje e IA, y seguridad en línea.

El objetivo es llegar al menos a más de 50 familias. Una innovación clave es el aprendizaje intergeneracional, que fomenta el intercambio entre menores nativos digitales y mayores que aportan pensamiento crítico y experiencia de vida.





## IRLANDA – Meath Partnership (de febrero a marzo de 2026)

A lo largo de cuatro talleres piloto que llegaron a 49 padres y madres y a 33 menores en bibliotecas y centros de acogida de todo el condado de Meath, Meath Partnership trabajó con familias ucranianas, somalíes, nigerianas, pakistaníes, palestinas, rumanas, afganas, irlandesas y jordanas. Las sesiones abordaron la identidad digital, la seguridad en línea, la inteligencia emocional y el uso de pantallas, las aplicaciones de aprendizaje y la IA, y el fomento de la interdependencia digital.

En el primer taller, celebrado en Newgrange Lodge, 11 madres y padres y 15 niños y niñas exploraron comparativas de tiempo de pantalla y momentos libres de tecnología; los y las menores hablaron con total confianza sobre la presión online y el ciberacoso.

El segundo taller, en la biblioteca de Ashbourne, reunió a 15 adultos y 7 niños pequeños para centrarse en la huella digital y las publicaciones seguras; allí, los progenitores se dieron cuenta de que, aunque protegen sus propios datos, rara vez piensan en la identidad digital a largo plazo de sus hijos e hijas.

El tercer taller se llevó a cabo en la biblioteca de Navan y contó con la participación de 14 adultos que debatieron sobre seguridad online e IA y dejó al descubierto una sensación de impotencia ante la recopilación de datos por parte de las grandes empresas.

El cuarto taller, en el centro de acogida Flaxmill, reunió a 9 adultos y 11 menores de entre 6 y 16 años; en esta ocasión, los chicos y chicas lideraron los debates sobre videojuegos y compras online, y una actividad con tecnologías obsoletas –como cámaras analógicas y teléfonos de disco– propició una entrañable conversación intergeneracional.

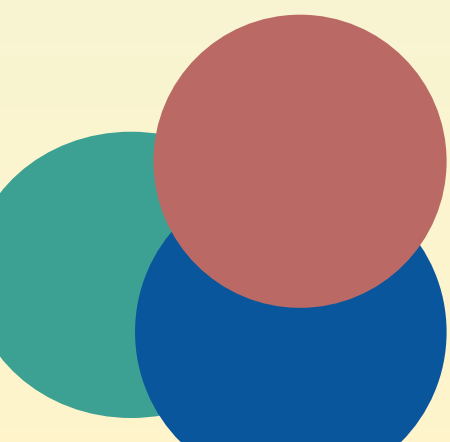
Una conclusión recurrente fue que la concienciación por sí sola no es suficiente: las familias también necesitan sentirse capacitadas para realizar cambios pequeños y realistas que se adapten a sus circunstancias particulares de vida.



## **RUMANÍA – Spektrum Education Center (de febrero a marzo de 2026)**

Spektrum Education Center llevó a cabo cinco talleres intergeneracionales en el distrito de Harghita, alcanzando a 172 participantes (86 padres y madres, 85 menores y 5 docentes) con niños y niñas de entre 6 y 14 años. Captados a través de una red de 100 docentes, cada sesión de 90 minutos reunió a parejas de progenitores e hijos e hijas para explorar de forma interactiva y lúdica el uso equilibrado de los dispositivos, la identidad digital, la inteligencia emocional, la seguridad en línea, las aplicaciones de aprendizaje y la IA.

El aspecto más destacado de forma unánime fue el valor del tiempo compartido; los adultos señalaron en repetidas ocasiones que trabajar codo con codo con sus hijos e hijas fue la parte más memorable. Padres y madres se marcharon con intenciones concretas, como establecer horas libres de pantallas antes de dormir, mantener los dormitorios sin teléfonos, no permitir el uso de redes sociales antes de los 13 años y utilizar herramientas como Google Family Link. Por su parte, los menores sorprendieron a sus familias con su nivel de concienciación digital. Un padre resumió esta idea generalizada: "El taller me hizo darme cuenta de que no estoy muy familiarizado con el mundo digital, pero también me sorprendió lo mucho que sabe mi hija sobre los riesgos". En los cinco talleres se registró una fuerte demanda para realizar sesiones de seguimiento.





## **CROACIA – Ustanova za obrazovanje odraslih Dante**

En Croacia, las actividades piloto se implementaron a través de una serie de talleres intergeneracionales en los que participaron padres, madres y menores, principalmente de entre 9 y 12 años, en las localidades de Brinje, Novi Vinodolski y Selce. Las actividades se organizaron en cooperación con el Centar Izvor Selce y sus delegaciones locales en estos municipios. Los talleres se centraron en aspectos clave del bienestar digital, como el equilibrio entre las actividades en línea y fuera de línea, el uso responsable de los dispositivos, la creación de un acuerdo digital familiar, la comprensión de la huella digital y el fomento de hábitos digitales seguros y saludables. Las sesiones combinaron actividades interactivas tanto para los menores como para las personas adultas, promoviendo la reflexión y el debate sobre el uso cotidiano de la tecnología.



Los talleres dieron respuesta a una necesidad clara dentro del grupo destinatario, especialmente entre los progenitores, quienes a menudo expresaban incertidumbre sobre cómo establecer límites digitales saludables en el hogar. Aunque los menores se mostraron, por lo general, menos entusiasmados a la hora de debatir sobre restricciones y límites en el uso de dispositivos —y muchos ya habían abordado temas similares en el colegio—, las actividades resultaron especialmente valiosas para las familias. Uno de los resultados más significativos de estas actividades piloto fue la forma en que dieron pie a conversaciones realmente importantes dentro de las familias. Para muchos participantes, esta fue la primera vez que hablaron abiertamente sobre sus hábitos digitales, expectativas, inquietudes y normas familiares respecto al uso de la tecnología. La creación de este espacio para el diálogo se consideró el mayor éxito de los talleres, ya que fomentó una mayor comprensión mutua y sentó las bases para unas prácticas digitales más saludables en la familia.

## ESPAÑA – Centro de Educación de Personas Adultas San Ildefonso La Granja (de febrero a abril de 2026)

El CEPA San Ildefonso – La Granja impartió cinco talleres intergeneracionales en colaboración con centros educativos locales de la localidad del Real Sitio de San Ildefonso. Las sesiones se llevaron a cabo fuera del horario escolar para fomentar la participación de todos los miembros de la familia y se habilitó un espacio supervisado para menores con el fin de facilitar la asistencia de aquellas familias con niños más pequeños.

Los equipos directivos de los centros mostraron un alto grado de implicación y destacaron que el proyecto era muy relevante para dar respuesta a las necesidades de sus comunidades.

Los talleres crearon un espacio natural para el intercambio intergeneracional; los menores lideraron los debates con frecuencia, especialmente en lo relativo a redes sociales, aplicaciones e identidad online, mientras que los padres y madres aportaron sus inquietudes y experiencia de vida.

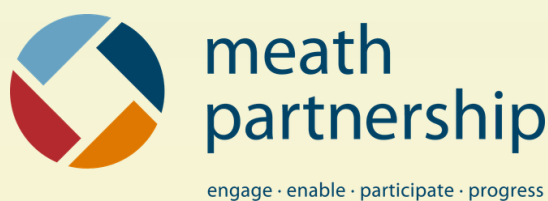
Varios progenitores señalaron que los talleres habían abierto conversaciones que continuaron en el hogar, y muchos expresaron su interés en participar en sesiones de seguimiento



**VISITA LA WEB DEL PROYECTO** [HOME- DIGITALFAMILIES.PROJECT.COM](https://digitalfamilies.project.com)

**SÍGUENOS EN REDES SOCIALES:** <https://www.facebook.com/digitalupbringing>

**PONTE EN CONTACTO CON LA ORGANIZACIÓN SOCIA MÁS CERCANA:**



Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea (2024-2-ES01-KA210-ADU-000266045)

Cofinanciado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.