



General | Alba Carreres / Irene Ramentol | Actualitzat el 20/03/2024 a les 07:00

10 pòdcasts per escoltar en família

Una alternativa a les pantalles que ens farà despertar la nostra imaginació i l'escolta activa

[inicicentrareport] El pòdcast va néixer el 2004 com a una innovació tecnològica per a poder escoltar programes de ràdio en diferit. Des d'aleshores ha estat una autèntica revolució.

Ara n'hi ha de totes les temàtiques als catàlegs de les plataformes de pòdcast. A **Criar.cat** hem fet recercar per les **seccions d'infantil i familiar** i hem trobat propostes en català ben interessants i per a **diferents franges d'edat**.

[intext1]

Escoltar un pòdcast en família és una fantàstica alternativa a les pantalles que a més estimula la imaginació i l'escolta activa. En moments d'avorriment i sobretot fora de casa recorrem sovint a la televisió, als videojocs o altres dispositius mòbils. Però també podem llegir, jugar, dibuixar, xerrar, etc. si aquestes opcions també els fan mandra, hi ha una proposta que mai falla: escoltar un pòdcast. En **època de vacances són ideals** per escoltar en trajectes llargs, a l'hora de la migdiada si ja no en fan i a les estones mortes.

Aquí us deixem amb **la nostra selecció** a on hi ha de tot audiocontes, ficció, història, ciència, gastronomia i fins i tot un de prevenció de violència sexual infantil.

[podcastenfamilia]

[intext2]

La dragoneta Papaxut



Comencem per als més petits. El passat mes de maig Ràdio Contes, experts en explicar contes en català en format àudio, va llançar una nova sèrie de pòdcast *La dragoneta Papaxut* destinada **especialment a nens i nenes d'entre 2 i 5 anys**. La dragoneta Papaxut i els seus amics viuen en els prestatges d'una biblioteca plena de llibres, a cada capítol s'endinsaran en un conte popular i coneixeran als seus protagonistes. **La música i les cançons també hi juguen un paper important**, ja que capten l'atenció i s'adapten al moment de desenvolupament dels seus petits oients.

Disponible a Ivoox, Spotify i Apple podcast, entre d'altres. Una producció de Ràdio Contes.
[tornarindex]

L'Àvia Pirata



L'Àvia Pirata és la protagonista del llibre d'Assumpta Mercader, Josep Carrasco i Pepe Palma. Una novel·la per a nens i nenes a partir de deu anys a on uns nets viuen mil i una aventures al costat de la seva àvia, la famosa Corsària de Foc, i tot d'éssers de la mitologia catalana. L'Àvia Pirata i la seva tripulació han fet un pòdcast quinzenal d'humor, entreteniment i aventura per a totes aquelles famílies que els agraden les històries de pirates. En trobareu quinze capítols.

Disponible a Ivoox i Apple podcast. Una producció de Kabuts amb el suport del Departament de Cultura de la Generalitat de Catalunya.
[tornarindex]

Una mà de contes



El mític programa Una mà de contes del S3 ara té el doble recorregut gràcies a la seva transformació en pòdcast. Si a casa en sou fans, aquí hi trobareu **una selecció de contes en format àudio que formen part del programa**. Més de trenta històries de tradicions culturals diverses, que combinen música i narració. Ideal per escoltar amb els més petits de casa.

Disponible a Ivoox, Spotify o Apple podcast, entre d'altres. Fins i tot hi ha una versió per Alexa. Una producció de la Corporació Catalana de Mitjans Audiovisuals.
[tornarindex]

Audiocontes de la revista Namaka



Hi ha moltes revistes infantils i juvenils com Cavall Fort que recullen els seus articles i contes en format àudio. Namaka ha fet un pas més i ha passat a pòdcast **bona part dels seus contes publicats a la seva revista bimensual**. Són històries curtes i entretingudes de personatges meravellosos. A més estan narrades per la veu dolça de la seva editora, Sara Molina.

Disponible a Spotify. Una producció de la revista infantil Namaka.
[tornarindex]

Van fer història!



La revista d'història per a nois i noies Petit Sàpiens va ser de les primeres a fer pòdcast i la veritat és que ho va fer amb gran encert. En aquesta sèrie els infants descobriran a cada episodi **la vida apassionant de dones i homes de totes les èpoques que van perseguir el seu somni i van deixar petja**. La narració és molt amena i també hi ha efectes sonors que fan traslladar al seu oient al bell mig de la narració. A més, cada àudio es complementa amb continguts extra i un *quiz* per comprovar tot el que hem après.

Disponible a Ivoox, Spotify o Apple podcast, entre d'altres. Una producció de la revista Petit Sàpiens. [tornarindex]

Si les parets parlessin



Un pòdcast **dedicat al nostre patrimoni català**. És perfecte per escoltar en família abans o durant les visites culturals al equipaments dels quals es parla en cada capítol. És un autèntic viatge en el temps per conèixer i entendre millor la nostra història. Un total de vint monuments repartits per tot el territori en són els protagonistes, escoltarem les seves històries més curioses, posant veu als personatges del passat i revivint els grans períodes històrics a Catalunya. També inclou material complementari i un *quiz* per posar a prova tot el que hem après.

Disponible a Ivoox, Spotify o Apple podcast, entre d'altres. Una producció de l'Agència Catalana del Patrimoni Cultural i el Departament de Cultura de la Generalitat de Catalunya.
[tornarindex]

Aventures i galetes



Un pòdcast que **barreja ficció i gastronomia**. Són sis capítols a on a cadascun coneixerem una llegenda catalana amb una protagonista femenina i a la vegada aprendrem una recepta de galetes diferent. Una proposta original que ens portarà a aprendre històries de la nostra cultura i també a cuinar i a fer un mos ben deliciós en família.

Disponible a Ivoox i a Spotify. Una producció de Kabuts Cultura.
[tornarindex]

Quadern de Meditacions



Si el que us falta són **estones per relaxar-vos**, aquesta opció és del tot encertada. Vilma Montoliu és coach especialitzada en Respiració Conscient i Gestió de les Emocions. En aquest pòdcast trobareu **meditacions guiades** pensades especialment per als més petits de casa, però que també podem fer els grans. Són meditacions curtes i dolces molt fàcils de seguir, apropiades per aprendre aquesta tècnica mil·lenària que ens permet fer front a diferents moments i emocions del nostre dia a dia.

Disponible a Ivoox i a Spotify. Una producció de la mateixa Vilma Montoliu.
[tornarindex]

Biocoses



Aquest pòdcast sorgeix del programa Biocoses que quatre estudiants de ciències de la salut van iniciar a Mataró Ràdio i ara també ho trobem en format pòdcast. A cada capítol parlen de diferents **temes d'interès de les ciències i de la salut per acostar-la a la població en general**. Amb ells podreu saber una mica més sobre la caca, les ungles, els tatuatges, el sol i molt més. Hi posen molt d'humor i pedagogia, però està pensat per a nens i nenes a partir de vuit o deu anys.

Disponible a Spotify i a Apple podcast. Una producció de Biocoses i Mataró Ràdio.
[tornarindex]

Las TRES a las 3



Ana, Marta i Paula són tres nenes de 10, 8 i 7 anys que amb l'ajuda d'una psicòloga i un professor de periodisme dialoguen amb un llenguatge senzill i assequible, sobre els principals aspectes que hem de tenir en compte perquè nens i nenes puguin detectar i rebutjar possibles situacions de violència. Recomanat per escoltar amb infants a partir de vuit anys, tot i que la introducció i l'epílag estan més pensats per a adults.

Les TRES a les 3 és un material realitzat per Jaime Alonso Ruiz i Carmela Guillén Gosálbez en col·laboració amb la Fundación Márgenes i Vínculos dins del projecte Mi cuerpo me pertenece, **una proposta per a la prevenció de la violència sexual infantil** creada amb fons públics a través de la convocatòria amb càrrec al 0,7% de l'Impost sobre la Renda de les Persones Físiques del Ministeri de Drets Socials i Agenda 2030.

Disponible en castellà a Spotify i a Apple podcast. Una producció de Carmela Guillén Gosálbez i Jaime Alonso Ruiz en col·laboració amb la Fundación Márgenes y Vínculos.
[tornarindex]

[ficentrareport]

