DOSSIER INFORMATIU

SENSIBILITZACIÓ VERS LES RELACIONS IGUALITÀRIES

Activitats de sensibilització i prevenció emmarcades en tres grans eixos temàtics/campanyes: fomentar la igualtat i l'equitat de gènere i l'empoderament de les dones, sensibilitzar vers la diversitat sexo afectiva i de gènere i contra la LGTBI-fòbia, i sensibilitzar, prevenir i lluitar per l'erradicació de totes les violències masclistes.

Destinataris: Ens locals de fins a 20.000 habitants.

Ajuntaments i consells comarcals, mancomunitats, consorcis locals, entitats municipals descentralitzades (en aquests últims quatre casos el municipi de realització escollit també ha de ser de fins a 20.000 habitants).

Sol·licituds: 1 suport per ens local

Cal escollir entre les campanyes: 8M, 17M/28J o 25N

Període sol·licitud: del 28/09/2026 a 16/11/2026

Al formulari, en la campanya seleccionada, s'ha d'escollir 2 accions de sensibilització i indicar la prioritat: (1 i 2).

Com a criteri general, s'atorgarà l'activitat triada amb prioritat 1, i només en cas de circumstàncies puntuals i segons les sol·licituds rebudes, s'atorgaria l'activitat amb prioritat 2.

IMPORTANT: l'ens local ha de garantir la inscripció mínima de 8 persones, si 4 dies abans de l'activitat no se n'hagués assolit aquest nombre, ho haurà de comunicar al Servei de Polítiques d'Igualtat de gènere i a l'entitat per cancel·lar o reprogramar l'activitat.



CAMPANYA 8M
Dia Internacional de les Dones

1. TALLER DE RECUPERACIÓ DE LA MEMÒRIA HISTÒRICA DE LES DONES

Població destinatària: dones de totes les edats

Objectius: donar visibilitat a la presència de les dones en quatre trams històrics que coincideixen amb les onades del feminisme; no només d'aquelles que van assolir fites importants en diferents àmbits, sinó també la figura de la dona "no coneguda" que constitueix la meitat de la població i que és generadora de canvis**.** A més, es reflexionarà sobre l'impacte de les dones en diferents àmbits de la història.

Metodologia: les participants aniran descobrint i recordant el paper i rols que han tingut les dones als diferents àmbits i espais al llarg del temps. Es generarà un espai de confiança per reflexionar i recuperar la figura de la dona al llarg de la història, i s'explorarà de manera vivencial les experiències per connectar-les amb les d'aquestes dones històriques.

Format / durada: presencial / 2 hores.

Espais: sala o equipament polivalent i prou ample que permeti realitzar les diferents dinàmiques proposades. Equip de so i projector.

2.TALLER D'EMPODERAMENT PER A DONES: EL TEU PODER COMENÇA QUAN DECIDEIXES

Població destinatària: dones de totes les edats

Objectius: oferir eines per a la capacitació en la presa de decisions des de la connexió amb una mateixa i els propis valors, deixant anar el soroll i les expectatives externes.
Afavorir el propi autoconeixement de les dones i la connexió amb els seus recursos personals per a poder conèixer, defensar i expressar els seus drets i necessitats dins d'una societat on sovint es veuen vulnerades.

Metodologia: taller vivencial i pràctic, amb suport teòric on es realitzaran dinàmiques i exercicis enfocats a proporcionar autoconeixement i eines per a la presa de decisions. Es treballarà la identificació dels valors personals, la gestió de les emocions associades a la presa de decisions i la confecció d'un pla d'acció per a portar a terme els objectius.

Format / durada: presencial / 2 h

Espais: sala amb espai per el moviment. Cadires col·locades en cercle. Ordenador i projector amb possibilitat de so.

3. TALLER DE MENOPAUSA: RIURE, SUAR I CELEBRAR

Població destinatària: dones i identitats dissidents de 45 anys en endavant

Objectius: reconèixer i validar l'experiència de la menopausa com a etapa natural i significativa del cicle vital; desmuntar creences edatistes que redueixen o estigmatitzen les dones a partir dels 45-50 anys; enfortir la relació amb el cos i el seu llenguatge a través de pràctiques psicocorporals que promoguin l'autocura, l'arrelament i el plaer; descobrir plegades la maduresa en la seva esfera física, mental, emocional, sexual i cultural; revaloritzar la saviesa, la sexualitat i la vitalitat pròpies d'aquesta etapa, i crear comunitat i xarxa de suport entre dones que viuen processos similars

Metodologia: el cercle de diàleg i restauratiu parteix d'una metodologia vivencial, on cos, emoció i símbol són claus. El treball és participatiu, amb dinàmiques de grup i espais per compartir. S'adopta un enfocament afirmatiu i no medicalitzat, amb mirada holística i regenerativa. Es promou la integració de cos, emoció, pensament i creativitat. L'objectiu és acompanyar processos de transformació des de l'experiència compartida.

Format / durada: presencial / 2 h

Espais: sala amb espai per el moviment. Cadires col·locades en cercle. Ordenador i projector amb possibilitat de so.

4. ACTIVITAT DE TEATRE FÒRUM SOBRE PRESSIÓ ESTÈTICA I AUTOESTIMA CORPORAL

Població destinatària: alumnat ESO, batxillerat i cicles formatius / joves ≥12 anys

Objectius: reflexionar al voltant de la idea del cos per entendre com és la nostra mirada i la dels altres; identificar la pressió social vers els cossos de les dones i trencar amb la idea preestablerta de cos normatiu per oferir altres maneres de concebre el cos; crear nous models de representació i de relació positius, i evidenciar les idees preconcebudes i les violències presents en la realitat quotidiana en relació amb els cossos.

Metodologia: mitjançant una peça de teatre curta, una jove artista que està arribant a aconseguir el seu somni i que sap que la imatge que projecti determinarà gran part del teu èxit, es planteja si adaptar el seu cos als estereotips estètics i de gènere, li ajudarà a aconseguir-ho. La situació farà reflexionar i participar de manera interactiva al públic.

Format / durada: presencial / 1.30h

Espais: espai interior amb cadires al voltant de l'espai escènic, o a l'aire lliure a un espai recollit. Sonorització de l'espai escènic i micròfon de fil pel fòrum amb el públic.

5. ACTIVITAT STEAM (EXPERIMENTAL): RELAT I CIENTÍFIQUES

Població destinatària: infants fins a 8 anys.

Objectius: crear un espai grupal que ofereixi noves experiències positives als infants sobre el paper de les dones a la ciència.

Metodologia: es basa en el concepte d'Estacions Científiques. La sessió s'inicia amb la narració d'un conte sobre una dona científica invisibilitzada. A continuació, s'explica el funcionament dels diferents espais d'experimentació (estacions). Les nenes i els nens tindran la llibertat de rotar entre aquestes estacions de manera autònoma i fer-ne hipòtesis sobre el funcionament. Al final de la sessió, es durà a terme una reflexió conjunta on es compatiran les experiències i s'explicaran els fenòmens científics detectats durant els experiments.

Format / durada: presencial / 1.30h

Espais: accés a un punt d'aigua, espai per col·locar 4 taules per a les estacions d'experimentació i àrea còmoda per la introducció i la cloenda de l'activitat.

6. ACTIVITAT TEATRALITZADA SOBRE COEDUCACIÓ: DESFENT L'ALGORITME

Població destinatària: preferiblement joves i adolescents, però apte per tots els públics.

Objectius: reflexionar sobre les desigualtats de gènere i els discursos d'odi que les xarxes promouen. És real tot el que ens diuen? Fins a quin punt està manipulat l'algoritme i el discurs de les xarxes socials? Qualsevol cosa val per aconseguir seguidors? O és millor aprendre a formar la nostra pròpia opinió de tot el que ens arriba?

Metodologia: activitat artística que es concreta en una actuació teatral dinàmica i participativa, concebuda com una eina de sensibilització social. Amb l'actuació teatral, a través de l'humor, s'exposen els temes relacionats amb els objectius. La posterior interacció amb el públic permet obrir espais de conversa, i afavoreix el diàleg i la implicació emocional de les persones assistents.

Format / durada: 30 minuts representació artística i 30 minuts de debat posterior amb el públic, 1 hora en total.

Espais: espai lliure d'obstacles mínim de 5x4m amb dos altaveus als quals connectar la nostra música. Per actuacions amb més de 60 espectadores o a l'exterior ha de ser l'Ajuntament qui proporcioni un equip de so adient a l'espai que sigui igualment controlable des d'un lateral de l'escenari.

CAMPANYA 17M
Dia Internacional contra la LGTBI-FÒBIA

CAMPANYA 28J
Dia Internacional de l'Orgull LGTBI+

1. TALLER PER A PERSONES GRANS: PARLEM EN CLAU LGTBI+?

Població destinatària: persones grans / persones usuàries de casals de gent gran i centres residencials.

Objectius: hi ha prejudicis associats a les persones LGTBI+ per la seva identitat sexual i de gènere i que en el cas de les persones de més edat estan impresos en la memòria de tota una vida. El sentiment de negativitat cap a les persones LGBTI+, però, és pot revertir i amb això, afavorir la convivència de les persones grans LGTBI+ als casals i centres residencials.

Metodologia: taller de sensibilització amb una metodologia participativa, dinàmica i interactiva al voltant de la convivència entre persones de diferents identitats sexuals i/o gènere per conscienciar de la importància i el benestar que genera una bona convivència entre tots els components d'un grup.

Format / durada: presencial / 2h.

Espais: adaptable a diversos espais interiors amb sala diàfana**.**

2. TALLER DE DIVERSITAT AFECTIVA, SEXUAL I DE GÈNERE LGTBI+

Població destinatària: joves entre 12 i 18 anys.

Objectius: visibilitzar les vivències del col·lectiu LGBTI+ i situar-les dins d'un marc d'anàlisi social i emocional; identificar i analitzar les diferents formes de desigualtat i discriminació LGTBI-fòbiques; potenciar l'apoderament a través del reconeixement de les pròpies experiències com a font de coneixement i resistència; promoure la reflexió crítica entorn a les identitats pròpies i col·lectives, i fomentar l'empatia i la comprensió de realitats diverses.

Metodologia: el taller s'estructura en diferents fases: dinàmiques de presentació i cohesió per crear un ambient de confiança; treball col·lectiu a partir de les identitats i desigualtats, que permet vincular vivències personals amb les discriminacions que pateixen les persones LGTBI+; contextualització històrica i conceptual del col·lectiu per aportar marc teòric bàsic; creació artística col·lectiva (mural) per identificar, visibilitzar i resignificar experiències de discriminació i apoderament, i cartografiar espais de seguretat i inseguretat del territori, i posada en comú final per compartir reflexions i aprenentatges.

Format / durada: presencial / 2h.

Espais: equipaments públics o aules d'institut accessibles amb projector, sala diàfana i cadires.

3. ACTIVITAT ARTÍSTICA TEATRE FÒRUM AMB ELLXS

Població destinatària: joves ≥ 12 anys, alumnat de l'ESO, secundària, cicles formatius i públic general.

Objectius: fomentar la reflexió col·lectiva dels estereotips presents en el teixit sociocultural entorn del gènere assignat al néixer, de la identitat de gènere, de l'expressió de gènere i de l'orientació sexual i identificar les etiquetes, que malgrat tot, continuen circulant en la societat actual en totes les direccions.

Metodologia: mitjançant una peça de teatre curta, un adolescent trans ens planteja les situacions de conflicte que viu tant en l'àmbit de les seves relacions afectives com familiars. Espectacle interactiu i participatiu on el públic deixa de ser un simple espectador per passar a substituir als actors i actrius i ajudar així als/les protagonistes a trobar noves formes d'actuar davant les situacions de conflicte que planteja la peça

Format / durada: presencial / 1.30h / Grups grans (mínim òptim 30 persones i màxim 120).

Espais: Espai interior amb cadires en semicercle al voltant de l'espai escènic o a l'aire lliure a un espai recollit.

Necessitats tècniques: sonorització de l'espai escènic i micròfon de fil pel fòrum amb el públic.

IMPORTANT, ONADES DE CALOR: s'ha de considerar la data de realització per proveir d'un lloc amb ombra per protegir al públic, a les persones que realitzen l'actuació l i als materials que s'utilitzaran.

4. ACTIVITAT ARTÍSTICA PER PROMOURE EL RESPECTE ENVERS LA DIVERSITAT DE GÈNERE

Població destinatària: famílies/ tots els públics / infants a partir de 3 anys

Objectius: fomentar el respecte i la valoració de la diversitat en totes les seves formes, tant en l'àmbit familiar com educatiu. Es busca visibilitzar problemàtiques com la LGTBI-fòbia, el bullying i l'exclusió social, tot afavorint l'empatia, l'autoacceptació i el reconeixement emocional. S'ofereix un espai artístic i cultural compartit entre infants i famílies, que facilita una experiència transformadora i significativa.

Metodologia: l'activitat parteix d'un espectacle de dansa contemporània i teatre físic adreçat a infants i famílies, que utilitza el llenguatge no verbal per transmetre emocions i valors. A través del conte de L'aneguet lleig, es promou una lectura crítica sobre la identitat, la diferència i l'acceptació. L'espectacle convida a la reflexió compartida entre petits i grans. Tot plegat es fonamenta en l'aprenentatge significatiu i la participació activa.

Format / durada: 50 minuts / presencial.

Espais: espai exterior o interior; teatre, pati d'escola, sala polivalent, centre cívic, plaça.
Necessitat tècniques: pressa de corrent, espai per canviar-se amb wc, un responsable de l'activitat a l'arribada dels artistes, espai per fer la descàrrega del material i aparcament del vehicle autoritzat, disponibilitat de l'espai mínim 2h abans de l'arribada del públic i espai escènic: pot ser escenari o a peu plà. Però ha de ser en espai sense sorra ni gesta. Per tant, asfalt o fusta d'escenari.

IMPORTANT, ONADES DE CALOR: s'ha de considerar la data de realització per proveir d'un lloc amb ombra per protegir al públic, a les persones que realitzen l'actuació l i als materials que s'utilitzaran.

Objectius: visibilitzar la diversitat sexual i de gènere en les famílies i reforçar els valors de respecte cap a la diversitat en general, centrant especial atenció a la sexual, de gènere i als diferents models de famílies que no segueixen el patró heteroparental. Trencar amb els estereotips d'amor heteronormatiu per mostrar la capacitat que tenim d'estimar a moltes persones, independentment del seu sexe, gènere i/o identitat sexual.

CAMPANYA 25N
Dia Internacional per a l'erradicació de la violència envers les dones

1. TALLER PER ABORDAR LES VIOLÈNCIES DIGITALS

Població destinatària: joves ≥ 16 anys i dones adultes.

Objectius: reflexionar sobre les violències estructurals que es donen en l'àmbit digital i sobre les alternatives; conèixer quines conductes es consideren com a violències digitals masclistes i quina afectació tenen, i conèixer eines i exemples de resposta ciberfeministes**.**

Metodologia: taller que combina la presentació de continguts amb dinàmiques que promouen la participació de les persones assistents on s'explicaran els aspectes clau de les ciberviolències digitals per poder identificar-les i entendre l'ecosistema digital en què es produeixen, alhora que es proporcionen eines per a l'autodefensa digital feminista com la seguretat holística, estratègies de resistència, d'autocura personal, de dispositius i de la informació, reducció de riscos i danys i estratègies de resposta.

Format / durada: Presencial / 2 h.

Espais: Espai interior amb projector.

2. TALLER D'AUTODEFENSA FEMINISTA

Població destinatària: joves ≥ 12 anys i dones adultes.

Objectius: abordar l'autoestima, els complexos, els bloquejos, trencar mites sobre la capacitat física de les dones, aprendre a posar límits, a legitimar les pròpies vivències i emocions, a descobrir, reconèixer i valorar les pròpies capacitats i, en definitiva, la presa de consciència i l'autoconeixement.

Metodologia: treballar tècniques físiques d'autodefensa i d'atac i, paral·lelament, fer un abordatge més psíquic i social on es treballaren aspectes com l'actitud que es pren davant de situacions complexes o l'actitud general davant la vida: tot treballant la veu, la mirada i la postura corporal. També, a través del role-playing, s'escenifica l'afrontament de situacions de violència.

Format / durada: Presencial / 2h o 3h.

Espais: espai ampli i interior (tancat).

3. TALLER: ESTIC EDUCANT PER A UNA INFANTESA I ADOLESCÈNCIA LLIURE DE VIOLÈNCIES MASCLISTES?

Població destinatària: AFAS, mares, pares i tutores legals.

Objectius: revisar prejudicis i estereotips de gènere adquirits durant la socialització, promoure la comprensió del sistema sexe-gènere i de les violències de gènere, especialment en la joventut, adquirir eines per acompanyar l'adolescència/infància i l'aprenentatge de la sexo-afectivitat, generar estratègies de comunicació amb la gent jove i petita per prevenir les relacions abusives, i compartir els dubtes i les experiències educatives de manera grupal.

Metodologia: metodologia participativa per crear un espai educatiu d'intercanvi d'experiències en què s'abordin les causes i manifestacions de les violències masclistes, els estereotips i desigualtats de gènere i com aquestes es reflecteixen en la família. Inclou, com a suport, la projecció d'audiovisuals per centrar la realitat actual dels i de les joves i fer-ne una anàlisi.

Format / durada: Presencial / 2h o 3 h.

Espais: Interior amb projector i connexió a Internet.

4. ACTIVITAT PER EXPLORAR LES MASCULINITATS A TRAVÉS DE LA MÚSICA URBANA

Població destinatària: joves ≥ 12 (nois o grup mixt) i homes adults.

Objectius: es prendrà consciència dels costos de la masculinitat hegemònica, dominant i patriarcal i de les violències masclistes que genera (LGTBI-fòbia, masclismes, sexisme i racisme...); es fomentarà el pensament crític que genera ruptura de l'estereotip nociu i masclista incorporant alternatives com les masculinitats desobedients i dissidents; s'enfocarà l'apoderament des de la cura, la corresponsabilitat i la comunitat; es construirà col·lectivament un discurs i agència com a homes a favor dels feminismes i no com enemics o equidistants.

Metodologia: es treballarà l'impacte de l'estereotip de la masculinitat hegemònica, dominant i patriarcal amb dinàmiques vivencials (comunicació no violenta, procés de grup, cercle de paraula, facilitació-acció) i mitjançant el hip-hop com a tècnica i pràctica des de l'art urbà i el rap.

Format / durada: presencial / 3h.

Espais: espai interior ampli per moure's i tenir el grup en rotllana, altaveus, pissarra, retoladors i fulls blancs.

5. ACTIVITAT PERFORMANCE: COM TRENCAR EL CERCLE DE VIOLÈNCIA MASCLISTA

Població destinatària: ciutadania general.

Objectius: facilitar i propiciar, a través del joc i l'art, noves perspectives per sortir del cercle de violència masclista que es manifesta en la quotidianitat. Generar un espai d'interacció amb un dispositiu que permet percebre, reconèixer, verbalitzar i visibilitzar els impactes que ens afecten individual i col·lectivament.

Metodologia: es posa el focus en els impactes de violència masclista. A través d'un joc lúdic i inclusiu, es visibilitza l'impacte d'una agressió, per subtil o invisible que sigui, i com es retroalimenta i perpetua. Les participants trien el recorregut: jugar per jugar, explorar els tipus de violència (psicològica, física, sexual, econòmica, vicària, institucional), o desplegar opcions de com afrontar i transformar l'impacte. La interacció implica un procés creatiu i simbòlic per prendre consciència i connectar amb el propi poder i sortir del cercle de violència masclista.

Format / durada: presencial / 1h.

Espais: espai al carrer amb mobilitat de persones en trànsit, és a dir, un lloc obert i accessible on hi circulen persones de manera constant, per així afavorir la interacció espontània.

6. ACTIVITAT DE TEATRE FÒRUM PER PREVENIR LES VIOLÈNCIES MASCLISTES I SEXUALS EN L'ADOLESCÈNCIA

Població destinatària: joves a partir de 3r d'ESO

Objectius: identificar violències masclistes quotidianes en les relacions sexo-afectives, de parella o amistat en l'adolescència, guanyar habilitats per esdevenir una persona aliada contra la discriminació, i assajar estratègies per aprendre a posar límits i practicar habilitats socials i de gestió emocional per tal de no responsabilitzar als altres del nostre propi malestar.

Metodologia: es presenta una peça teatral basada en experiències reals, que mostra com les violències masclistes limiten les vides de les joves, en què podem veure a una parella que ens ofereixen la possibilitat de repensar com lliguem, com gestionem les emocions que genera una negativa i com posar límits i dir que no, i a reflexionar sobre la socialització de gènere. Després es convida al públic a reflexionar, buscar i assajar, sobre l'escenari, estratègies i habilitats per fer front a les problemàtiques que plantegen les escenes.

Format / durada: 1h 30m. /presencial

Espais: Sala d'actes o espai escènic interior o exterior, taula i cadires. Si es fa a l'exterior ha de ser en una ubicació en què es pugui escoltar bé.

IMPORTANT: Si es fa a l'exterior és recomanable que no sigui en una hora o data en què pugui fer bastant fred ja que pot influir en l'assistència del públic.

7. ACTIVITAT DE TEATRE FÒRUM PER PREVENIR LES VIOLÈNCIES MASCLISTES A L'ESPAI PÚBLIC

Població destinatària: joves ≥ 12 anys i persones adultes.

Objectius: prevenir i sensibilitzar sobre les violències masclistes que succeeixen en la nostra quotidianitat i en concret en l'espai públic, fomentar la corresponsabilitat col·lectiva davant aquestes situacions i afavorir una actitud activa de rebuig, generar empatia i consciència crítica a través de la interacció entre les actrius i el públic en el debat posterior a la representació teatral, i reflexionar conjuntament sobre les diverses tipologies de violència masclista i la seva construcció i representació en la cultura.

Metodologia: es comença amb una presentació i jocs inicials que trenquen el gel i afavoreixen un clima de confiança i col·laboració. A continuació, es presenta una peça breu teatral que introdueix la temàtica central i serveix com a estímul per a la reflexió. S'obre un debat amb el públic, facilitant l'expressió d'opinions, vivències i inquietuds. A partir d'aquest intercanvi, es duu a terme una reflexió i anàlisi col·lectiva que aprofundeix en les problemàtiques exposades.

Format / durada: Presencial / entre 60 i 90 minuts.

Espais: sala amb un espai per poder actuar i cadires per al públic. També espai obert. En el cas que sigui necessari, caldrà equip de so amb micròfons de diadema i altaveus. Podem aportar micros de diadema i taula de so. Espai escènic mínim: 5m (boca) x 6m (fons).

IMPORTANT: Si es fa a l'exterior és recomanable que no sigui en una hora o data en què en què pugui fer bastant fred ja que pot influir en l'assistència del públic.