

mòdul 3

# Construint relacions lliures de violència

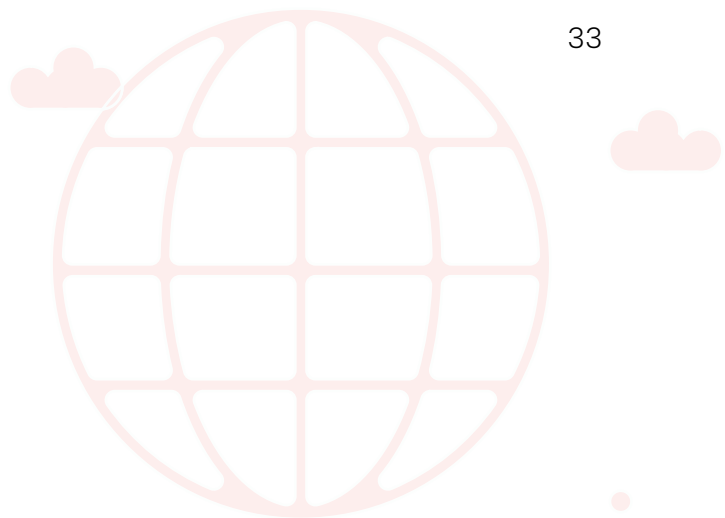
Eines per promoure relacions igualitàries  
i saludables a l'adolescència.

Autora: Eugenia Torres, Asociación Intercultural Candombe.



# Índex

<b>01. Introducció</b>	3
<b>02. Sessió 1: Detectius de les violències</b>	5
<b>Continguts teòrics de la sessió</b>	5
Què és la violència de gènere? Un problema global	
Quin és l'origen de la violència contra les dones?	
Interseccionalitat i desigualtats múltiples	
<b>Activitats d'aula</b>	8
<b>03. Sessió 2: Amor o control?</b>	15
<b>Continguts teòrics de la sessió</b>	15
Qui posa les regles? Estereotips de gènere i violència simbòlica	
Violències a l'adolescència i entorns digitals	
L'impacte real: com afecten les violències a l'adolescència	
<b>Activitats d'aula</b>	18
<b>04. Sessió 3: Estimar-nos bé: claus per a relacions sanes</b>	23
<b>Continguts teòrics de la sessió</b>	23
Educar per a transformar: el poder de previndre des de l'aula	
La igualtat com a dret: una mirada amb enfocament de gènere	
Recursos i suports a la Comunitat Valenciana	
<b>Activitats d'aula</b>	26
<b>05. Referències</b>	31
<b>06. Annexos</b>	33



# Introducció

La violència de gènere és una de les formes més persistents i generalitzades de vulneració dels drets humans, i es basa en relacions històriques de desigualtat entre homes, dones i persones amb identitats de gènere diverses. Tot i que es manifesta de maneres diferents –des de formes evidents com la violència física fins a expressions més invisibles com la violència simbòlica–, la seua arrel es troba en patrons culturals, estereotips i estructures socials que perpetuen el control i la discriminació.

Treballar aquest tema amb adolescents és fonamental, ja que és en aquesta etapa de desenvolupament on es construeixen gran part de les creences, els valors i els comportaments que marcaran les seues relacions presents i futures. És també una etapa en què les persones joves experimenten les seues primeres relacions afectives i, en un context cada vegada més digital, estan exposades a noves formes de violència, com el ciberassetjament o el control a través de les xarxes socials. Abordar la violència de gènere des d'edats primerenques permet previndre que es normalitzen conductes de control, abús o discriminació i fomenta la creació de vincles basats en el respecte i la igualtat.

Fer-ho des d'una perspectiva interseccional és igualment imprescindible. Implica reconèixer que les experiències de violència no són iguals per a totes les persones: factors com l'edat, l'origen ètnic, la classe social, l'orientació sexual, la identitat de gènere o la situació administrativa poden multiplicar les formes de discriminació i agreujar la violència. Aquesta mirada inclusiva ens ajuda a dissenyar intervencions més justes, adaptades i eficaces.

A la **Comunitat Valenciana**, la diversitat cultural, lingüística i social és una riquesa que també planteja reptes. Els centres educatius i les comunitats conviuen amb realitats molt diferents: alumnat d'orígens diversos, famílies amb contextos socioeconòmics variats i joves que es relacionen tant a espais físics com a virtuals. Tot això exigeix que la prevenció de la violència de gènere es treballi des d'un enfocament integral que incloga la coeducació, la participació activa i el coneixement dels recursos locals disponibles.

A més, connectar amb realitats globals com la d'El Salvador, on la violència de gènere es veu agreujada per factors com la pobresa, l'exclusió social i la violència estructural, permet ampliar la comprensió del problema. A El Salvador, moltes adolescents enfronten alts nivells de violència i discriminació, sovint amb poques xarxes de suport i en contextos rurals o urbans marcats per desigualtats profundes i, en alguns casos, pertinença a grups indígenes o comunitats LGTBIQ+. Aquesta perspectiva global i interseccional ens ajuda a entendre que la violència de gènere és un fenomen que transcendeix fronteres, però que les formes i les solucions han d'adaptar-se als contextos específics de cada comunitat.

Promoure la igualtat i previndre la violència de gènere amb adolescents a la Comunitat Valenciana no és només una tasca educativa: és una inversió social que contribueix a construir comunitats més segures, respectuoses i inclusives. Suposa formar les noves generacions perquè siguin capaces d'identificar desigualtats, qüestionar estereotips i comprometre's, des de la realitat, en la construcció de relacions lliures i en el respecte a la diversitat.



# SESSIÓ 1

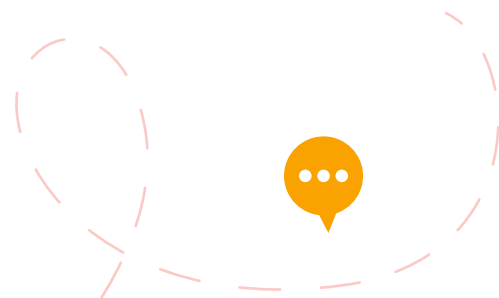
## Detectius de les violències



## Continguts teòrics de la sessió

### Què és la violència de gènere? Un problema global

La violència de gènere, segons l'ONU, és qualsevol acte de violència basat en el gènere que atempta contra la integritat física, sexual, psicològica o econòmica d'una persona en l'àmbit públic o privat. Aquesta forma de violència es basa en una relació de poder desigual que perpetua la discriminació, subordinació i exclusió social. Afecta, principalment, les dones i les xiquetes, encara que també es pot dirigir a persones amb identitats de gènere i orientacions sexuals diverses (LGTBIQ+).



Podem diferenciar diversos tipus de violència de gènere:

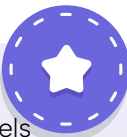
- + **Violència física:** són accions que causen dany o patiment al cos de la persona. Inclou colps, espentes, talls, cremades...
- + **Violència psicològica:** es tracta de conductes que afecten la salut mental i emocional de la persona, i que li generen por, angoixa i pèrdua d'autoestima. Inclou amenaces, insults, aïllament, menyspreu, crits, humiliacions, manipulació, control emocional...
- + **Violència sexual:** són accions que obliguen a mantindre contacte i fer pràctiques o actes sexuals sense consentiment, incloent-hi tocaments, assetjament, violació, explotació o tracta amb finalitats sexuals i control de la vida reproductiva.
- + **Violència econòmica:** consisteix en el control o limitació de l'accés als recursos econòmics i inclou la prohibició o limitació de treballar o estudiar, la retenció i el control de béns i diners, la utilització dels diners com a forma de dominació...
- + **Violència simbòlica:** accions que reproduïxen estereotips, rols i valors que reforcen la desigualtat i la subordinació. Està present en mitjans de comunicació, publicitat, llenguatge, humor, costums...
- + **Violència digital:** implica l'ús de tecnologies de la informació i la comunicació per a fustigar, vigilar, amenaçar una persona, fer-li xantatge o danyar la seua intimitat. Inclou el control mitjançant aplicacions, ciberassetjament, difusió d'imatges íntimes (reals o generades per IA)...
- + **Violència institucional:** es tracta de situacions en què l'acció o l'omissió dels organismes públics reforcen la desigualtat, neguen drets, reproduïxen tractes discriminatoris o desprotegeixen les víctimes.
- + **Violència estructural:** fa referència a desigualtats i opressions integrades en les estructures socials, polítiques, econòmiques i culturals que limiten l'accés equitatiu a drets i oportunitats. Inclou dificultat en l'accés a la salut, l'educació, la justícia, la vivenda... així com la discriminació per origen ètnic, orientació sexual, discapacitat, etc.

## Quin és l'origen de la violència contra les dones?

Les violències contra les dones tenen arrels estructurals profundes que se sostenen en un sistema social heteropatriarcal que històricament ha organitzat les relacions humanes sobre la base d'una jerarquia de poder que privilegiava els homes i subordinava les dones i altres identitats de gènere. Aquesta estructura social ha limitat l'accés equitatiu als drets, recursos i oportunitats per part d'aquests grups i ha reforçat la seua dependència econòmica, i ha exclòs les dones de la vida pública i els



espais de decisió fins a l'actualitat. Hi ha una sèrie de factors clau que han influït en aquesta realitat:

- 
- \* Desigualtats en l'accés al poder i la presa de decisions en els àmbits polític, econòmic, social, cultural i familiar.
  - \* Normes socioculturals que reforcen els rols tradicionals de gènere.
  - \* Educació sexista que transmet i reproduïx estereotips des d'edats primerenques.

## Interseccionalitat i desigualtats múltiples

La interseccionalitat, concepte proposat per l'advocada i acadèmica Kimberlé Crenshaw, assenyala que les persones no viuen una sola forma de discriminació, sinó que poden experimentar múltiples opressions de manera simultània per raó de gènere, raça, classe social, orientació sexual, discapacitat, edat... Per exemple, una dona migrant pot enfrontar-se a una situació de violència de gènere que es veja agreujada pel racisme, la precarietat laboral i l'exclusió social, potenciada per una situació d'irregularitat administrativa. Per altra banda, una dona indígena pot ser víctima de violència de gènere, agreujada per situacions de discriminació ètnica o de desplaçament territorial.

En països com El Salvador, aquestes desigualtats s'intensifiquen a causa de contextos de violència generalitzada, pobresa i exclusió social, que afecten especialment dones joves, indígenes i amb orientacions sexuals diverses. Això evidencia la necessitat d'abordar la violència de gènere amb un enfocament interseccional que contemple les múltiples dimensions de vulnerabilitat.

La interseccionalitat ens obliga a pensar la violència de gènere com una realitat complexa que necessita el desenvolupament de polítiques públiques i accions específiques adaptades a diferents contextos socioculturals.

# SESSIÓ 1

## Activitats per a l'aula

En aquesta sessió es proposa reflexionar sobre què entén l'alumnat per violència de gènere. Es revisaran els diferents tipus de violència perquè l'alumnat siga capaç d'identificar com s'expressen a la vida quotidiana i quin impacte generen en les persones i la societat. Amb les activitats proposades es pretén establir les bases conceptuals que permeten identificar les violències, entendre'n les causes i conseqüències, i reflexionar sobre la importància de prevenir-les.

### Objectius:

- Explorar les idees prèvies del grup i construir col·lectivament una definició clara del concepte de violència de gènere.
- Identificar creences i desmontar mites al voltant de la violència de gènere.
- Analitzar situacions reals per a identificar els tipus de violència i reflexionar sobre l'impacte d'aquests.
- Integrar aprenentatges i promoure una mirada crítica i compromesa davant de les violències de gènere.



### Materials:

- Pissarra.
- Retoladors.
- Post-its.
- Targetes verdes i roges (una de cada color per participant).
- Afirmacions mite o realitat (en targetes o projecció).
- Còpies impreses dels Cass
- Ordinadors, tauletes o mòbils amb connexió a internet.





# Detectius en acció: entenent la violència de gènere



## Desenvolupament:

- La persona dinamitzadora escriurà al centre de la pissarra: "Què és per a tu la violència de gènere?"
- L'alumnat escriurà paraules clau, idees o exemples als post-its i els col·locarà al voltant de la pregunta.
- La dinamitzadora agruparà les idees i recollirà els parers i els sentiments del grup i, a continuació, presentarà una definició consensuada pels organismes internacionals i que tinga en compte el marc legal actual:



Segons la *Declaració sobre l'Eliminació de la Violència contra la Dona* (ONU, 1993) i les legislacions de diversos països, la violència de gènere s'entén com a:

*Qualsevol acte de violència basat en el gènere que cause o pugui causar dany físic, sexual, psicològic o econòmic, en l'àmbit públic o privat.*

Es fonamenta en relacions de poder desiguals entre els gèneres, afecta principalment dones i xiquetes, i també es pot dirigir cap a persones amb identitats i orientacions sexuals diverses.

A El Salvador, la violència de gènere és un problema greu i persistent, marcat per altes taxes de femicidis i violència a les llars, a més d'escassa protecció institucional per a les víctimes.

- Es formaran parelles per a fer una breu investigació en línia sobre la realitat de la violència de gènere a El Salvador i, a continuació, s'intentarà contestar les preguntes següents en grup:
  - Hi ha similituds o diferències entre la realitat de la violència de gènere a El Salvador i a la Comunitat Valenciana?
  - Les condicions socioculturals influeixen d'alguna manera en la realitat d'ambdós territoris?
  - Quin paper poden jugar les institucions i la comunitat per a donar suport a les víctimes i previndre la violència de gènere?
  - Com a adolescents, com podem contribuir a canviar aquestes realitats a escala local i global?

# Desmuntant creences: realitat o mite?



## Desenvolupament:

- Expliquem que es llegiran o projectaran afirmacions en relació amb la violència de gènere i l'alumnat haurà d'alçar la targeta verda si pensa que l'afirmació és una realitat i la targeta roja si pensa que es tracta d'un mite. Després de cada afirmació i posicionament de l'alumnat, es reflexiona i expliquem i aclarim els conceptes exposats.



## Afirmacions

- La violència de gènere només passa en famílies amb problemes econòmics i escàs nivell educatiu.
  - Mite: Pot passar a qualsevol família, independentment del nivell econòmic, educatiu o cultural.
- La gelosia és una mostra d'amor.
  - Mite: És un senyal de control i possessió, no d'afecte.
- Les dones que pateixen violència podrien eixir de la situació si volen.
  - Mite: Factors com la por, la dependència econòmica, la manipulació emocional o la falta de xarxes de suport dificulten eixir de la situació de violència en molts casos.
- La violència pot ser psicològica i no deixar marques físiques.
  - Realitat: La violència psicològica pot tindre greus conseqüències emocionals i de salut mental.
- Les xarxes socials poden ser un mitjà a través del qual s'exerceix la violència.
- Realitat: La violència digital, com ara el ciberassetjament o la difusió no consentida d'imatges, també són formes de violència de gènere.

# Veus i realitats: anàlisi de Cass de violència de gènere



## Desenvolupament:

- Dividim el grup en xicotets subgrups conformats per 4 o 5 persones, de manera que puguin treballar adequadament.
- Lliurem a cada grup un dels Cass facilitats en annexos i els indiquem que comptaran amb 10 minuts per a reflexionar sobre:
  - Quin tipus de violència o violències hi identifiquen?
  - Quins senyals permeten reconèixer els tipus de violències?
  - Quines conseqüències pot comportar la situació de violència per a la persona afectada?
  - De quina manera el context d'El Salvador influeix en les situacions de violència? Com les circumstàncies poden agreujar o dificultar la possibilitat d'escapar de la situació de violència?
- Una vegada transcorregut el temps acordat, es posen en comú les situacions treballades i es du a terme una anàlisi de cadascuna amb ajuda de la dinamitzadora i exposant els diferents tipus de violència que hi ha.



## Cass (vegeu annex I)

### Cas 1: María

- Tipus de violència:
  - Psicològica (control, gelosia, manipulació).
  - Digital (control de xarxes socials, exigència de fotos, control del mòbil).
- Senyals:
  - Exigència de fotos i ubicació.
  - Revisió de l'historial del mòbil sense consentiment.
  - Petició/exigència de les contrasenyes sota l'argument de la confiança.
  - Retrets i acusacions d'infidelitat.
- Conseqüències:
  - Ansietat i estrés.
  - Aïllament social.
  - Dificultat per a prendre decisions i identificar la relació abusiva.
  - Dependència emocional.

### Cas 2: Ana

- Tipus de violència:
  - Econòmica (control dels diners i les despeses).
  - Psicològica (manipulació, menyspreu).
  - Estructural (discriminació ètnica, normes culturals masclistes).
- Senyals:
  - Control dels diners per part del marit.
  - Justificació de l'espòs que les despeses d'Ana "no són necessàries".
  - Obligació de retre comptes de les despeses.
  - Pressió sociocultural perquè obeïsca.
- Conseqüències:
  - Dependència econòmica.
  - Baixa autoestima.
  - Aïllament social.
  - Dificultat per a prendre decisions i identificar la relació abusiva.

### Cas 3: Carla

- Tipus de violència:
  - Psicològica (comentaris sexistes i homòfobs).
  - Simbòlica i estructural (discriminació per orientació sexual).
- Senyals:
  - Comentaris despectius i sexistes.
  - Burles per la seua orientació sexual.
- Conseqüències:
  - Ansietat i estrés.
  - Baixa autoestima.
  - Disminució del rendiment i la motivació laboral.
  - Aïllament social al treball.
  - Por de represàlies o acomiadament.

### Cas 4: Daniela

- Tipus de violència:
  - Psicològica (control, gelosia, xantatge).
  - Digital (control del mòbil, exigència de contrasenyes).
- Senyals:
  - Prohibició d'utilitzar maquillatge i control de la forma de vestir.
  - Control de les relacions a través de xarxes socials.
  - Exigència de resposta immediata als missatges.
  - Telefonades quan no obté resposta.
- Conseqüències:
  - Ansietat, estrés i por de perdre la relació.
  - Aïllament social perquè deixa de veure les amigues.
  - Dificultat d'identificar la relació abusiva.
  - Dependència emocional.

### **Cas 5: Lucía**

- Tipus de violència:
  - Psicològica (control, imposició de rols).
  - Estructural i simbòlica (discriminació per diversitat funcional, utilització de la tradició per a justificar el control).
- Senyals:
  - Prohibició d'eixir amb amigues i utilitzar el mòbil.
  - Pressió per a deixar els estudis i casar-se.
- Conseqüències:
  - Limitació d'oportunitats si deixa els estudis.
  - Aïllament social.
  - Risc de matrimoni forçat.

# Temps de pensar i actuar: reflexions per a un futur sense violència



15'

## Desenvolupament:

La dinamitzadora proposa una sèrie de preguntes que afavorisquen la reflexió grupal:

- Quins elements nous heu après que ajuden a comprendre la violència de gènere?
- Quins mites o creences heu detectat que estan presents al vostre entorn?
- Quines accions podeu fer en el vostre dia a dia per a previndre les violències treballades? I per a donar a conèixer altres realitats com la d'El Salvador?

Afavorim la reflexió conjunta del grup i, després d'escoltar l'alumnat, resumim els punts clau de la sessió, tot fent èmfasi que és possible previndre la violència de gènere transformant les relacions de poder i els patrons culturals. A més, reflexionarem sobre la importància de conèixer els conceptes i les idees treballades.



## SESSIÓ 2

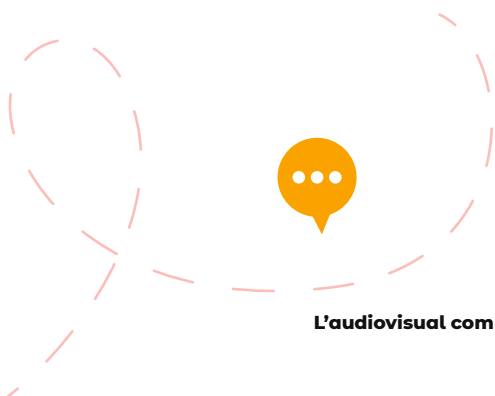
# ¿Amor o control?




## Continguts teòrics de la sessió

### Qui posa les regles? Estereotips de gènere i violència simbòlica

Els estereotips de gènere són idees i creences generalitzades que la societat té sobre com han de ser, actuar o sentir les persones segons el seu sexe o gènere. Per exemple, es pensa que els homes han de ser forts, valents i dominants, mentre que les dones han de ser submises, curoses i sensibles. Aquests estereotips s'aprenen des de la infància i es reforcen mitjançant la família, l'escola, els mitjans de comunicació i altres institucions socials.





La violència simbòlica és una forma de violència que s'exerceix de manera invisible o subtil, mitjançant aquests estereotips, normes i símbols que mantenen i reproduïen relacions desiguals de poder entre homes i dones. Aquesta violència no sempre es percep com a agressiva perquè està naturalitzada, però contribueix a justificar altres formes de violència i a limitar les oportunitats i els drets de les persones, especialment de les dones i les xiquetes. Per exemple, quan un xiquet plora i és ridiculitzat perquè "els homes no ploren", o s'espera que les xiquetes es comporten sempre de forma "dolça" i "tranquil·la", s'està reforçant la violència simbòlica. Aquesta violència dificulta que les persones puguin expressar lliurement les emocions, els gustos o les decisions, i perpetua la desigualtat de gènere.

## Violències a l'adolescència i entorns digitals

L'adolescència és una etapa de grans canvis físics, emocionals i socials, en què es construeixen la identitat i les relacions afectives. En aquest període, les violències de gènere poden manifestar-se de formes específiques, sovint relacionades amb l'ús de les tecnologies digitals.

Els entorns digitals (xarxes socials, aplicacions de missatgeria, jocs en línia, etc.) són espais d'interacció, socialització i expressió de la identitat pròpia durant l'adolescència. Tanmateix, aquests espais també poden ser escenaris de violència: assetjament, control, difusió no consentida d'imatges íntimes (conegut com a sèxting no consensuat), insults, discriminació o exclusió.

Aquestes violències digitals poden estar vinculades a estereotips de gènere i comportaments masclistes que reproduïen i amplifiquen les desigualtats existents en la vida fora de línia. A més, la facilitat per a compartir informació i la permanència dels continguts fan que les conseqüències siguin greus i duradores.

**És fonamental que adolescents, famílies i docents estiguin atents a aquestes formes de violència i promoguen un ús responsable i segur de les tecnologies digitals, que fomenti el respecte i la igualtat.**





## L'impacte real: com afecten les violències durant l'adolescència

Les violències de gènere, en qualsevol de les seues formes, tenen un impacte profund i negatiu a la vida de les persones adolescents. Les conseqüències es poden manifestar en diferents àmbits:

- ✚ **Salut física:** les agressions físiques poden causar ferides, discapacitats o malalties.
- ✚ **Salut mental i emocional:** la violència genera ansietat, depressió, baixa autoestima, trastorns del son i, en casos greus, conductes autolesives o suïcides.
- ✚ **Rendiment acadèmic:** les dificultats per a concentrar-se, l'absentisme escolar o l'abandonament dels estudis solen presentar-se en adolescents que pateixen violència.
- ✚ **Relacions socials:** la violència pot aïllar les víctimes de les seues amistats i la seua família, o generar relacions tòxiques i dependents.
- ✚ **Desenvolupament personal:** la violència limita la capacitat per a prendre decisions, desenvolupar l'autonomia i projectar un futur lliure i amb igualtat.



Per aquestes raons, és clau detectar i abordar les violències a temps, crear entorns segurs i de suport, i educar en la igualtat i el respecte des d'edats primerenques.

En països com El Salvador, on el jovent s'enfronta a contextos de violència generalitzada i desigualtat social, aquestes formes de violència simbòlica i digital se sumen a altres desafiaments que dificulten el desenvolupament ple i segur a l'adolescència, especialment de dones joves i persones LGTBIQ+. Per això, la prevenció i l'educació són eines essencials per a transformar aquestes realitats.

## SESSIÓ 2

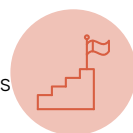
# Activitades para el aula

En aquesta sessió, abordarem temes fonamentals per a comprendre i reflexionar sobre les relacions personals des d'una perspectiva d'igualtat i respecte. Analitzarem què caracteritza una relació saludable enfront d'una que pot ser perjudicial o violenta, i prestarem especial atenció als estereotips i rols de gènere que influeixen en el nostre comportament i en com ens relacionem amb altres persones.

També explorarem com distingir entre l'amor genuí i les conductes que en realitat amaguen control o abús, especialment en el context de les relacions adolescents i els entorns digitals, on aquestes situacions es poden manifestar de maneres particulars.

### Objectius:

- Identificar les característiques de relacions basades en el respecte enfront de relacions amb senyals de violència o control.
- Reconèixer i qüestionar els estereotips i rols de gènere presents a la societat.
- Reflexionar sobre les diferències entre amor sa i conductes de control o violència en les relacions.
- Integrar aprenentatges i motivar compromisos personals per a promoure relacions igualitàries i lliures de violència.



### Materials:

- Pissarra
- Retoladors
- Targetes amb situacions d'amor saludable i no saludable (un joc de targetes per cada subgrup)
- Targetes amb imatges i frases d'estereotips de gènere (un joc de targetes per cada subgrup)
- Frases de situacions d'"amor o control" per a projectar
- Projector



# Relacions que sumen, relacions que resten



## Desenvolupament:

- Dividirem el grup en subgrups de 3 o 4 persones.
- Lliurem a cada grup les targetes (vegeu annex II) amb frases que descriuen diferents comportaments o situacions en relacions de parella o amistat perquè cada grup les classifiqui en "relacions saludables" i "relacions no saludables".
- Els grups intercanvien les seues reflexions sobre la classificació que han fet de les situacions.
- La persona dinamitzadora fa una reflexió sobre la importància del respecte, la confiança i l'autonomia en les relacions.



# Per què s'espera això de mi?



## Desenvolupament:

- Lliurem a cada grup les targetes amb frases (vegeu annex III) que representen estereotips de gènere a Espanya i El Salvador i els demanem que reflexionen sobre:
  - Quin impacte té aquest estereotip en la vida de les persones?
  - Quines desigualtats o discriminacions pot reforçar?
  - Com pot afectar persones de diferents grups socials o culturals, incloent-hi realitats com les de les comunitats indígenes a El Salvador?
- Quan cada grup ha reflexionat, compartim la reflexió en un gran grup per a debatre com els estereotips de gènere afecten la vida de les persones, i limiten i condicionen les seues opcions i eleccions. Podem destacar com a El Salvador, a més dels estereotips tradicionals, hi ha contextos de violència estructural i cultural que aprofundeixen aquestes desigualtats, especialment per a dones en situacions de pobresa, desplaçament o violència de gènere.
- Per a acabar aquesta part de la sessió, cada participant aportarà una idea sobre com es poden desafiar els estereotips de gènere i promoure la igualtat i la llibertat d'elecció.



# Em cuida o controla?



## Desenvolupament:

- Iniciem l'activitat explicant que, en les relacions afectives, és fonamental aprendre diferenciar entre l'amor sa i l'amor controlador, i que no totes les manifestacions d'afecte que socialment percebem com a tal realment ho són. L'"amor sa" es basa en el respecte mutu, la confiança, la comunicació oberta i la llibertat de les persones. En una relació sana, cada persona pot ser ella mateixa, prendre decisions, expressar emocions i tindre el seu espai personal. Aquest tipus d'amor ajuda les persones a créixer juntes en parella i també a créixer individualment; no intenta dominar ni limitar cap de les parts. D'altra banda, l'amor controlador es dona quan una de les persones de la relació intenta controlar, vigilar, governar o limitar l'altra mitjançant la gelosia, retrets, xantatges, impositcions o amenaces. Aquest tipus de relació no respecta l'autonomia, les emocions ni l'espai de la persona controlada i pot escalar fins a convertir-se en violència.
- Després d'introduir l'activitat, projectarem diferents situacions que poden donar-se en una relació de parella perquè l'alumnat es posicione sobre si es tracta d'una de saludable o de perjudicial. Per a fer-ho, indicarem a l'alumnat que se situen, a la dreta de l'aula, les persones que consideren que es tracta d'una relació saludable i, a l'esquerra de l'aula, les persones que consideren que es tracta d'una relació perjudicial.
- Després de posicionar-se en relació amb cada situació, afavorirem un debat i una reflexió per a poder identificar senyals de control i què fer en aquests casos.

## Situacions per a projectar:

- M'agrada saber on estàs perquè m'importa la teua seguretat.
- La meua parella revisa el meu mòbil sense que jo li ho demane.
- Ens donem suport mútuament per a complir els nostres somnis personals.
- La meua parella s'enfada si parle amb altres persones, fins i tot amics o familiars.
- Ens respectem i escoltem quan tenim desacords.
- La meua parella decideix per mi quina roba he d'utilitzar perquè diu que així estic més guapa.
- Compartim les nostres activitats i cadascú té el seu espai personal.
- La meua parella m'amenaça de deixar-me si no faig el que vol.
- Ens cuidem i respectem els nostres temps i espais individuals.
- La meua parella controla quants diners gaste i no em permet comprar el que vull.
- Ens comuniquem sense por d'expressar allò que sentim.
- Em sent vigilat o assetjat per missatges constants de la meua parella.
- La meua parella m'anima a eixir amb amics i amigues.
- Si no faig el que la meua parella vol, em culpa o em fa sentir culpable.
- Ens ajudem a créixer com a persones i respectem les nostres diferències.

Pots [descarregar les diapositives](#) per a projectar ací.

# Llavors de canvi: el nostre compromís contra la violència de gènere



## Desenvolupament:

- Convidem cada participant a escriure una frase o compromís personal relacionat amb el que ha après sobre relacions, estereotips o violència de gènere. Pot ser un canvi que vol fer, una actitud a promoure, o un missatge per a altres persones. Es pot aprofitar per a recordar que la violència de gènere és un problema de caràcter global que afecta greument països com El Salvador, on les dones i les persones d'altres identitats de gènere pateixen alts índexs de violència i discriminació.
- Després, en cercle, qui vulga pot compartir la frase amb el grup.
- S'acaba la sessió agraint la participació i ressaltant la importància de la reflexió contínua i el suport mutu per a construir relacions sanes i respectuoses.



# SESSIÓ 3

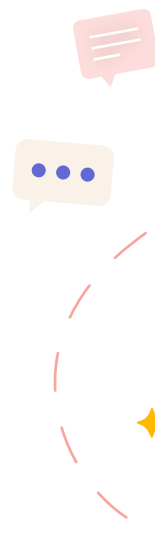
## Estimar- nos bé: claus per a relacions sanes



## Continguts teòrics de la sessió

### Educar per a transformar: el poder de previndre des de l'aula

L'educació és una de les eines més poderoses per a previndre la violència de gènere i revertir-ne les desigualtats. No només transmet coneixements, sinó que forma en valors com el respecte, la igualtat, l'empatia i la resolució pacífica de conflictes. Des d'edats primerenques, la coeducació promou oportunitats i expectatives iguals per a xiquetes, xiquets i persones d'identitats diverses, i qüestiona els estereotips i rols de gènere que perpetuen la discriminació.





En l'àmbit educatiu, les activitats que s'hi desenvolupen han de fomentar:


- + Pensament crític davant dels missatges sexistes presents als mitjans de comunicació, les xarxes socials i la publicitat.
- + Habilitats socioemocionals com ara la comunicació assertiva, la gestió de les emocions i l'empatia.
- + Models de convivència basats en la corresponsabilitat, la cooperació, la diversitat, la inclusió i la no-violència.

Una educació preventiva també implica la formació del professorat, la participació de les famílies i la coordinació amb la comunitat perquè el missatge d'igualtat siga coherent i constant per a l'alumnat.

## La igualtat com a dret: una mirada amb enfocament de gènere

La **perspectiva de gènere** és un enfocament que reconeix que les desigualtats entre dones i homes no són naturals, sinó el resultat de construccions socials i històriques. Aplicar aquesta perspectiva significa analitzar com les normes, els rols i les expectatives de gènere afecten de manera diferent dones, homes i persones d'identitats diverses, i com aquestes diferències generen desigualtat.

Relacionar aquest enfocament amb els **drets humans** implica:


- 
- \* Reconèixer que la igualtat de gènere és un dret fonamental protegit per normes internacionals (Declaració Universal dels Drets Humans, Convenció per a l'Eliminació de totes les Formes de Discriminació contra la Dona – CEDAW, Conveni d'Istanbul).
  - \* Comprendre que la violència de gènere és una violació dels drets humans que atempta contra la vida, la llibertat, la integritat física i psicològica i la dignitat de les persones.
  - \* Promoure polítiques i pràctiques que garantisquen la igualtat real i efectiva i eliminen barreres estructurals.

L'educació en drets humans amb perspectiva de gènere empodera les persones per a defensar els seus drets i respectar els drets de la resta, i també fomenta relacions lliures i equitatives.



## Recursos i suports a la Comunitat Valenciana

A la Comunitat Valenciana hi ha una xarxa de recursos públics i especialitzats per a previndre la violència de gènere, atendre les víctimes i promoure la igualtat.

- 
- + **Centres Dona 24 hores:** es tracta de centres d'atenció integral que ofereixen assistència psicològica, jurídica i social a dones víctimes de violència de gènere, les 24 hores del dia, tots els dies de l'any.
  - + **Telèfons d'atenció:**
    - 016: Informació i assessorament en matèria de violència de gènere (no deixa rastre al registre del mòbil ni a la factura).
    - 900 58 08 88: Telèfon de la Generalitat Valenciana per a l'atenció a dones víctimes de violència de gènere.
    - 112: Emergències
  - + **Oficines d'igualtat i centres municipals de serveis socials:** desenvolupen programes de prevenció, formació i suport en l'àmbit local.
  - + **Programes educatius de coeducació:** materials i tallers que promouen la igualtat i prevenen la violència, a disposició dels centres educatius.
  - + **Xarxa de cases d'acollida i pisos tutelats:** recursos residencials per a dones i xiquets, xiquetes i adolescents menors en situació de risc.



Conèixer i difondre aquests recursos és clau perquè les persones sàpiguen on anar i com ajudar els qui ho necessiten.

# SESSIÓ 3

## Activitades para el aula

En aquesta sessió reflexionarem sobre com construir relacions lliures de violència, desigualtat i exclusió, posant el focus en les eines de què disposem per a transformar el nostre entorn i cultivar relacions basades en la igualtat, el respecte i la inclusió.

### Objectius:

- Reconèixer senyals d'alerta (*red flags*) i senyals positius (*green flags*) en les relacions.
- Fomentar la participació activa en la construcció de relacions igualitàries, respectuoses i inclusives.
- Donar a conèixer els recursos existents a la Comunitat Valenciana per a la prevenció i atenció de la violència de gènere.
- Integrar aprenentatges i actituds positives amb compromís personal i grupal davant de situacions de violència.



### Materials:

- Pissarra
- Retoladors
- Targetes amb *red flags* i *green flags*
- Fitxa resum amb recursos de suport
- *Post-its*
- Projector
- Cartolines



# Red flags vs. green flags



20'

## Desenvolupament:



- Iniciem la sessió explicant que en les relacions (de parella o amistat) poden existir senyals o comportaments que indiquen que es tracta d'una relació poc saludable (*red flag*) i comportaments o senyals que demostrin cura i respecte a la relació (*green flag*). Aclarem que els senyals no són evidents al començament i que reconèixer-los pot ser clau per a previndre situacions de violència de gènere i promoure relacions igualitàries i de respecte.
- Dividirem el grup en subgrups de 3 a 5 persones i lliurarem a cada grup un joc de targetes (vegeu annex IV) amb *green flags* i *red flags* que hauran de llegir per a decidir a quina categoria les classifiquen. Hauran de justificar breument les seues decisions quan les exposen davant del gran grup.
- A la pissarra es col·locaran dues columnes (*green flags/red flags*) on els grups aniran col·locant les targetes que han treballat després de compartir en el gran grup la reflexió que hagen pogut fer.
- Per a acabar, comentarem si hi ha hagut targetes que han generat dubtes o desacord. A més, afavorirem la reflexió amb les preguntes:
  - Quines conseqüències té o podria tindre ignorar les *red flags*?
  - Com podem reforçar les *green flags* a les nostres relacions?
- Tancarem la dinàmica destacant que les relacions igualitàries i de respecte requereixen atenció, cura, comunicació i establir límits.

# Passem a l'acció... Què podem canviar?



## Desenvolupament:

- Expliquem que per a construir relacions lliures és important passar de la reflexió a l'acció, i que, per això, en aquesta activitat intentarem pensar en accions concretes que cada participant pugui fer al seu dia a dia per a promoure la igualtat i el respecte en el seu entorn més pròxim.
- Tornarem a treballar per subgrups com en l'activitat anterior i cada equip rebrà una cartolina en la qual haurà de recollir propostes d'acció concretes que contribueixen a construir relacions igualitàries. Algunes preguntes que poden orientar la feina serien:
  - Què podem fer per a fomentar el respecte i la igualtat a la nostra aula? I al centre educatiu?
  - Com podem donar suport a algú que sabem que està vivint una situació de violència o desigualtat?
  - Com podem utilitzar les xarxes socials per a transmetre i promoure missatges positius i respectuosos?
  - Què podem fer per a donar a conèixer la realitat salvadorenca en relació amb allò que s'ha treballat en les sessions anteriors?
- Cada grup escriurà les seues propostes a la cartolina per a, després, poder-les compartir en gran grup. Motivarem els grups a ser creatius i pràctics, pensant en accions que puguin fer quotidianament.
- Podem proposar que el grup seleccione tres propostes o compromisos que considere que poden dur a terme per a assumir-los com a grup.



# On demanar ajuda?



## Desenvolupament:

- Exposarem al grup l'existència dels recursos als quals es poden adreçar en cas de necessitar ajuda o de detectar una situació de violència i lliurarem el material divulgatiu (vegeu l'annex V) amb la informació dels recursos. Resoldrem els dubtes que puguin sorgir: confidencialitat, passos a seguir per a demanar ajuda, on dirigir-se...
- Reforçarem entre l'alumnat la idea que buscar suport és un acte de cura personal i comunitari i que, en cas de necessitat, poden comptar, també, amb l'equip educatiu del centre.



# Termòmetre de sensacions i aprenentatges

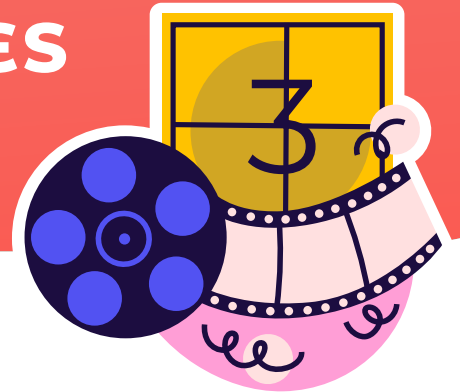


## Desenvolupament:

- Dibuixarem o projectarem un gran termòmetre a la pissarra i explicarem que el termòmetre representa quant han après o en quina mesura han sigut útils els continguts que s'han treballat en aquesta sessió i les anteriors.
- Cada participant rebrà un *post-it* on haurà d'escriure una paraula, una frase curta o fer un dibuix que resumisca la seua sensació sobre els continguts treballats a les sessions.
- A continuació, cada participant col·locarà el seu *post-it* al termòmetre i podrà explicar, voluntàriament, per què l'ha col·locat a la posició que haja triat.
- Acabarem la sessió amb una reflexió grupal en què s'esmentarà la importància del camí d'aprenentatge recorregut per a saber més sobre la violència de gènere, el seu origen, les seues manifestacions i, sobretot, les vies amb què comptem per a poder construir relacions lliures i basades en el respecte com a compromís amb nosaltres mateixos.



# REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES



Ahmed, S. (2017). *Vivir una vida feminista*. Bellaterra.

Butler, J. (2021). *La fuerza de la no violencia: Ética en lo político*. Paidós.

Consell d'Europa. (2011). *Convenio de Estambul sobre prevención y lucha contra la violencia contra la mujer y la violencia doméstica*. Recuperat de <https://www.coe.int/en/web/istanbul-convention>


Conselleria d'Educació, Cultura i Esport. (s. d.). *Guia de masculinitats igualitàries*. Generalitat Valenciana. Recuperat de [https://ceice.gva.es/documents/169149987/172590358/Guia\\_de\\_masculinitats\\_igualitaries.pdf](https://ceice.gva.es/documents/169149987/172590358/Guia_de_masculinitats_igualitaries.pdf)

Conselleria d'Educació, Cultura i Esport. (s. d.). *Guia d'ús del llenguatge igualitari*. Generalitat Valenciana. Recuperat de <https://ceice.gva.es/documents/169149987/172138662/Guia+d%27%C3%BAs+del+llenguatge+igualitari.pdf/cc6b766f-564e-4c05-8d6b-d82b2ba8af5b?t=1605880005603>

Conselleria d'Educació, Cultura i Esport. (s. d.). *Guia de patis coeducatius*. Generalitat Valenciana. Recuperat de [https://ceice.gva.es/documents/169149987/172590358/Guia\\_de\\_patis\\_coeducatius.pdf](https://ceice.gva.es/documents/169149987/172590358/Guia_de_patis_coeducatius.pdf)

Conselleria d'Igualtat i Polítiques Inclusives. (s. d.). *Pacte Valencià contra la Violència de Gènere i Masclista*. Generalitat Valenciana. Recuperat de [https://serviciosociales.gva.es/documents/376986854/389693147/pacto\\_valenciano\\_CAS.pdf/a7b619d5-679b-0c89-b5a7-402524734121?t=1738580984959](https://serviciosociales.gva.es/documents/376986854/389693147/pacto_valenciano_CAS.pdf/a7b619d5-679b-0c89-b5a7-402524734121?t=1738580984959)

Conselleria d'Igualtat i Polítiques Inclusives. (s. d.). *Recursos de la Generalitat Valenciana per a la prevenció i atenció de la violència de gènere*. Generalitat Valenciana. Recuperat de [https://serviciosociales.gva.es/documents/376986854/390232849/Recursos+GVA+Descarga+9\\_4\\_25.pdf/7f2641b9-b60a-51a5-4006-977b8670da78?t=1744791879061](https://serviciosociales.gva.es/documents/376986854/390232849/Recursos+GVA+Descarga+9_4_25.pdf/7f2641b9-b60a-51a5-4006-977b8670da78?t=1744791879061)


Crenshaw, K. (1991). *Cartografiando los márgenes: Interseccionalidad, políticas identitarias y violencia contra las mujeres de color*. Recuperat de <https://www.uncuyo.edu.ar/transparencia/upload/crenshaw-kimberle-cartografiando-los-margenes-1.pdf> 

Federici, S. (2013). *Revolución en punto cero: Trabajo doméstico, reproducción y luchas feministas*. Traficantes de Sueños.

Hooks, B. (2017). *El feminismo es para todo el mundo*. Traficantes de Sueños.

Instituto de la Mujer y para la Igualdad de Oportunidades. (2020). *Guía para la incorporación de la perspectiva de género en la educación*. Ministeri d'Igualtat.

Lagarde y de los Ríos, M. (2006). *Los cautiverios de las mujeres: Madresposas, monjas, putas, presas y locas*. Universidad Nacional Autónoma de México.

Nacions Unides. (1979). *Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW)*. Recuperat de <https://www.un.org/womenwatch/daw/cedaw> 

Segato, R. L. (2016). *La guerra contra las mujeres*. Traficantes de Sueños.



# Annexos



## **Annex I: Veus i realitats: anàlisi de Cass de violència de gènere**

### **CAS 1: María (17 anys, zona urbana)**

María és una jove mestissa que viu a San Salvador i manté una relació amb Carlos des de fa un any. Al principi, Carlos es mostrava molt atent, però amb el temps el seu comportament ha anat canviant.

Carlos li envia missatges constantment a través del mòbil i les xarxes socials, i li exigeix fotos per a “saber on està i amb qui”. Si María tarda a respondre, ell s’enfada, li demana explicacions i li diu que sospita que l’enganya.

A més, Carlos li revisa l’historial de missatges i telefonades sense permís i li demana les contrasenyes de les seues xarxes socials “perquè no hi haja secrets”. Si María es nega, l’acusa d’amagar alguna cosa.

María se sent ansiosa i té por d’apagar el mòbil. Ha deixat d’eixir amb amigues perquè li fa por que Carlos es moleste. Tot i que estudia en una escola privada, sent que no té suport per a identificar si això és normal o no.

### **CAS 2: Ana (35 anys, dona indígena, zona semiurbana)**

Ana pertany a la comunitat indígena nahua–pipil i treballa en una botiga per a contribuir al suport de la llar. Tot i això, el seu marit controla tots els diners. Encara que ella guanya el seu salari, ell administra les despeses i decideix en què s’utilitza.

Cada vegada que Ana vol comprar alguna cosa per a ella o per a la casa, el seu marit li diu que “no cal” o que està malbaratant els diners. Li exigeix rendir comptes de cada despesa i no li permet disposar lliurement dels seus diners.

Ana, a més, enfronta discriminació a la seua comunitat per intentar ser independent, ja que alguns veïns creuen que “una dona indígena ha d’obeir el seu marit”. A poc a poc, ha anat perdent confiança en si mateixa, perquè el seu marit i el seu entorn reforcen la idea que no pot prendre decisions pel seu compte.

### **CAS 3:**

#### **Carla (24 anys, dona lesbiana, zona urbana)**

Carla treballa en una empresa on el seu superior fa comentaris sexistes davant de tot el món: crítica la seua roba, fa insinuacions sobre la seua vida personal i burles que la fan sentir incòmoda.

Quan s'assabenten que la parella de Carla és una dona, els comentaris augmenten: el seu superior li diu frases com "et fa falta un home de veritat", i altres companys la ridiculitzen amb bromes homofòbiques.

Quan Carla diu al seu superior que aquestes bromes li molesten, ell respon que "no siga delicada" i que si no li agrada, pot renunciar-hi. Carla té por de denunciar perquè no vol perdre la faena i perquè creu que ningú la creurà. Això li genera ansietat i desmotivació, i afecta el seu rendiment laboral.

### **CAS 4:**

#### **Daniela (16 anys, zona urbana)**

Daniela manté una relació amb Jonathan, un xic de 18 anys. A l'inici, ell era afectuós, però ara controla la seua forma de vestir, li prohibeix utilitzar maquillatge i li exigeix eliminar amics homes de les seues xarxes socials.

Jonathan li revisa mòbil, li demana les contrasenyes i s'enfada si no respon de seguida als seus missatges. Si Daniela no li envia fotos quan ix, ell li telefona diverses vegades i l'acusa de no estimar-lo.

Daniela ha deixat d'eixir amb amigues i ha canviat la forma de vestir per a evitar problemes. A més, sent que no pot parlar amb ningú perquè la seua mare treballa tot el dia com a empleada domèstica i depèn econòmicament de la família del seu xic. Encara que se sent incòmoda, creu que tot és part de "l'amor verdader".

### **CAS 5:**

#### **Lucía (15 anys, zona rural, discapacitat auditiva)**

Lucía viu en una comunitat rural i té una relació amb Miquel, de 19 anys. Ell li diu que una “dona decent” no ha d’eixir amb amigues ni estudiar, perquè “el seu lloc és a casa”.

Miquel insisteix que deixi l’escola i aprengui a fer les tasques de casa, perquè “prompte serà la seua dona”. A més, s’aprofita que Lucía té una discapacitat auditiva per a aïllar-la: li prohibeix utilitzar el mòbil per a comunicar-se amb amigues i l’acusa de faltar-li al respecte quan parla amb altres homes.

A Lucía li fa por que els seus pares l’obliguen a casar-se amb Miquel per a “protegir l’honor familiar”, encara que ella vulga continuar estudiant. No sap com deixar la relació sense que afecte la seua reputació ni el seu futur.

## Annex II: Relacions que sumen, relacions que resten

Escolta i respecta les opinions, encara que no sempre coincideixen.

Celebra els teus assoliments i et dona suport en els reptes.

Pots passar temps amb les teues amistats i família sense problemes.

Confia en tu i no revisa els teus dispositius sense permís.

Respecta els espais i temps personals.

Expresses les teues emocions sense por de ser jutjada.

Resol els desacords dialogant, sense crits ni insults.

T'anima a complir les teues metes i projectes personals.

S'enfada si passes temps amb la teua família o amistats.

Revisa el teu mòbil o xarxes socials sense el teu consentiment.

T'insulta o fa comentaris feridors, fins i tot de broma.

T'amenaça de deixar-te o fer-te mal si no fas el que vol.

Controla els diners que guanyes i decideix en què els pots gastar.

Minimitza els teus problemes o diu que exageres quan expresses malestar.

Critica o ridiculitza la teua manera de vestir o el teu aspecte físic.

Exigeix saber on i amb qui estàs en tot moment.

## Annex III:

### Per què s'espera això de mi?

Les dones són millors  
per a cuidar els fills i la  
llar.

Les xiquetes han de ser  
educades, submises i  
obedients.

Les dones han d'evitar  
vestir roba provocativa.

Els homes han de ser  
forts i dominants en la  
família.

Una dona que no es  
casa o no té fills està  
"incompleta".

Els xics no han de plorar  
ni mostrar les seues  
emocions.

Els homes han de ser  
els principals proveïdors  
econòmics.

Una bona dona ha de  
casar-se jove i tindre  
fills prompte.

Les dones indígenes  
han de respectar les  
tradicions, encara que  
limiten els seus drets.

Les dones han de cuidar  
a la família mentre els  
homes treballen fora.

## **Annex IV:** **Red flags VS Green flags**

Revisa el teu mòbil o xarxes socials sense el teu permís.

S'enfada si passes temps amb amistats o família.

Critica constantment la teua aparença o la teua roba.

Et fa sentir culpable per expressar la teua opinió.

T'envia missatges constantment per a saber on estàs.

Ridiculitza els teus interessos, gustos o opinions.

T'amenaça amb deixar-te si no fas el que vol.

Pren decisions importants sense consultar-te.

Minimitza les teues emocions o diu que exageres.

T'aïlla de les teues amistats o la teua família.

Comparteix  
responsabilitats i  
tasques de manera  
equitativa.

Parla de manera oberta  
i sense insults en els  
desacords.

Dona suport a la teua  
autonomia.

T'anima a mantindre  
les teues amistats i  
vincles familiars.

Reconeix els seus  
errors i està disposat a  
millorar.

Escolta i valida els teus  
sentiments.

Accepta i respecta  
els teus límits físics i  
emocionals.

Intenta buscar acords  
quan no esteu d'acord.

S'alegra genuïnament  
dels teus èxits.

Et motiva a  
desenvolupar-te  
personalment i  
professionalment.



Controla amb  
qui parles o a qui  
segueixes en xarxes.

T'impedeix participar  
en activitats que  
t'agraden.

Justifica  
comportaments  
agressius dient que és  
pel teu bé.

Usa xantatge  
emocional per a  
aconseguir el que vol.

Desqualifica persones  
que formen part del teu  
entorn

Respecta les teues  
opinions, fins i tot si no  
està d'acord.

Celebra els teus  
assoliments i dona  
suport als teus  
projectes.

Escolta i valora les  
teues opinions.

Respecta el teu espai i  
el teu temps personal.

Confia en tu i no  
necessita controlar-te.

## Annex V: On demanar ajuda?

Pateixes violència de gènere o coneixes a algú que la patisca?

**016**

Telèfon contra el maltractament. No deixa rastre en el registre de trucades del mòbil ni en la factura

**600 000 016**

Whatsapp contra el maltractament

**112**

Emergències

**900 580 888**

Telèfon de la Generalitat Valenciana per a dones víctimes

**900 22 00 22**

Atenció integral a mates d'agressió sexual

**Centres Dona 24 hores**

C/ Guàrdia Civil, 21. València  
C/Major, 2. Castelló  
C/García Andreu, 12, Alacant

**Hi ha xarxes de suport i persones disposades a ajudar-te**

# Créditos

Aquesta guia i els seus continguts han estat realitzats amb el suport financer de la Vicepresidència Primera i la Conselleria de Serveis Socials, Igualtat i Habitatge. El contingut dels mateixos és responsabilitat exclusiva de Fad Juventud i no reflecteix necessàriament l'opinió de la Generalitat Valenciana.

## **AUTORIA DELS TEXTOS:**

Eugenia Torres Polito, Asociación Intercultural Candombe.

## **COORDINACIÓ:**

Mar Herranz Mateos – Fad Juventud.  
Esther Pérez Palao – Fad Juventud.

## **TRADUCCIÓ AL VALENCIÀ:**

Manuel Gil Fernández.

## **CORRECCIÓ DE TEXTOS:**

Susanna Ligeró Tormo.

## **DISSENY I MAQUETACIÓ:**

Dynamium.

## **FINANÇAT PER:**



Un projecte de la Fundació  
Fad Juventud, 2025.

