

Setem

¿Consumimos

VIOLENCIA?

FASE II

Guía pedagógica para la reflexión y facilitación de talleres  
para un consumo libre de violencias machistas



**Edición 2020.**

**Sistematización y Redacción:**

Altekio, iniciativas hacia la sostenibilidad.

**Edición:**

SETEM Hego Haizea.

**Diseño y maquetación:**

Altekio, iniciativas hacia la sostenibilidad.

Puede encontrar esta investigación en formato digital en [www.setem.org/euskadi](http://www.setem.org/euskadi)

Este trabajo se encuentra bajo la licencia Creative Commons: CC BY-NC-SA (Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual)  
Esta licencia permite a otros entremezclar, ajustar y construir a partir de su obra con fines no comerciales, siempre y cuando le reconozcan la autoría y sus nuevas creaciones estén bajo una licencia con los mismos términos.

Esta publicación ha sido elaborada con el apoyo económico de la Agencia Vasca de Cooperación para el Desarrollo, la Diputación Foral de Araba, Diputación Foral de Bizkaia, Diputación Foral de Gipuzkoa y Ayuntamiento de Donostia. El contenido de este documento es responsabilidad exclusiva de SETEM Hego Haizea.

Con apoyo de:



# ÍNDICE

<b>1. ¿CÓMO SABER SI ESTA GUÍA TE INTERESA? ¿QUÉ OBJETIVOS TIENE?</b> .....	<b>4</b>
<b>2. ¿DE DÓNDE SURGE ESTA GUÍA? ¿DE DÓNDE VIENE?</b> .....	<b>4</b>
<b>3. ¿QUÉ TE VAS A ENCONTRAR EN ELLA?</b> .....	<b>5</b>
<b>4. ¿CÓMO ESTÁ ORGANIZADA? LOS TRES PODERES Y LOS ÁMBITOS DE ESTUDIO</b> .....	<b>5</b>
<b>5. ¿CÓMO PONER EN MARCHA UN TALLER SOBRE VIOLENCIAS MACHISTAS Y CONSUMOS?</b> .....	<b>7</b>
5.1 Estructura de los talleres .....	7
5.2 Algunos aspectos importantes para tener en cuenta durante todo el taller .....	7
5.3 Apertura de los talleres. ¿Por dónde empezamos? Una reflexión previa .....	9
5.4 Desarrollo de los talleres .....	13
5.5 Fase de cierre. ¿Cuáles son los siguientes pasos? Una reflexión final .....	20
<b>6. OTROS RECURSOS ÚTILES</b> .....	<b>22</b>
<b>7. ¿CÓMO HEMOS CONSTRUIDO ESTA GUÍA? ¿QUÉ PROCESO HEMOS SEGUIDO?</b> .....	<b>23</b>
<b>8. AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>25</b>
<b>9. ANEXOS</b> .....	<b>26</b>

# 1. ¿CÓMO SABER SI ESTA GUÍA TE INTERESA? ¿QUÉ OBJETIVOS TIENE?

Esta guía puede resultarte útil si:

- Estás interesada<sup>1</sup> en las economías transformadoras y el consumo consciente, crítico, responsable y transformador (CCRT) desde una mirada feminista.
- Quieres conocer más acerca de la relación entre las violencias machistas y los consumos (tanto el consumo capitalista, como el potencial de cambio en relación a los feminismos que tiene el CCRT).
- Eres formadora o educadora y quieres trabajar acerca de las violencias machistas y el consumo en tus propuestas formativas.
- Participas en grupos, asociaciones, organizaciones, entidades, etc. y quieres proponer un taller para introducir y/ o profundizar en este tema.
- Eres feminista y quieres profundizar en cómo las perspectivas feministas se pueden aplicar a todos los ámbitos de la vida, incluido el consumo.

Los objetivos que tiene son los siguientes:

- Servir de documento de referencia a las personas/entidades/organizaciones interesadas en trabajar, de una forma práctica y concreta, las violencias machistas y el consumo en los ámbitos de las series de ciencia ficción, los teléfonos móviles y el consumo energético.
- Generar una reflexión conjunta en torno a la relación entre las violencias machistas y los consumos.
- Facilitar y guiar la puesta en marcha y el desarrollo de talleres grupales que permitan profundizar y explorar la relación entre las violencias machistas y los consumos.

<sup>1</sup> Queremos escribir este documento en lenguaje no sexista, para el cual se ha buscado el uso de términos inclusivos y la aplicación del femenino del plural en referencia a las personas.

# 2. ¿DE DÓNDE SURGE ESTA GUÍA? ¿DE DÓNDE VIENE?

En 2016, SETEM publica el informe “¿Consumimos violencia?”<sup>1</sup>, en el que se comprueba de qué manera se interrelacionan las violencias machistas con el consumo convencional. Este trabajo pone de manifiesto las violencias machistas que surgen en el consumo de productos domésticos, de estética y en la movilidad urbana.

Fruto de este proceso se elaboraron diversos materiales de apoyo a la aplicación de este informe, a continuación mencionaremos algunos de ellos. Se formuló la *guía didáctica ¿Consumimos violencia?*<sup>2</sup> Es una guía para la reflexión para un consumo libre de violencias machistas, que aporta, mediante una batería de preguntas y respuestas, claves para generar alternativas de consumo generadoras de igualdad.

También basado en el informe “¿Consumimos violencia?”, en 2018 se estrena el documental “Fabricando Mujeres”<sup>3</sup>. Este trata de una mujer que en su taller, ha creado un espacio subversivo desde el que combatir los estereotipos del modelo de mujer que se exporta desde La Fábrica de Mujeres. Para esto cuenta con una amplia red de personas colaboradoras con las que comparte inquietudes y lucha.



<sup>1</sup> Primer informe “¿Consumimos violencia?”: [www.setem.org/setem ftp/euskadi/consumimosviolencia\\_estudio.pdf](http://www.setem.org/setem ftp/euskadi/consumimosviolencia_estudio.pdf)

<sup>2</sup> Guía didáctica ¿Consumimos violencia?: [www.setem.org/setem ftp/euskadi/consumimosviolencia\\_guia.pdf](http://www.setem.org/setem ftp/euskadi/consumimosviolencia_guia.pdf)

<sup>3</sup> Documental “Fabricando mujeres”: <http://www.fabricandomujeres.org/>

En 2019, SETEM elabora un segundo informe, llamado “**¿Consumimos violencia? Fase II**”, para seguir investigando y profundizando en la relación entre las violencias machistas y los consumos en tres nuevos ámbitos: **series de ficción, consumo energético en los hogares y uso de móviles**. Los resultados de este informe pueden consultarse <http://www.setem.org/setem FTP/euskadi/ConsumimosViolenciaII.pdf>. A partir de este informe, y para facilitar su comprensión y generar reflexión y diálogo en torno a él, se elabora esta guía pedagógica.

### 3. ¿QUÉ TE VAS A ENCONTRAR EN ELLA?

En esta guía vas a encontrar información esencial para **entender las relaciones que existen entre las violencias machistas y los consumos** que realizamos en tres ámbitos en concreto:



Series de ficción



Consumo energético en los hogares



Teléfonos móviles

La guía también incluye el **desarrollo de dinámicas grupales** que, partiendo de la reflexión y de la realidad presente en cada territorio, comunidad y/o entidad, permitan profundizar en los tres ámbitos de estudio mediante la realización de **talleres**. Los talleres están organizados en tres momentos:

**1) Fase de apertura del taller:** cohesión grupal, marco teórico sobre violencias machistas y consumo, etc.

**2) Fase específica:** variará dependiendo de si se quieren trabajar un ámbito, dos o los tres.

**3) Fase de cierre del taller:** cómo trabajar los tres poderes, próximos pasos, cómo nos organizamos, y cierre del taller.

Por último, forma parte de esta guía un **video pedagógico** que incluye los pasos necesarios para desarrollar un taller grupal de teatro, en el que, a partir de los ámbitos de estudio, poder desarrollar escenas concretas sobre ellos, teatralizarlas y representarlas.

Finalmente la guía cierra con un **Glosario de Términos** y palabras clave relacionadas con las violencias machistas y los consumos, para facilitar la comprensión de la terminología utilizada en la guía.

### 4. ¿CÓMO ESTÁ ORGANIZADA? LOS TRES PODERES Y LOS ÁMBITOS DE ESTUDIO.

La guía, por una parte, tiene en cuenta los tres niveles de poder en los que debemos incidir y desde los que es importante actuar para avanzar hacia un modelo de CCRT feminista y , por otra parte, aborda tres ámbitos concretos de trabajo<sup>1</sup> : series de ficción, uso de teléfonos móviles y consumo energético en los hogares.

<sup>1</sup> En el informe “ ¿Consumimos violencia?”, se incluyen otros cuatro ámbitos de consumo estudiados que son: estética, alimentación, movilidad y productos del hogar.

#### 4.1 Los tres poderes<sup>1</sup> :

- *El poder del cambio personal:* qué decisiones y actuaciones podemos llevar a cabo desde lo personal para consumir de forma más crítica, responsable, sostenible y que sirva como herramienta de transformación.
- *El poder de la fuerza colectiva:* cómo nos articulamos colectivamente para generar otro modelo de consumo respetuoso con la vida humana y el planeta.
- *El poder de cambiar las reglas del juego:* cuáles son las responsabilidades políticas y económicas a la hora de modificar las estructuras sobre las cuáles se asienta y descansa el sistema capitalista y patriarcal.

#### 4.2 Los tres ámbitos de estudio del segundo informe<sup>2</sup>:



*Series de ficción:* analiza las series de ficción que se consumen mayoritariamente y cómo, según perfil de población. Se analiza también contenidos que promueven y el impacto que tienen en la construcción de la identidad individual y colectiva desde una perspectiva de género y de diversidad sexual.



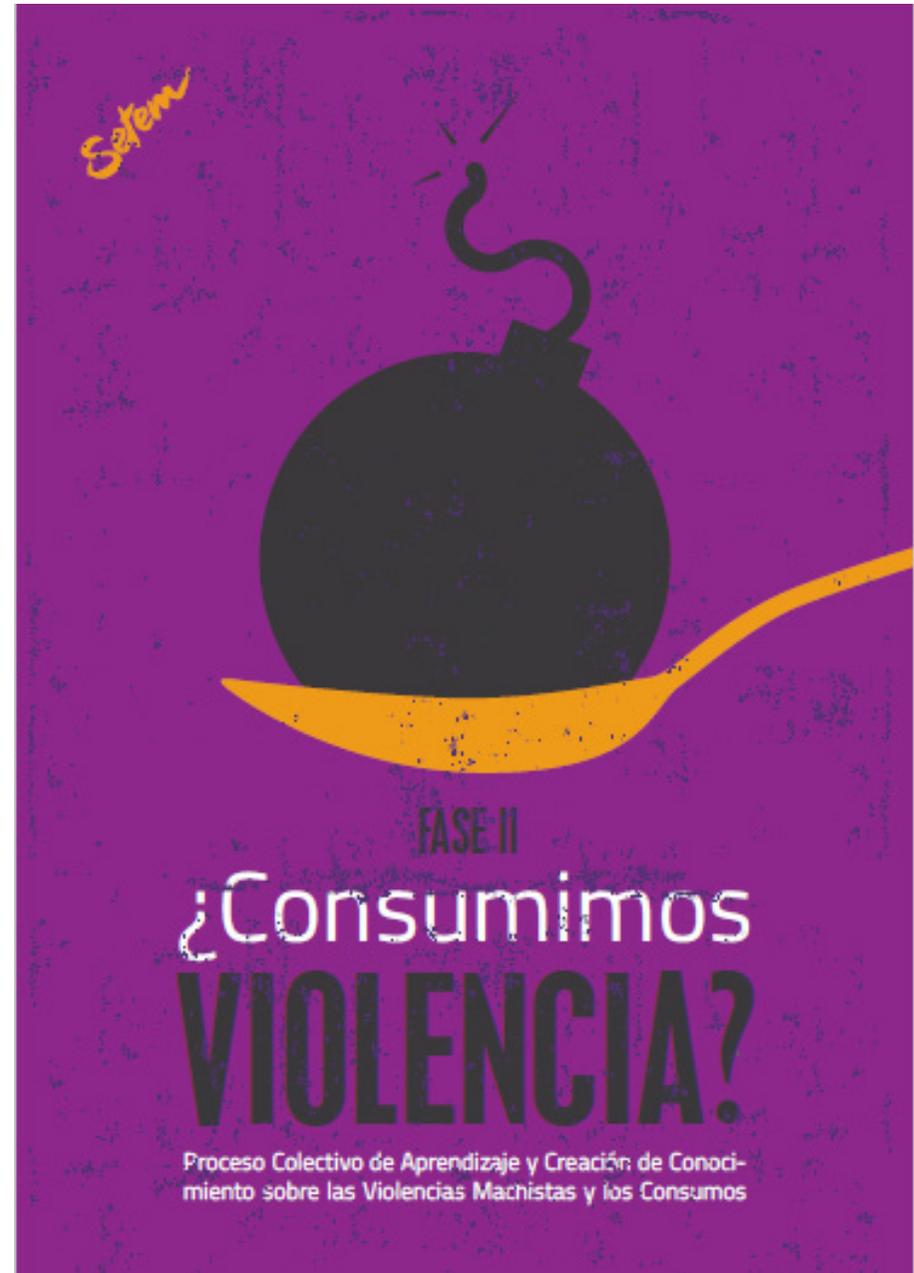
*Consumo energético en los hogares:* analizar el acceso y el uso de la energía denunciando que el actual modelo de consumo energético es profundamente desigual y genera violencias.



*Uso de teléfonos móviles:* analiza el uso que hacemos del mismo, preguntándonos cómo lo utilizamos, para qué y qué impactos tiene en nuestra vida.

<sup>1</sup> Esta forma de enmarcar los tres poderes en el consumo procede de la revista Opciones, especializada en consumo consciente y transformador.

<sup>2</sup> [http://www.setem.org/setem\\_ftp/euskadi/ConsumimosViolenciall.pdf](http://www.setem.org/setem_ftp/euskadi/ConsumimosViolenciall.pdf)



Puedes descargar el segundo informe “Consumimos violencia? Fase II” en [http://www.setem.org/setem\\_ftp/euskadi/ConsumimosViolenciall.pdf](http://www.setem.org/setem_ftp/euskadi/ConsumimosViolenciall.pdf)

# 5. ¿CÓMO PONER EN MARCHA UN TALLER SOBRE VIOLENCIAS MACHISTAS Y CONSUMOS?

## 5.1 Estructura de los talleres

A continuación se muestra, paso a paso, una guía para facilitar el desarrollo de un taller que permita trabajar la relación entre violencias machistas y consumos en los ámbitos de las series de televisión, el consumo energético y los teléfonos móviles. Cualquier persona interesada en facilitar un taller sobre estas temáticas puede armar un programa adecuándolo a las necesidades del grupo, utilizando las dinámicas a continuación. Las actividades están dirigidas a público adulto.

Se propone estructurar el taller en tres fases primordiales:

**Fase 1:** Apertura del taller

**Fase 2:** Desarrollo del taller

(en función del ámbito/s que se vayan a trabajar)

**Fase 3:** Cierre del taller

Se desarrollará cada fase de forma particular, con ejemplos de dinámicas y actividades que las personas facilitadoras del taller pueden utilizar.

**IMPORTANTE:** Las dinámicas son sólo propuestas, que podrán modificarse y adaptarse a las necesidades y particularidades de cada grupo. Asimismo, los tiempos son una aproximación. La persona facilitadora puede agregar nuevas dinámicas, cambiarlas, adaptarlas según crea conveniente.

**Materiales que se pueden requerir para el taller:**

- Folios u hojas blancas para escribir, dibujar
- Rotuladores o marcadores
- Bolígrafos o lapiceras
- Pizarra y tizas o rotuladores de pizarra
- Proyector
- Materiales para collage (recortes, revistas, materiales reciclados, etc.)

## 5.2 Algunos aspectos importantes para tener en cuenta durante todo el taller

Se recomienda utilizar una sala o aula amplia, y generar un **círculo de sillas** con la cantidad de personas que asistan al taller. Tener siempre alguna silla extra por si se suman más personas. El círculo es un formato ideal para este tipo de talleres participativos, donde la persona facilitadora es una persona más dentro del círculo, que apoya al grupo para explorar y avanzar en el proceso. Todas las personas pueden verse a los ojos, y ninguna tiene un lugar prioritario. El centro del círculo es el espacio común, donde todas las personas van aportando y construyendo juntas.

## Algunas funciones importantes de la/s persona/s que facilite/n el taller



### **Cuidar la participación de todas las personas.**

Que todas las personas puedan dar su opinión, y que se regule cuando hay algunas que deseen hablar mucho, y otras que no lo hagan. La persona facilitadora puede cuidar esto llevando un turno de palabras, y apoyar a participar preguntando a aquellas personas que no lo hacen, por ejemplo: “¿Quisieras contarnos qué piensas sobre lo que se está hablando? No hemos tenido la oportunidad de escucharte mucho y como grupo nos encantaría”



### **Cuidar el tiempo.**

Este es uno de las cuestiones principales en los talleres, para que podamos cumplir con todas las actividades planeadas y llegar a dar un cierre que tenga sentido para afianzar lo aprendido. Para ello, es importante que la persona facilitadora lleve un control del tiempo, y pueda considerar que si en momentos alguna dinámica ha llevado más, pueda quitarse un poco de otro espacio.



### **Generar un espacio seguro y de confianza.**

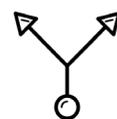
Este taller va a tratar sobre temas que suelen ser muy delicados, puede que haya personas que conecten con experiencias o recuerdos dolorosos, y necesitamos generar un espacio seguro para que puedan sentirse más abiertas a compartir, o no, según lo deseen. Es muy importante dejar en claro que las personas pueden compartir y llegar hasta donde quieran, que es importante tener en cuenta el “autocuidado” – es decir, cuidarse personalmente sobre las cosas que vamos a hablar y compartir, si necesito salir un momento para estar conmigo misma, ir al baño, etc. Cada persona tiene la libertad de hacerlo, ya que cada una es quien mejor sabe qué necesita.

Además, como facilitadoras del taller podemos generar un espacio seguro: reconociendo nuestros errores y pidiendo perdón si hemos causado daño, interrumpiendo ataques entre personas, tener y sentir confianza en el grupo, y nunca abandonarlo.



### **Preparar bien el programa del taller, y luego estar lista para adaptarlo y hacerle las modificaciones necesarias a lo que el grupo requiera.**

Para que el taller salga bien es necesario preparar detenidamente qué es lo que se quiere realizar, dinámica por dinámica, teniendo en cuentas las personas que pueden asistir, qué necesidades puedan tener, y de qué forma podrían tener la mejor propuesta de aprendizaje juntas. Llevar un plan bien detallado va a darle a la persona facilitadora seguridad a la hora de ofrecer el taller. Sin embargo, es muy importante también tener en cuenta que aunque se haya realizado un plan exhaustivo, será imprescindible adaptarse luego a lo que el grupo necesite en el momento. Por ejemplo, puede ser que una dinámica requiera más tiempo que el planeado porque el grupo tiene mucho interés en ese tema. Puede ser que no hayamos tenido en cuenta alguna necesidad de alguna persona y que necesitemos modificar la actividad, etc. Para ello, tenemos que estar dispuestas a cambiar y adaptar según fuere necesario.



### **Cuidar las desviaciones de tema o interrupciones.**

Muchas veces en los grupos sucede que comenzamos a tratar un tema, y lentamente se va desviando ese tópico hacia otros relacionados, pero que pueden no ser interesantes tratar en ese momento. Por lo que la función de la persona facilitadora es traer al grupo nuevamente al tema en cuestión. De la misma forma, en caso de interferencias o interrupciones, traer al grupo nuevamente a la dinámica del taller.

Fuente: Altekio, iniciativas hacia la sostenibilidad

## 5.3 Apertura de los talleres. ¿Por dónde empezamos? Una reflexión previa.

o Dependiendo del tamaño del grupo así como de la disponibilidad de tiempo que tengamos para el taller, podremos **trabajar un ámbito, dos o los tres.**

o Como orientación general, para trabajar un ámbito en profundidad se deberá disponer de **mínimo 3 horas- 3,5 horas para desarrollar el taller.**

o Al iniciar un taller, lo primero es **dar la bienvenida** agradeciendo la asistencia de las personas, y **contar el programa del taller**, mencionando la duración, y si hay algún descanso. Presentarse como persona/s que va/n a facilitar el taller (nombre, entidad, etc.). También es importante presentar el tema: Violencias machistas y consumos.

o A continuación, proponemos generar un espacio de **presentación entre las personas asistentes.**

### Dinámicas de presentación

#### Si el grupo se conoce (30 minutos)

Sentadas en círculo, las personas individualmente reflexionan sobre la relación entre consumo y violencia machista: (5 minutos)

- ¿De qué forma se relacionan las violencias machistas y el consumo?
- ¿Por qué es importante reflexionar juntas sobre esto y tomar mayor conciencia al respecto?
- ¿Qué ejemplos de mi vida cotidiana puedo encontrar donde se manifieste la relación entre violencias machistas y consumo?

Hacer una ronda de inicio y compartir cada persona alguna reflexión sobre este tema. (25 minutos)

#### Si el grupo no se conoce (50 minutos)

- De pie, las personas caminan por el espacio libremente, saludándose con la mirada cuando se cruzan con alguien.

- Cuando la persona facilitadora dice “*Ahora*”, buscan una persona que se encuentre más próxima, y se colocan en parejas (puede haber algún grupo de 3). En esta primera ronda, presentarse a la otra persona: nombre, localidad, por qué estoy aquí. Y luego reflexionar juntas: ¿De qué forma se relacionan las violencias machistas y el consumo? 15 minutos para compartir, para que ambas personas puedan dar su punto de vista.

- Al terminar el tiempo, la persona facilitadora avisa al grupo, y las parejas se despiden amistosamente. Cada persona vuelve a caminar libremente por el espacio, y cuando la facilitadora dice “*Ahora*”, vuelven a reunirse en parejas una otra persona diferente. Se presentan nuevamente, y ahora compartirán sus ideas y opiniones sobre la siguiente pregunta: ¿Por qué es importante reflexionar juntas sobre esto y tomar mayor conciencia al respecto? Nos tomamos 10 minutos para que ambas personas compartan.

- Terminado el tiempo, volvemos a andar libremente por el espacio, y a una tercera vez que la facilitadora dice “*Ahora*”, nos colocamos con otra persona diferente para compartir: ¿Qué ejemplos de la vida cotidiana puedo encontrar donde se manifieste la relación entre violencias machistas y consumo? Nos tomamos 10 minutos para que ambas personas compartan.

- Al finalizar, hacemos un círculo y cada persona se presenta con su nombre, (lugar,) y algo relevante con lo que se haya quedado de las conversaciones que ha tenido anteriormente (sin nombrar a las personas). 15 minutos

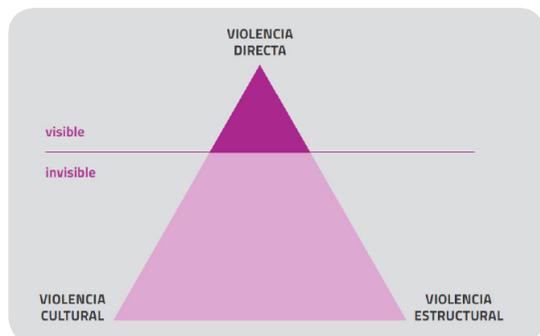
## Para comenzar el taller: ¿de qué hablamos cuando nos referimos a violencias machistas?:

### a) Profundizar en el marco conceptual del triángulo de la violencia machista (20 minutos).

Materiales necesarios: hojas en blanco, rotuladores, papelógrafo y/ o notas autoadhesivas (opcional) y cuerda (opcional).

- Previamente al inicio de la actividad, en el suelo, se dibuja con la cuerda un triángulo. En cada uno de los tres vértices se escribe en una hoja de papel “violencia directa”, “violencia cultural” y “violencia estructural”.

- Comienza la actividad con una breve introducción de la persona que dinámica/facilita el taller explicando qué significa cada uno de los 3 tipos de violencia, presentando el *Triángulo de la Violencia* de Johan Galtung (para más información ver la definición completa en el Glosario):



• **Violencia directa:** en la parte superior del triángulo, se entiende como todo acto intencionado, visible y fácilmente reconocible, realizado por una persona (emisora) sobre otra (receptora) causando daños físicos y psicológicos. La violencia directa reviste diferentes formas: violencia física, sexual, psicológica y económica.

La base del triángulo la componen dos tipos de *violencia indirecta*, donde no se pueden identificar personas emisoras y receptoras individuales:



• **Violencia estructural:** reflejada en la injusticia y la desigualdad como consecuencia de la propia estructura social. Este es el caso de la feminización de la pobreza, por ejemplo.



• **Violencia cultural o simbólica:** que justifica, legitima y hace posible la violencia directa y la estructural al hacer que éstas se interpreten consciente o inconscientemente como justas, necesarias o inevitables. Se refiere al conjunto de símbolos que mantienen la subordinación de las mujeres a través de las representaciones culturales y el lenguaje, como, por ejemplo, la visión que existe en el imaginario colectivo del cuerpo de las mujeres como objeto sexual. Igualmente, se ejerce negando la existencia y aportaciones de las mujeres y otros sujetos que escapan a la heteronormatividad.

- A continuación, se invita a las personas participantes a que reflexionen de manera individual acerca de la siguiente pregunta: ¿Cómo está presente este tipo de violencia machista en mi vida?

- De forma sintética, en una línea, se escribirá (o se dibujará si así lo desean las participantes) esta reflexión en una nota autoadhesiva o en una hoja y se colocará en el lugar del triángulo correspondiente.

- Las participantes se moverán libremente por el espacio (aproximadamente durante 10 minutos) colocando sus reflexiones.

- Después, en un segundo momento, se invitará a las participantes a distribuirse entre los tres grupos según los tres tipos de violencia y comentar en cada uno sobre las aportaciones recibidas. Una persona del grupo ejercerá de “relatora” y recogerá las ideas principales del debate.

- Después se hará una breve exposición por parte de la persona relatora de cada grupo, con el objetivo de compartir todas las reflexiones generadas en grupo grande.

### b) Aplicación del triángulo de la violencia machista en la vida cotidiana (30 minutos)

- Leer una por una (o algunas de ellas en caso de tener tiempo reducido) las siguientes situaciones - procedentes de los resultados de la investigación realizada en “Consumimos violencia Fase II”- como ejemplos de violencias machistas y consumos.

- El grupo tiene que posicionarse en el triángulo en el suelo, según qué tipo de violencia es, y debatir en pequeños grupos

- La persona facilitadora recoge algunas voces de por qué esa elección. Puede también animar a las participantes a reflexionar/analizar en sus territorios que está ocurriendo en cuanto a las series de ficción, el uso de teléfonos móviles y el consumo energético en los hogares.



## SERIES DE FICCIÓN

Leer en voz alta	Respuesta
En las series de ficción se reproducen los típicos roles de género de la sociedad patriarcal.	Violencia estructural
Reproducción de relaciones de amor romántico, heteronormativo y monógamo.	Violencia simbólica
Frustración y enfado por un nivel de vida e ideales de belleza inalcanzables.	Violencia directa
Personajes caricaturizados representando diversidad de identidad de género.	Violencia simbólica
Impacto en la salud psicológica de las personas espectadoras, en la medida en que se toma conciencia de que los ideales que se transmiten en las series de ficción son difícilmente alcanzables.	Violencia directa
Ocultamiento de fenómenos sociales como la pobreza en las series de ficción.	Violencia estructural
Enfoque de la mujer profesional e independiente con un claro perfil masculino, asexuado.	Violencia simbólica
Utilización de chistes como formas sutiles de violencia.	Violencia simbólica
Falta de diversidad sexual en las series de ficción, y cuando están presentes, son caricaturizadas.	Violencia simbólica
Consumo irreflexivo basados en estereotipos de género en series de ficción.	Violencia estructural
Cosificación del cuerpo de las mujeres en series de ficción.	Violencia simbólica
(añade aquí si lo consideras, otro ejemplo y/ o situación)	



## CONSUMO ENERGÉTICO EN LOS HOGARES

Leer en voz alta	Respuesta
La consideración de que la pobreza energética es un problema individual y no un problema sistémico.	Violencia simbólica
Enfermedades físicas y daños emocionales (vergüenza, aislamiento social) - derivadas de sufrir frío o humedad en el hogar.	Violencia directa
Las mujeres se ven más afectadas por el discomfort térmico en el hogar, por su mayor presencia en la casa, y porque son más afectadas por la pobreza.	Violencia estructural
Las medidas que se impulsan para erradicar la pobreza energética, como el bono social, son desiguales, no tienen en cuenta los condicionantes y los mandatos de género.	Violencia estructural
Más mujeres que hombres tienden a aislarse en su hogar y evitar visitas por las condiciones energéticas de pobreza en las que vive.	Violencia directa
Culpabilización de las mujeres por no responder a los mandatos de género impuestos socialmente.	Violencia simbólica
(añade aquí si lo consideras, otro ejemplo y/ o situación)	



## USO DE TELÉFONOS MÓVILES

Leer en voz alta	Respuesta
Control de pareja y ciberacoso.	Violencia directa
Fomenta la exclusión social de aquellas personas que no están familiarizadas con la tecnología, o que por decisión personal eligen no utilizarla.	Violencia estructural
Compartir sin permiso contenidos, en su mayoría de carácter sexual.	Violencia directa
Fomenta una sociedad ultra-narcisista.	Violencia simbólica
Trato diferenciado de las opiniones expresadas por hombres y mujeres: supremacía de lo masculino.	Violencia simbólica
Crea nuevas necesidades, obligaciones y formas de control basadas en valores capitalistas y heteropatriarcales que refuerzan roles de género.	Violencia estructural
Produce una flexibilización y solapamiento de los tiempos de trabajo, personales, y de ocio.	Violencia estructural
Humillación por la ploriferación de contenidos discriminatorios y sexistas sobre lo que es aceptado socialmente; y ausencia de reacciones por parte del público.	Violencia directa
Propicia una comunicación rápida y agresiva que reduce e invisibiliza a las personas.	Violencia estructural
Genera nuevas obligaciones y necesidades, y aumenta la carga de trabajo.	Violencia directa
(añade aquí si lo consideras, otro ejemplo y/ o situación)	

## Selección del tema del taller: ¿Qué ámbito es importante para trabajar ahora?

### La/s persona/s facilitadora/s decide/n un tema

La/s persona/s que prepara/n el taller puede/n ya conocer el grupo, o bien el territorio, la comunidad, y decidir que alguno de los 3 ámbitos de estudio puede ser el más interesante para desarrollar en estos momentos. Para ello, considerar:

- ¿Alguno de estos temas tiene más aplicabilidad y actualidad es este grupo o comunidad?
- ¿Alguna de estas problemáticas de violencias machistas y consumos genera dinámicas no deseadas sobre las cuales podemos reflexionar?
- ¿Alguno de estos temas podría ser interesante desarrollar para generar un nuevo espacio de diálogo sobre algo que generalmente no reflexionamos en grupo?

Si como persona facilitadora del taller identificas que alguno de estos temas tiene más sentido trabajar, puedes continuar el taller directamente tomando este ámbito. De lo contrario, si no hay claridad sobre ello, puedes dejar que el grupo lo decida.

### El grupo decide un tema (15 minutos)

En este caso, se presenta al grupo los 3 diferentes ámbitos de estudio del informe, explicando brevemente de qué trata cada tema. Los resultados del estudio se pueden descargar en [este enlace](#).

- Se coloca cada tema en algún lado o rincón de la sala.
- Luego se le pide al grupo que en silencio, sin preguntar ni debatir, cada persona se coloque en el tema que más le gustaría abordar en

este momento. Si no tienen mucha claridad, pueden pasearse por los 3 rincones diferentes y ver cuál les “llama” más.

- El tema que tenga más personas interesadas es el elegido en ese taller para trabajar.

Es importante remarcar que aunque los otros temas no se trabajen ahora, se reconoce que también son importantes, que puede haber gente que incluso crea que son esenciales, y que tal vez en otra ocasión se podrán trabajar. Por ello también, en caso de que haya empate, se recomienda “tirar a la suerte” la decisión, por ejemplo con una moneda (cara o cruz).

## 5.4 Desarrollo de los talleres

### Primeras impresiones (35 minutos).

Una vez elegido el ámbito de trabajo, realizaremos una indagación dentro del grupo para profundizar y obtener una primera impresión acerca del tema que vamos a trabajar en el taller.

- Para ello, realizaremos una primera ronda de “Primeras impresiones”:

¿Qué pasa en mi comunidad sobre este tema? ¿Qué pasa en mi realidad?

¿Tengo ejemplos de situaciones o experiencias que puedan estar relacionadas con estos temas?

- Dividimos al grupo en pequeños grupos de 2 o 3 personas, para que compartan estas preguntas por 15 minutos.

- Cada grupo anota ideas clave que surjan de la conversación en un papel.

- Luego se reúne el grupo completo y se leen las ideas clave que salieron en cada pequeño grupo, recolectando todas las ideas en un mismo afiche o espacio. 20 minutos.

### Similitudes y diferencias con el informe (30 minutos).

El informe de *Violencias Machistas y Consumos* fue realizado con datos del territorio de Euskadi. Por lo que muchas de sus conclusiones están basadas en ese territorio.

Después de entender las realidades de estos ámbitos en nuestros territorios, leer las conclusiones del informe en el ámbito específico y reflexionar:

- ¿Qué similitudes ven entre las conclusiones y resultados del informe en Euskadi y en nuestro territorio?
- ¿Qué diferencias encuentran entre los resultados en Euskadi y las realidades de nuestro territorio?
- ¿Hay matices en algunas cuestiones que son necesarios aclarar o remarcar?

### Dinámicas específicas por ámbito de estudio.



#### SERIES DE FICCIÓN

#### Dinámica 1. Cambiemos el cuento (1 hora 15 minutos)

En esta dinámica se trata de que las personas participantes elijan una serie de ficción (novela, cuento, etc.) e identifiquen acciones o características de violencias machistas. Luego, se reflexionará acerca de qué forma podría contarse diferente la historia para que no perpetúe los roles de género y las violencias machistas, reorientando y repensando los diferentes roles y personajes.

- En primer lugar, la persona que vaya a facilitar el taller habrá elegido previamente algún capítulo o escena de una serie de ficción sobre la que se trabajará en el taller. Presentará el tema de la serie o la escena al grupo y los criterios por los que la ha elegido. Si dispone de proyector, se puede mostrar la escena/ capítulo. También se puede ver a través del teléfono móvil u ordenador en internet, si apareciera. O se pueden llevar impresas o dibujadas las escenas con el diálogo. 15 minutos.
- Una vez finalizada la presentación, habrá unas conversaciones breves por parejas (o tríos si el grupo es impar): ¿Hemos detectado violencias machistas? ¿Cuáles? 15 minutos.
- A continuación, se arman grupos de 4 personas. Se reparte a cada grupo una ficha de observación<sup>1</sup> para que analicen en más profundidad las violencias machistas detectadas. 10 minutos.
- Finalmente, cada grupo propone alternativas y/ o reescriban el diálogo eliminando estas violencias machistas detectadas. ¿de qué forma quedaría la escena? Se puede interpretar teatralmente la escena. 20 minutos.
- Por último, se compartirá el trabajo realizado en el grupo grande. 15 minutos.

<sup>1</sup> Ver cuadro siguiente página.

FICHA DE OBSERVACIÓN	
En que nos podemos fijar:	Propuestas/ cambios en las escenas:
¿Cómo son las/los personajes protagonistas?	
¿Cómo se representan a las mujeres?	
¿Cómo es el lenguaje utilizado? ¿Es el lenguaje inclusivo?	
¿Aparecen mujeres migrantes? ¿Racializadas? ¿Personas Trans? ¿Cómo se representan?	
¿Nos sentimos identificadas con alguno de esos roles?	
Otros elementos:	

## Dinámica 2. Qué tener en cuenta para no reproducir las violencias machistas en series de ficción. (1 hora)

Teniendo en cuenta los resultados del informe sobre las series de ficción y su relación con violencias machistas, ¿qué tipo de criterios o indicadores se pueden incluir en este tipo de productos audiovisuales para no promover ni reproducir violencias machistas?

- Dividir en pequeños grupos de 3-4 personas.
- Completar una lista con criterios o indicadores que se podrían tener en cuenta para que las series de ficción no promuevan las violencias machistas. 30 minutos.

- Compartir en grupo grande los criterios y formar una única lista. 30 minutos.
- Subir esta lista a la web *Fabricando Mujeres*. donde hay diferentes espacios de participación (ver Anexo). Investiga y encuentra el espacio que es más apropiado para subir este material. También se puede subir a las redes sociales con el hashtag #FabricandoMujeres #consumimosviolencia #setem.

La idea es generar conjuntamente desde diferentes territorios una propuesta de indicadores y criterios que se pueden tener en cuenta para disminuir las violencias machistas en series de ficción, y tener más conciencia sobre este tema.

## ¿Conoces el test de Bechdel?<sup>1</sup>

Nace en 1985, de en una tira cómica llamada «The Rule», donde uno de los personajes dice que ella únicamente acepta ver una película si cumple con los siguientes requisitos:

1. Aparecen al menos dos personajes femeninos.
2. Estos personajes se hablan una a la otra en algún momento.
3. Esta conversación trata de algo distinto a un hombre (no limitado a relaciones románticas, por ejemplo dos hermanas hablando de su padre no supera el test)

Varios años después, el cómic resurgió como un sistema para evaluar la brecha de género en películas, cómics, obras de teatro y otras. Ahora existen numerosos test que tienen este fin.

<sup>1</sup> [https://es.wikipedia.org/wiki/Test\\_de\\_Bechdel](https://es.wikipedia.org/wiki/Test_de_Bechdel)

### Dinámica 3. Estrategias teatrales para enfrentar las violencias machistas en el consumo (para todos los ámbitos de estudio)



Ver video pedagógico: <https://youtu.be/eqyH-J EKzE>

El objetivo principal de esta dinámica es, a partir de una reflexión previa, crear escenas teatrales relacionadas con las violencias machistas y el consumo.

Posteriormente representarlas y, si fuera posible técnicamente (con un teléfono o cámara de fotos) grabarlas en video.

También pueden subirse estos videos a la página web de Fabricando Mujeres, dentro del apartado destinado a presentar alternativas. Otra opción es subirlas a las redes sociales con el hashtag: #nosfabrican #consumismosviolencia

Como ejemplo de esta dinámica y para que pueda inspirar al grupo se ha grabado el video pedagógico “Estrategias teatrales para enfrentar las violencias machistas en el consumo”, en el que se muestra el proceso real de trabajo con un grupo, además de la representación de varias escenas teatrales.

La dinámica de teatro tiene la siguiente estructura (2,5 horas o más):

- La persona facilitadora presenta la idea del taller y a continuación el grupo ve el video pedagógico. (Otra opción es que las participantes vean el vídeo antes de ir al taller, puede enviarse el link junto a la invitación y/o el formulario de inscripción al taller, por ejemplo). 15 minutos.

- A continuación se puede generar un pequeño debate en torno vídeo: ¿qué nos ha parecido? ¿qué nos ha llamado más la atención? ¿Qué hemos sentido al ver las escenas? 10 minutos

- Posteriormente, hacer grupos de 3- 4 personas. A cada grupo se le da una cartulina/folio y algún rotulador. Usar su creatividad para crear una pequeña escena (de 2- 3 minutos de duración) referente al ámbito de estudio y las violencias machistas. Escribir el guión que posteriormente será representado. 30 minutos.

- Una vez escritas las escenas, una persona de cada grupo comparte brevemente con el grupo grande aquello que se ha creado. Se da la posibilidad que si alguna de las personas se siente más identificada con una escena de otro grupo y prefiere grabar esa, puede cambiarse sin problema. 15 minutos.

- Una vez definidas las escenas y los roles, se realizará primeramente un calentamiento del cuerpo, para relajar el cuerpo y la voz y estirar. Como se muestra en el video, en círculo, una persona dice algo breve en alto y realiza un gesto, y el resto del grupo, a la vez y en alto, lo repite. A continuación, otra persona del grupo lo hace y se repite la dinámica varias veces. 15 minutos.

- Después los grupos prepararán las escenas y las representarán. La facilitadora y/u otro miembro del grupo las graba con un teléfono móvil, por ejemplo. 40 minutos.

- Finalmente, se hará una puesta en común de cómo ha ido el proceso, si han encontrado alguna dificultad, etc. Los vídeos pueden visionarse en este momento si hay opción de conectarlos a una pantalla visible por todas las participantes o bien, compartirlos a través del email entre las participantes y verlos después, o crear un grupo de whatsapp para el taller y compartirlos ahí. El grupo decidirá si quieres subirlos a la web de Fabricando Mujeres (ver Anexo). 20 minutos.



## CONSUMO ENERGÉTICO EN LOS HOGARES

### Dinámica 1. ¿Qué fuentes de energía utilizamos? (30 minutos)

En parejas, identificar qué tipo de fuentes de energía utilizamos diariamente:

- Para cocinar
- Para climatizar la casa
- Para los aparatos eléctricos (secador, teléfono, etc.)
- Para los electrodomésticos (refrigerador, lavadora, etc.)
- Para la iluminación de tu casa
- Otras...

- Reflexionar sobre estas fuentes de energía: ¿Quién de la casa lo consume más? ¿Hay diferencia en el consumo? ¿Pueden tener que ver con roles de género? ¿qué roles cumplen las mujeres en el acceso/uso/disponibilidad de esa energía? ¿notamos una diferencia que implica violencias machistas?

- Dibujar un plano de una casa y detectar el tipo de energía y si alguien de la casa la usa más.

- ¿Qué relación tiene con el impacto ambiental? ¿Hay violencias machistas ligadas al impacto ambiental? (p.e. muerte de activistas, huella ecológica, etc.).

- Reflexionar también sobre la producción de energía: ¿Cómo se genera energía? ¿Qué se necesita para crear esa energía? ¿Cuál es su procedencia? (planta nuclear, minería, solar, hidráulica, eólica, fósil, etc.) ¿Qué consecuencias tiene para el territorio la extracción de esas energías?

### Dinámica 2. La relación entre el consumo energético y la salud (50 minutos)

Algunas ideas previas o ejemplos para la reflexión:

- Hacemos referencia a la salud *física* (ej: tener frío, catarro, gripe, etc.), como *emocional* (vergüenza, depresión, aislamiento, soledad no deseada, no tener dinero para acondicionar la vivienda ni para aislarla).
- En algunos territorios, según los usos, hábitos y costumbres, puede haber problemas de salud ligados al esfuerzo físico, a problemas respiratorios por el humo en el hogar, y a la exposición a extremas temperaturas (bajas y altas, sin contar con aislamiento en la vivienda). Debemos analizar las consecuencias diferenciando por territorios, y localizar los impactos.

Para llevar a cabo esta dinámica, vamos a trabajar con **conversaciones significativas** y escucha activa:

- Iniciamos explicando las dimensiones de la salud: física, mental, social (según la OMS). Otros enfoques incluyen las dimensiones emocional, espiritual y ambiental como otros aspectos específicos. Pero no vamos a usar definiciones académicas sino que vamos a partir de la experiencia propia personal que hay en el grupo. 15 minutos.

- Para ello, vamos a generar conversaciones significativas en parejas (algún trío si somos impares) para compartir las ideas o claves sobre *qué es la salud* para nosotras:



## USO DE TELÉFONOS MÓVILES/CELULARES

1. Una de las personas comienza hablando, y la otra persona sólo la va a escucha, desde la **escucha activa**, sin hacer comentarios ni preguntas, sino poniendo toda la atención en lo que le está contando, e intentando sentir y entender lo que cuenta desde “los zapatos de la otra persona”. 5 minutos.

2. Luego se cambia de roles, y la persona que escuchaba va a contar sus ideas y experiencias, mientras su compañera la escucha activamente. 5 minutos.

3. Cada pareja hace un listado o una agrupación de las claves de las experiencias compartidas. Por ejemplo usando las categorías anteriores (salud emocional, física, etc.).

- Luego volvemos al grupo grande. Miramos conjuntamente al consumo de energía en el hogar. Indagamos sobre las conexiones entre nuestra salud y el uso de energía (acceso, tipo de energía, impacto de esa energía en el hogar o el entorno físico, social, etc.).

*¿Afecta especialmente a las mujeres y niñas por los roles que desempeñan en el hogar o por otras cuestiones?*

- Compartimos las reflexiones y las recogemos en un listado o mapa conceptual.

### Dinámica 3. Estrategias teatrales para enfrentar las violencias machistas en el consumo (ver recuadro Dinámica 3, pág. 16 )

### Dinámica 1. Nuestra realidad en un cómic (1 hora 15 minutos)

El objetivo de esta dinámica es reconocer situaciones de violencias machistas en relación al uso de teléfonos celulares o móviles en nuestra vida cotidiana.

- Ponerse en parejas y pensar en ejemplos de escenas de la vida cotidiana donde el uso del teléfono móvil o celular genere violencias machistas. 15 minutos.
- Individualmente, elegir una situación específica y **dibujarla como un cómic**. Al desarrollar el comic, tener en cuenta las recomendaciones en la siguiente página. 1 hora.
- Para compartir los cómics, se puede realizar una exhibición con todos ellos en el centro en el que estéis e invitar a familia y a personas amigas para que lo vean. En este encuentro se puede generar un espacio de debate sobre el tema. También se puede o publicar en alguna revista de la comunidad. Asimismo, se puede subir a la página web de *Fabricando Mujeres* (ver Anexo).



Ejemplo: SEÑALES II - Sindicato de Enfermería de Euskadi (Satse)

### Tener en cuenta:

Los comics son muy directos, simples y muy entretenidos... y hablan directamente con la persona lectora.

**Los personajes que van a aparecer:** ¿quiénes son? Piensa en sus características físicas, su personalidad, su estilo de vida, los lazos que los unen.

**El escenario:** todas las historias están ambientadas en algún lugar.

**El tono:** este constituye la vibra del cómic. ¿Vas a escribir una comedia o un drama? Hay un sinnúmero de posibilidades. El diálogo, el texto narrativo y las imágenes expresarán el tono.

**El argumento:** es el hilo conductor del cómic. Antes de empezar a dibujar, tienes que saber cómo va a comenzar y terminar la historia y también prever las principales escenas de la historia (y algunas sorpresas).

nas, abuelas, sobrinas, amigas, hijas, etc.) con el objetivo de conocer cuánto tiempo dedican al uso del teléfono móvil y cuál es el objetivo de este uso. Estas entrevistas pueden realizarse de forma previa al taller. Si no es posible, se puede realizar esta entrevista en el mismo taller. 15 minutos.

El guión de la entrevista puede ser el siguiente:

1. En general, ¿Cuánto tiempo aproximadamente dedicas al día a usar el teléfono móvil? <input type="radio"/> Una hora o menos <input type="radio"/> De 2- 3 horas <input type="radio"/> Más de 3 horas al día <input type="radio"/> Etc.
--

2. ¿Y ese tiempo a qué lo dedicas? <input type="radio"/> Hablar con mi pareja y resolver cuestiones del hogar, cuidados, etc. <input type="radio"/> Chats y whatsapp <input type="radio"/> Tiempo de ocio para hablar con amigos/as por teléfono <input type="radio"/> Redes sociales <input type="radio"/> Compras <input type="radio"/> Escuchar música <input type="radio"/> Otros:
---

3. En general, ¿crees que el teléfono móvil te aporta más beneficios o te perjudica de alguna manera? Explica en profundidad tu respuesta.
--

4. ¿En qué chats grupales participas?
---------------------------------------

5. Y de forma más específica, ¿te has sentido alguna vez incómoda en algún chat de grupo y/ o con algún tipo de información recibida? (por ejemplo con imágenes)
--

6. Otra:
----------

### Dinámica 2. Hablando con otras mujeres (1 hora de duración y las entrevistas previas)

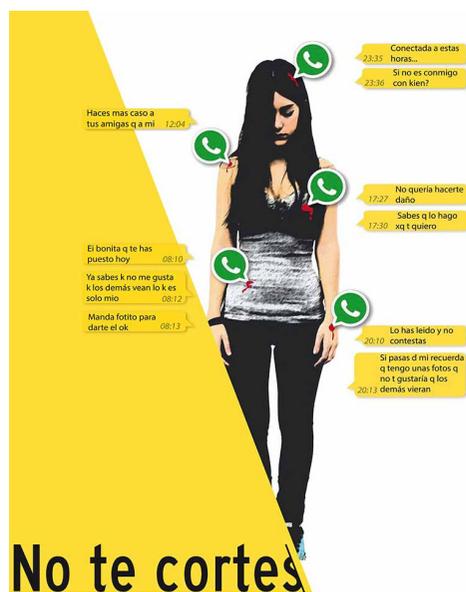
El objetivo de esta dinámica es realizar una investigación participativa sobre el uso que hacemos del teléfono móvil y revisar con otras compañeras cuanto tiempo dedicamos al teléfono móvil, a que dedicamos este tiempo y si repercute en nuestras cargas de cuidados y trabajo.

- Primero, se realizarán **entrevistas a mujeres del entorno cercano** de diferentes edades, realidades, etc. (madre, hermanas, tías, veci-

- Una vez que se han realizado esta investigación, las personas participantes pondrán en común los resultados más significativos. 15 min.

- A partir de esta información, se generarán mensajes de sensibilización en diferentes formatos y con diferentes técnicas artísticas: collage, mural, canciones, bordados, etc. que podrán llevarse a casa o utilizar en sus entidades, asociaciones, etc. 30 minutos.

Ejemplo: Campaña “No te cortes”, Comunidad de Madrid<sup>1</sup>



### Dinámica 3. Estrategias teatrales para enfrentar las violencias machistas en el consumo (ver recuadro Dinámica 3, pág. 16)

## 5.5 Fase de cierre. ¿Cuáles son los siguientes pasos? Una reflexión final.

En esta fase de cierre del taller, trabajaremos los tres poderes, para definir acciones concretas y transformadoras desde el poder individual, el colectivo y el poder de las reglas del juego (cambios en instituciones, políticas públicas, etc.)

### Los 3 poderes, si el grupo tiene 12 personas o más: Café- dialogo (1,5 horas)

El café-diálogo es una técnica **participativa de indagación**, que permite extraer la sabiduría colectiva del grupo a partir de preguntas que generan un diálogo profundo y significativo. En este caso, se utilizará el café-diálogo para dar respuestas colectivas a las acciones que podemos tomar en relación a los 3 poderes y generar próximos pasos desde lo individual, lo colectivo y lo institucional.

Los pasos de la dinámica son los siguientes:

- En primer lugar, se preparará el espacio del taller para que el ambiente sea acogedor, colocando, en función del número de participantes, varias mesas con sillas alrededor, tantas como participantes. Por ejemplo, si hay 12 participantes, se harán 3 mesas de 4 personas cada una. Estas mesas deben estar preparadas con el material necesario: papel para anotar y bolígrafos para escribir. Se aconseja, si posible, disponer de café que acompañe el diálogo en las mesas.

- Se realizarán 3 rondas de preguntas de unos 15- 20 minutos de duración cada una.

- En cada mesa, una persona tomará el rol de “relatora”, siendo su función anotar y cosechar lo dialogado en cada mesa. La relatora, además, permanecerá sin cambiarse de mesa durante todo el café – diálogo.

- Una vez sentadas las personas alrededor de la mesa, la facilitadora planteará una pregunta clara y sencilla para abrir el debate. En este caso, ya que el objetivo es trabajar los tres poderes, la primera cuestión puede ser: ¿Individualmente, que acciones puedo realizar para tener más consciencia de las violencias machistas y el consumo y no promoverlas?

- Para responder a esta pregunta las personas establecerán un diálogo significativo y la persona relatora irá anotando las diferentes aportaciones de las participantes. Una vez acabada esta ronda, la facilitadora invitará a las participantes a levantarse de su mesa y sentarse en otra diferente, para favorecer el intercambio de opiniones y puntos de vista diferentes.

- Una vez sentadas las participantes en la nueva mesa, la facilitadora lanza la segunda pregunta de la ronda: ¿De forma colectiva (con mi organización, entidad, con mis vecinas, con las madres y padres en el colegio, etc.), que acciones conjuntas podemos realizar para tener más consciencia de las violencias machistas y el consumo, y no promoverlas? ¿Qué estrategias podemos generar para enfrentarlas o responder frente a ellas?

- El funcionamiento es igual que en la ronda anterior, las participantes debaten en su mesa sobre esta cuestión y la relatora anota las propuestas. Al finalizar la ronda, las participantes vuelven a cambiarse de mesa.



- Por último, y como ronda final, la facilitadora puede plantear esta cuestión al grupo: ¿Qué acciones y/o políticas podemos desarrollar/ implementar/impulsar para realizar cambios en las políticas públicas/ instituciones en referencia a las violencias machistas y el consumo?

- Para cerrar el café diálogo, el grupo vuelve al círculo grande, y cada relatora hace una breve puesta en común (3-5 minutos) de las ideas que han salido en las diferentes rondas.

### Los 3 poderes, si el grupo tiene menos de 12 personas: preguntas para la reflexión final (1 hora).

Teniendo en cuenta lo que se ha compartido, aprendido y reflexionado durante el taller, y aplicando los 3 niveles de poder, se propone el siguiente cierre:

- Individualmente, reflexionar sobre qué **acciones puedo tomar personalmente** para tener más consciencia y no promover las violencias machistas en mi consumo. Anotar en un papel. 15 minutos.

- Luego reunirse con una persona con quien no haya compartido mucho durante el taller y compartir las acciones. Cada persona puede completar su propia lista con ideas de la otra. 10 minutos.

- Después se juntan 2 parejas, y juntas piensan en propuestas que se pueden pensar para llevar a cabo desde los **grupos** en los que somos parte, equipos, espacios asociativos, del barrio, etc. ¿Qué medidas se pueden tomar que apoyen la igualdad de género y cuiden las dinámicas grupales y el consumo de violencias machistas? Anotar en una hoja cada propuesta. 15 minutos.

- Por último, en círculo grande, todas las personas del taller imaginan acciones, medidas o propuestas que se podrían llevar a cabo para presionar en la estructura social y en las instituciones públicas, en torno a la sensibilización sobre este tema. Se recomienda primero pensar en alternativas que hay en el entorno más cercano. Una persona puede tomar nota en una pizarra o afiche. 20 minutos.

Al finalizar, se pueden recolectar todas las notas de los 3 niveles de poder y colgarlas en algún espacio público. E invitar a la gente que lo lea a seguir completando con otras ideas.

La idea no es que se termine aquí, sino seguir pensando en estrategias y propuestas, y llevarlas a cabo. Asimismo, esta información se puede subir a la página web *Fabricando Mujeres* (ver anexo) para compartir con otros territorios e ir recopilando ideas de acciones para transformar esta realidad de violencias machistas y consumo.

## Cierre del taller (30 minutos)

A través del taller hemos ido abriendo, descubriendo y compartiendo muchas experiencias, ideas y nuevas perspectivas con respecto a la violencia machista y el consumo, especialmente en los 3 ámbitos de estudio del segundo informe.

Ahora es el momento de cerrar este encuentro, y para ello queremos generar un espacio para compartir:

- ¿Qué me llevo de este taller?
- ¿Hay algo que ha quedado vivo en mí, que ha quedado resonando?
- ¿Hay alguna vivencia, aprendizaje, o toma de conciencia que me gustaría compartir con el grupo?

Nos colocamos en un **círculo**, donde todas las personas podamos vernos a la cara, y con un objeto especial que elijamos como “*bastón de la palabra*”, comenzaremos un círculo de sentires para compartir estas experiencias. El bastón de la palabra se pasa de persona a persona. Cuando alguien lo recibe, tiene el espacio grupal para hablar de su vivencia, mientras el resto del grupo le escucha activamente, sin interrumpir ni preguntar.

Una vez que la persona ha terminado de compartir, pasa el objeto a la persona de al lado. Si la persona quiere puede compartir, aunque también puede no hablar y pasar a la siguiente. También se puede compartir a través de otras formas de expresión más allá de las palabras (movimiento, danza, gestos, etc.). Y recomendamos que no se piense mucho lo que se quiere decir, sino que en el momento en que nos llega el objeto de la palabra, digamos lo que tenemos más vivo dentro nuestro.

La/s persona/s facilitadora/s también comparte/n su/s vivencia/s. Al finalizar el círculo, se agradece la participación de todas las personas, y se puede enmarcar que puede haber diversidad de experiencias y vivencias, y que todas son bienvenidas. Y que todo el trabajo de toma de conciencia, de reflexión y de acción que se ha estado haciendo en este taller a nivel personal y grupal, también está impactando en nuestras comunidades y el mundo.

## 6. OTROS RECURSOS ÚTILES.

o **¿Consumimos violencia?** Proceso colectivo de aprendizaje y creación de conocimientos sobre las violencias machistas y los consumos (SETEM, 2016) [Descargar aquí.](#)

o **Consumimos violencia. Guía para la reflexión para un consumo libre de violencias machistas.** [Descargar aquí.](#)

o **Guía de análisis de prácticas de corresponsabilidad en la economía social y solidaria.** [Descargar aquí.](#)

o **Guía didáctica de economía social y solidaria MARES** (Madrid, 2017). [Descargar aquí.](#)

o SEÑALES II - Sindicato de Enfermería de Euskadi (Satse). [Descargar cómic](#) - [Descargar vídeo](#)

o **Revista Opciones. 3 poderes.** Número 39. <http://opcions.org/wp-content/uploads/2017/06/39.pdf>

## 7. ¿CÓMO HEMOS CONSTRUIDO ESTA GUÍA? ¿QUÉ PROCESO HEMOS SEGUIDO?

Para elaborar esta guía se ha partido de un proceso participativo celebrado en Euskadi con las mujeres de la **Red ZarenSare- Enredado**, a través de tres talleres presenciales realizados en la sede de SETEM en Vitoria, en el que han participado un total de 20 mujeres de la red, tanto de Euskadi como de América Latina.

El punto de partida de estos talleres ha sido la **segunda fase de la investigación ¿Consumimos Violencia?**<sup>1</sup>, en la que se han trabajado los tres nuevos ámbitos de consumo que se desarrollan en esta guía: series de ficción, uso de teléfonos móviles y consumo energético en los hogares.

A partir de la presentación de los resultados obtenidos en el primer taller, las mujeres fueron reflexionando y trabajando conjuntamente propuestas prácticas, concretas y pedagógicas sobre como acercar este estudio científico a formadoras, educadoras y personas interesadas en las violencias machistas y los consumos, con el objetivo final de generar unas dinámicas concretas, prácticas y accesibles a todas para aplicar en sus territorios y lugares de origen, a partir de las cuáles se ha desarrollado esta guía pedagógica y el video- taller que la acompaña.

---

<sup>1</sup> <http://www.setem.org/setem ftp/euskadi/ConsumimosViolenciaII.pdf>

## SETEM HH



[SETEM Hego Haizea](#), es ONG vasca sin ánimo de lucro de cooperación, sensibilización y educación para la transformación social, que, desde una perspectiva feminista, horizontal, participativa, decrecentista y coherente, ponemos la vida en el centro y articulamos propuestas en torno a un consumo crítico, responsable, transformador y feminista que posibilitan la construcción de un mundo donde los derechos humanos individuales y colectivos, así como el respeto a la naturaleza, priman en las relaciones entre personas, pueblos y culturas.

A través de la investigación, la denuncia, la estructuración de alternativas, la formación, la movilización ciudadana y la cooperación internacional, incidimos social y políticamente para impulsar: el comercio justo y la soberanía alimentaria, las finanzas éticas, el respeto de los derechos laborales en el sector textil deslocalizado, la erradicación de las violencias machistas en el consumo, el fortalecimiento de organizaciones que tengan intencionalidad feminista o cuestionamientos de género, así como de colectivos que promuevan las diversidades sexuales, estrategias que favorezcan las diversidades funcionales a través del consumo.

En Euskadi, gran parte de nuestro trabajo se desarrolla en alianza con otros colectivos y poblaciones del Estado español, Europa, Ecuador, Colombia, El Salvador, Guatemala, México y países productores de ropa. Participamos en numerosas redes, algunas de las cuales son lideradas por SETEM.

Desde SETEM impulsamos modelos de producción, distribución y consumo basados en criterios éticos, sociales, culturales y medioambientales que posibilitan la construcción de economías solidarias feministas, en cuyo centro se encuentran las personas (diversas) en relación armoniosa con su entorno natural. Toma fuerza, en este ámbito, la idea de un consumo crítico, responsable y transformador con perspectiva feminista (CCRTF).

## ZARENSARE-ENREDANDO



[ZarenSare-EnRedando](#) es una **red internacional** (compuesta por organizaciones de México, Guatemala, El Salvador, Colombia, Ecuador y Euskadi) que busca impulsar la **transformación social a través de un cambio de consciencia y prácticas transformadoras** desde una perspectiva feminista de justicia social y equidad que promuevan a nivel local e internacional una producción, distribución y consumo responsable, consciente y transformador, que cuestionen el modelo económico dominante (el capitalismo), el modelo político (democracia liberal) así como el modelo sociocultural (individualismo y heteropatriarcado) al que nos enfrentamos, con el fin de promover relaciones más equitativas y respetuosas entre grupos sociales, culturas y pueblos, y entre mujeres, hombres y otros y entre estos con la naturaleza.

ZarenSare-enREDando se posiciona y abre nuevos debates en relación a la definición del modelo de consumo necesario para la construcción de una vida que merezca la pena ser vivida. La red cuestiona el concepto tradicional de “desarrollo” entendido como un concepto impuesto, excluyente y vinculado únicamente al crecimiento económico.

La red resignifica así, el concepto de **desarrollo humano sostenible**, lo resignifica y adjetiviza para dotarlo de la identidad, siempre en clave de proceso, acorde con los valores que quiere proponer: **“desarrollo decrecentista, equilibrado, incluyente y feminista”** (DDEIF) y apuesta por un **consumo crítico, responsable y transformador feminista** (CCRT) como estrategia para provocar un cambio radical.

## 8. AGRADECIMIENTOS.

Queremos agradecer especialmente a la **Red ZarenSare-EnRedando**:

- Kinal Antsetik (México)
- Mujeres Transformando (El Salvador)
- Mujeres que Crean (Colombia)
- Fundación REDES (El Salvador)
- AFEDES (Guatemala)
- Penca de Sábila (Colombia)
- Maquita (Ecuador)
- Asociación Ecologista Sagarrak (EH)
- Beizama Bizirik Kooperatiba (EH)
- Mujeres de Aquí y de Allá (EH)
- SETEM Hego Haizea

También nos gustaría resaltar y agradecer el trabajo de las **investigadoras de Consumimos Violencia Fase II**, documento base de esta guía. A todas las maravillosas personas que nos han acompañado en el camino: Laura Castresana Martínez, Iratxe Arteagoitia Recalde (ONGD SETEM Hego Haizea) gracias por liderar. Conchi Piñeiro (Altekio, Iniciativas hacia la Sostenibilidad), María Viadero Acha (ONGD Mugarik Gabe), Andrea Momoitio (Pikara Magazine), Vanessa Álvarez González, Laura Modonato (dinamizadora), ADIMEN-Investigación, Red ZarenSare-EnRedando, Lucía Mbomío, Aitzole Araneta, Ianire Estébanez, Paca Blanco e Irene González Pijuan. ¡MIL GRACIAS!

# ANEXOS 1: GLOSARIO DE TÉRMINOS

## 1. Violencias machistas

Todos los actos que discriminan y someten a las mujeres y a toda persona o relación que no responde a los modelos heteronormativos, y que en último término afectan a su libertad, dignidad, seguridad e integridad moral y/o física (Almirón Prujel, 2009)

## 2. El triángulo de la violencia

Introducido por Johan Galtung es un concepto utilizado para representar la dinámica de la generación de la violencia en conflictos sociales. Según Galtung, la violencia es como un iceberg, de modo que la violencia visible es solo una pequeña parte del conflicto. Así la violencia directa, física y verbal son visibles en forma de conductas, responde a actos de violencia y se concreta en comportamientos. Es la que realiza un emisor o actor intencionado (en concreto, una persona), y quien la sufre es un ser vivo dañado o herido física o mentalmente. En cuando a la violencia cultural, esta forma hace referencia a aspectos de la cultura que la legitiman a través del arte, la religión, la filosofía, el derecho, etc. Por último, la violencia estructural está originada por todo un conjunto de estructuras, tanto físicas como organizativas, que no permiten la satisfacción de las necesidades. [https://es.wikipedia.org/wiki/Tri%C3%A1ngulo\\_de\\_la\\_violencia](https://es.wikipedia.org/wiki/Tri%C3%A1ngulo_de_la_violencia)

## 3. Economía social y solidaria

La Economía Solidaria es un enfoque de la actividad económica que tiene en cuenta a las personas, el medio ambiente y el desarrollo sostenible y sustentable, como referencia prioritaria por encima de otros intereses.

## 4. Consumos

Se puede hablar de consumos (en plural) para referirnos al consumo capitalista y el consumo crítico, responsable y transformador (CCRT). Cuando hablamos de consumo capitalista aludimos al consumo a ultranza, depredador, ecocida y generador de desigualdades. Un consumo acrítico presente en nuestra cotidianidad, que responde a la lógica de acumulación y maximización del beneficio del capitalismo. Cuando hablamos de un consumo crítico, responsable y transformador (CCRT) y feminista en SETEM, entendemos que es cuando la acción de compra o no compra promueve una transformación social y escoge los productos o servicios no sólo en base a su calidad y precio, sino también según criterios éticos, culturales, sociales y medioambientales, potenciando la adquisición de aquellos más justo y sostenibles (Consumimos Violencia, fase II, 2019)

## 5. Los tres poderes

Esta forma de enmarcar los tres poderes en el consumo procede de la revista Opciones, especializada en consumo consciente y transformador.

**El poder del cambio personal:** qué decisiones y actuaciones podemos llevar a cabo desde lo personal para consumir de forma más crítica, responsable, sostenible y que sirva como herramienta de transformación.

**El poder de la fuerza colectiva:** cómo nos articulamos colectivamente para generar otro modelo de consumo respetuoso con la vida humana y el planeta.

**El poder de cambiar las reglas del juego:** cuáles son las responsabilidades políticas y económicas a la hora de modificar las estructuras sobre las cuáles se asienta y descansa el consumo capitalista.

## ANEXO 2: EJEMPLO PLANTILLA DE PROGRAMA DE TALLER

A continuación presentamos *un ejemplo de programa de taller*, como guía para armar el propio:

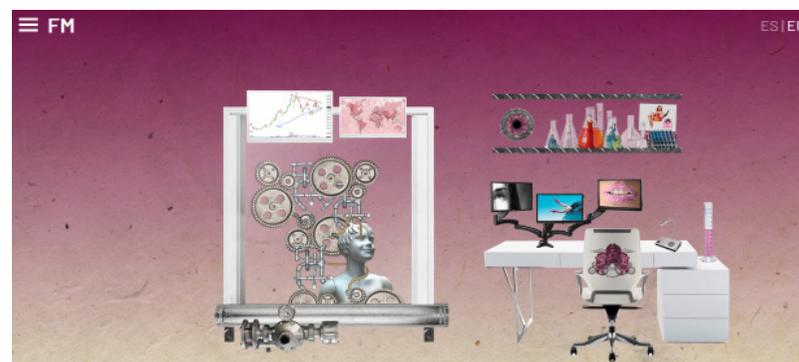
Duración del taller: 5 horas

Horario	Actividad o dinámica	Materiales	Otros comentarios
09:00 – 09:15	Bienvenida Presentación del taller y la agenda.		Preparar sala con círculo de sillas. Jarras con agua y vasos. Y picoteo de Comercio Justo.
09:15 – 10:05	Presentación de las personas.	Hojas o folios, lápices.	Mejor reciclado o con menor huella ecológica.
10:05 – 10:25	Dinámica para profundizar en el triángulo de la violencia.	Ovillo de hilo o lana.	
10:25 - 10:55	Aplicación del triángulo de la violencia machista en la vida cotidiana.		Sólo sobre telefonía móvil.
10:55 - 11:10	Descanso		
11:20 - 12:30	Nuestra realidad en un cómic.	papeles, rotuladores, colores	Ámbito: telefonía móvil - Colgar en la pared todos los comics.
12:30 - 13:30	Los 3 poderes: preguntas para la reflexión final.	pizarra, afiche, rotuladores, papel, notas, etc	
13:30 - 14:00	Cierre del taller	Objeto para bastón de la palabra.	

## ANEXO 3: SUBIR INFORMACIÓN A LA WEB FABRICANDO MUJERES

### Si tu propuesta es una denuncia:

Entrar en el link: <https://fabricandomujeres.org/es/fabrica/> y subir la información relativa a la actividad o dinámica trabajada. En este espacio podrá señalar cualquier violencia machista que vea en los diferentes ámbitos del consumo. Utilice el hashtag #nosfabrican en Twitter y la foto-reclamación llegará a nuestro panel de forma instantánea.



### Si tu propuesta es una alternativa:

Entrar en el link: <https://fabricandomujeres.org/es/taller/> y subir la información relativa a la actividad o dinámica trabajada.





[www.setem.org/euskadi](http://www.setem.org/euskadi)



SetemHegoHaizea



@SetemHegoHaizea