

# SETMANA FEMINISTA

de l'**afev\*\***



DE L'1 AL  
8 DE MARÇ

Des de l'AFEV defensem sempre la perspectiva feminista en els acompanyaments. Aquest any, i en motiu del 8M, us proposem una sèrie d'activitats enfocades a treballar la temàtica feminista i de gènere.

# MANIFEST

En motiu del 8 de març de 2024, el Dia de la Dona Treballadora, l'AFEV Catalunya donem suport a la convocatòria de vaga realitzada pel moviment feminista: una vaga laboral, de cures, de consum, associativa i d'estudiants que, desbordant els límits a què estem acostumades, recull les nombroses reivindicacions encapçalades pels feminismes els darrers anys.

Les dones sostenim el món, ens encarreguem de totes aquelles tasques de cures imprescindibles pel funcionament de la societat. Són tasques que històricament han estat i continuen estant particularment feminitzades.

Tot i això, veiem com en el mercat laboral les dones registren taxes d'atur més elevades que els homes, que la bretxa salarial de gènere a Catalunya era l'any 2020 del 19,7%, que s'ha produït un augment dramàtic dels casos de violència de gènere i un llarg etcètera. Això no obstant sense oblidar la major incidència que aquestes dinàmiques tenen en les dones migrants i racialitzades, que evidencia la necessitat d'un moviment feminista interseccional, antiracista, anticolonialista, anticapitalista i que inclogui totes les identitats de gènere.

Compromesa amb aquesta lluita, des de l'AFEV volem prendre partit en aquesta jornada de mobilització, treballant per a revertir i acabar amb la xacra social de les desigualtats, les violències de gènere i el patriarcat que reproduïxen quotidianament estereotips, rols socials i jerarquies d'estatus i que, per tant, romanen ben presents allà on nosaltres posem el focus i centrem l'acció: la lluita contra les desigualtats socials i educatives mitjançant el foment del compromís solidari del jovent.

## **VOLUNTARIAT SOCIAL**

La tasca del voluntariat social ens permet posar en valor la feina duta a terme per persones que, cada setmana, es dediquen desinteressadament a tenir cura de les altres. Això possibilita visibilitzar i valoritzar un fenomen que, històricament vinculat a les dones, ha restat a l'ombra durant molt de temps, ocult i infravalorat.

Actualment, i malgrat els discursos que parlen d'una igualtat ja assolida, el gruix majoritari de voluntàries a l'àmbit de l'acció social segueixen sent dones (amb un 70% front al 30% d'homes).

La feminització de les cures per tant té la seva corresponent extensió a l'àmbit de l'acció social no sols a nivell laboral sinó també a nivell de voluntariat. Una constant que ens arriba també on just el 83% dels acompanyaments són realitzats per mentores.

Per això volem visibilitzar, reconèixer i posar en valor la tasca de les nostres voluntàries, el compromís de les quals resulta quelcom indispensable per a l'entitat. Al mateix temps, animem els nois a involucrar-se i a participar en el voluntariat social, a explotar les finestres que una vivència així els pot obrir: en termes de competències socials i professionals però també com a via per qüestionar i repensar la masculinitat hegemònica en què han estat educats.

## EDUCACIÓ

L'entramat masclista també té un impacte directe sobre la realitat d'infants i joves. La infància i l'adolescència constitueixen, de fet, dues etapes clau en la consolidació de la identitat de gènere de les persones, la qual es concreta en l'establiment d'unes actituds, rols i expectatives específiques (i ben diferenciades) en el cas de nois i de noies.

Els principals agents socialitzadors durant aquestes fases vitals (família, centre educatiu, grup d'iguals, mitjans de comunicació, xarxes socials, ...) funcionen com a mecanismes de reproducció d'aquesta marcada diferenciació identitària, contribuint a la perpetuació i a la consolidació de les jerarquies de gènere ja des de la infància.

L'acció educativa realitzada per l'equip professional i el voluntariat amb els infants, adolescents i joves que participen en els acompanyaments, vol ser també una palanca de suport als plans, projectes i estratègies coeducatives impulsades des de diferents fronts amb l'objectiu de combatre estereotips, models i rols de feminitat i masculinitat hegemònics; desarticlar creences i imatges ideals de l'amor romàntic i trencar amb tot tipus de violències, comentaris i actituds masclistes i/o lgtbqifòbiques.

És per això que convidem a totes les persones que participen als projectes de l'entitat a participar en aquesta jornada de mobilització global pels drets de les dones i feminista, entenent que aquesta és una lluita fonamental per la construcció d'un món més equitatiu i just.

# **I JO... COM PUC PARTICIPAR EN AQUESTA JORNADA? ALGUNES IDEES PEL 8 DE MARÇ:**

- Participa a les accions del dia de les dones i/o ves a les accions de la vaga feminista (per exemple, busca a quina hora i des d'on surt la manifestació més propera) i, si ho veus factible, fes-ho amb el teu tàndem, altres tàndems, altres joves o altres famílies. Des de l'AFEV us fem propostes pròpies que pots trobar en aquest document.
- Parla del dia de les dones i/o de la vaga feminista i les seves reivindicacions amb els teus companys i companyes, amb el teu tàndem i amb la seva família.
- Deixa de consumir, d'anar a classe o a treballar. Deriva les tasques de cura a homes del teu entorn.
- Fes visibles les reivindicacions feministes per totes les vies que se't puguin acudir: escolta música de dones, mira pel·lis de dones, llegeix llibres de dones.
- Parla en femení i en termes inclusius, porta roba lila, demana que hi hagi paritat de representació de gènere en totes les esferes (comunicació, política, universitats, llocs de feina...).
- Posa l'accent sobre les violències masclistes (assetjament al carrer, exclusió de certes activitats lúdiques o laborals, llenguatge sexista, imatge sexualitzada de les dones i les nenes als mitjans de comunicació), parla amb els teus companys homes sobre com el patriarcat els afecta també negativament.
- Fes alguna dinàmica relacionada amb la divisió per gènere de les tasques de cura amb l'infant o adolescent que acompanyes la setmana següent i el pes que tenen aquestes per sostenir la vida i la societat.

I sobretot, procura que la lluita feminista sigui una lluita diària i transversal, fent extensives aquestes propostes al teu dia a dia!

# Propostes pròpies de l'AFEV



# 1) QUIZ FEMINISTA

**Edats recomanades:** a partir de 12 anys, també per adolescents i joves

**Durada estimada:** 30 minuts

## ENDEVINA LA DÈCADA

Sabríeu descobrir de quina dècada del segle XX i XXI corresponen aquesta sèrie d'imatges de dones duent a terme treballs domèstics?  
Entreu a participar mentre reflexioneu!

Malgrat el pas del temps i el canvi social, la tasca de les cures segueix recaient en les dones? Com us repartiu les tasques de la llar a casa vostra? Tu ho has fet mai? Et faria res fer-ho? Sabries com?

[Participeu!](#)



## DONES I CIÈNCIA

T'ho vas perdre? Fa unes setmanes vam celebrar el Dia de la Dona i la Nena a la Ciència i per reflexionar sobre quin pes han tingut les dones a la ciència us posem a prova!

[Descobriu el quiz](#)



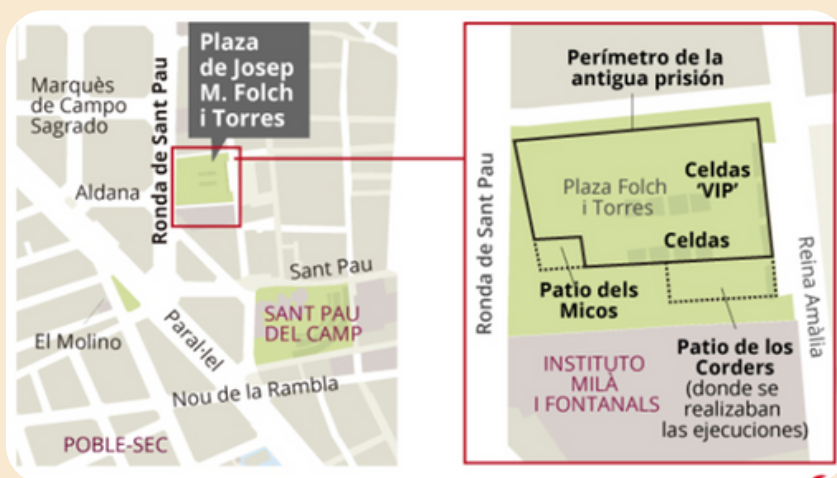


# 1. Presó de dones Reina Amàlia

Ubicació exacta: Plaça Folch i Torres

Si us situeu a la Plaça Folch i Torres, veureu que és un espai agradable: hi ha un parc infantil, bancs per seure, una pista de bàsquet...

Ara bé, sabíeu que en aquesta plaça abans hi havia una presó? Aquesta presó, anomenada "Reina Amàlia", va collir homes i dones del 1839 al 1904, any en què es va inaugurar la presó de la Model i la Reina Amàlia es va convertir en una presó femenina. Us deixem un mapa amb una foto perquè us feu una idea d'on estava ubicada la presó:



La majoria de les recluses havien estat detingudes per haver comès petits furtis; també n'hi havia que eren preses polítiques; d'altres estaven tancades acusades de ser lesbianes, blasfemes (per exemple, per expressar una opinió contra l'Església) o per dedicar-se a la prostitució; fins i tot n'hi havia alguna acusada d'escàndol públic. Moltes dones estaven en presó preventiva, és a dir, sense haver estat condemnades per cap delictes.

Les condicions de vida dins la presó eren extremes: penseu que a la ciutat no hi havia aigua corrent ni electricitat, i dins la presó tot s'agreujava. Les malalties es convertien en epidèmies. Les parets queien a trossos, els terres s'esquerdaven i les dones malvivien en condicions absolutament insalubres. El 19 de juliol de 1936, després d'aturar el cop d'estat militar, es van alliberar les preses i es va enderrocar la presó.

Avui en dia hi ha presons de dones? En coneixeu alguna?

## 2. Societat Autònoma de Dones

Ubicació exacta: Carrer Ferlandina 20

Si aneu al número 20 del carrer de Ferlandina, hi trobareu la placa següent:



I és que aquesta és la ubicació on es trobava la Societat Autònoma de Dones, una organització feminista fundada l'any 1891 per Teresa Claramunt (dirigent política), Ángeles López de Ayala (activista feminista republicana) i Amàlia Domingo (escriptora feminista).

L'objectiu d'aquesta organització, que es considera de les primeres organitzacions feministes a Catalunya, era defensar els drets laborals i socials de les dones i la seva autoemancipació. En aquest local, s'hi realitzaven activitats pioneres a l'època com ara classes d'alfabetització per dones, actes esportius i recreatius, debats polítics, cicles pedagògics... A la segona imatge de dalt, hi trobem una manifestació de dones convocada per Ángeles López de Ayala a favor de l'educació laica.



Teresa Claramunt



Ángeles López



Amàlia Domingo

Sabríeu dir organitzacions actuals de defensa del dret de les dones? Us animem a buscar-ne per Internet i conèixer la seva tasca.

### 3. Dones i la Universitat de Barcelona

Ubicació exacta: Universitat de Barcelona, Gran Via de les Corts Catalanes 585

A la Gran Via, davant de plaça Universitat, hi ha la seu central de la Universitat de Barcelona, que va ser la primera en acollir dones com a estudiants de l'Estat Espanyol.

Tres dones van ser les primeres en matricular-s'hi: Elena Maseras es va matricular l'any 1872, Dolors Aleu el 1874 i Martina Castells el 1877. Totes tres van estudiar medicina, i la última es va convertir la primera dona en assolir el doctorat l'any 1882.



Martina Castells



Dolors Aleu



Elena Maseras

A més, la Universitat de Barcelona, des de l'any 1982, acull el Centre d'Investigació Històrica de la Dona a la Facultat de Geografia i Història del carrer Montalegre.



Sabeu a quin tipus d'estudis hi ha més homes i a quin tipus d'estudis més dones? Aquest informe conté gràfiques interessants!

## 4. Acadèmia de Ciències, Arts i Oficis per a la Dona

Ubicació exacta: Rambla de Canaletes 10

Al bell mig de la ciutat de Barcelona, al número 10 de la Rambla de Canaletes, es va situar l'Acadèmia de Ciències, Arts i Oficis per a la Dona, una institució pionera creada per Clotilde Cerdà (també coneguda com a Esmeralda Cervantes), una arpista de fama mundial, activista, precursora del feminisme i compromesa amb l'emancipació de les dones. L'Acadèmia era un centre exclusivament femení que oferia formació professional, científica i artística accessible també a través de beques per a dones obreres.

Cal tenir en compte que en aquells moments Espanya prohibia a les dones l'accés a l'ensenyament superior, un veto que no es va aixecar completament fins al 1910. L'objectiu era que la dona pogués accedir al mercat laboral i progressar professionalment, deixant de dependre econòmicament de l'home (primer el pare, després el marit). L'acadèmia era, en definitiva, un projecte pioner d'empoderament femení, dirigit per dones i per a les dones.

L'Acadèmia des de Pl. Catalunya



Clotilde Cerdà

Alumnes de música de l'Acadèmia

Creieu que actualment encara hi ha oficis i tasques que es consideren només per homes i d'altres per dones? En sabríeu posar exemples?

## 5. Institut de Cultura i Biblioteca Popular de la Dona

Ubicació exacta: [Carrer de Sant Pere Més Baix 7](#)

Situat al carrer de Sant Pere Més Baix, 7, (actualment, Biblioteca Francesca Bonnemaison), L'Institut de Cultura i Biblioteca Popular de la Dona va ser una institució d'educació social adreçada a la formació cultural i professional de la dona. L'Institut va ser fundat el 1909 i dirigit per Francesca Bonnemaison i Farriols, la qual pensava que l'alliberament de la dona i el reconeixement dels seus drets es podrien assolir través de la il·lustració i la formació. Bonnemaison creia que era urgent dotar les dones, sobretot a les dones obreres, de recursos professionals i culturals per enfortir-les i alliberar-les de la pobresa i la dependència. Rosa Sensat, mestra catalana amb un paper clau en el desenvolupament de l'escola pública, va ser l'assessora pedagògica de l'entitat.

L'objectiu de la institució era la millora de les dones, així com aportar coneixements científics, culturals, artístics i manuals a les dones obreres. S'oferien classes i cursos diversos per a la formació de les noies treballadores. Oferia coneixement i formació que responien a les necessitats de les associades. També s'oferia el cant coral, l'educació rítmica, la plàstica, la dansa, l'excursionisme, el teatre, l'esport, la natació, etc. Es va crear una borsa de treball per a les associades així com una petita caixa d'estalvis, i també l'assistència mèdica gratuïta. Aquest plantejament va ser un èxit: es va passar de 320 associades l'any 1909 a 8.050 el 1930.



Sabríeu dir quines activitats poden fer avui en dia les dones a l'Institut de Cultura i Biblioteca Popular de la Dona? Si cal, entreu i pregunteu! Com ha afectat el Covid a la programació?

## 6. Glorieta de la Transexual Sonia

Ubicació exacta: [Parc de la Ciutadella, Passeig de Picasso 21](#)

Si aneu al Parc de la Ciutadella, davant de la Cascada Monumental podeu trobar la Glorieta de la Transexual Sonia. Aquesta Glorieta és un espai públic que abans s'anomenava "Glorieta dels Músics" o "Plaça dels Músics", i que el 2013 va ser renombrada en record de Sonia Rescalvo Zafra, una dona trans que el 1991 va ser assassinada per un grup d'skinheads neonazis. La Glorieta es va construir l'any 1884, i tenia la funció d'acollir la banda de música municipal de Barcelona, de manera que totes les persones que volien gaudir de la música se situaven al voltant de la glorieta. La nit del 6 d'octubre de 1991, Sonia Rescalvo va ser assassinada en aquesta glorieta a causa de la seva identitat de gènere. Des d'aleshores, el lloc és un punt de trobada anual d'homenatges i la defensa del col·lectiu LGTBIQ+.

L'assassinat de Sonia pel sol fet de ser una persona trans va adquirir una gran rellevància perquè és el primer assassinat transfòbic documentat i del què es té constància a Espanya. Els fets van ser denunciats i condemnats: el 1994 es va celebrar el judici a Barcelona i es va sentenciar els agressors a 310 anys de presó, tot i que posteriorment el Tribunal Suprem va rebaixar les penes a la meitat. L'any 2011, a excepció de dos dels agressors, la resta eren ja en llibertat. La premsa de l'època va adoptar una posició molt poc respectuosa, utilitzant el seu nom anterior, tractant-la en pronoms masculins i descrivint-la amb atributs discriminatoris.



Què vol dir ser una dona trans? Què és el deadname? Què és un grup d'skinheads neonazis?

Creieu que encara existeix la discriminació contra les persones trans?

## 7. Dones i estàtues - Parc de la Ciutadella

Ubicació exacta: [Parc de la Ciutadella](#)

Donant un cop d'ull a les estàtues i monuments de Barcelona podeu veure que la majoria són de dos tipus: religiosos i culturals o en homenatge a homes. Per exemple, hi ha estàtues i monuments a personalitats com Picasso, Frederic Soler, Jacint Verdaguer, Francesc Macià, el Doctor Andreu, Mahatma Gandhi, Àngel Guimerà, Pompeu Fabra, Antoni Viladomat, Antoni Gaudí, a Joan Salvat Papasseit, Narcís Monturiol... I una llarga llista.

En canvi, hi ha molt pocs monuments i homenatges a dones. És per això que us proposem per a la segona parada que busqueu el monument que hi ha dins el Parc de la Ciutadella en homenatge a Pepita Teixidor, una pintora catalana. Cal que us col·loqueu a la Glorieta de la Transexual Sonia, mirant a la Cascada Monumental, i a mà esquerra trobareu un espai verd d'on surt el bust a Pepita Teixidor.

Altres dones homenatjades amb monuments a Barcelona: la ballarina i cantant de flamenc Carmen Amaya, que té una font (Plaça de la Brugada) al seu honor i una estàtua (Avinguda Miramar - Jardins de Joan Brossa), l'actriu badalonina Margarida Xirgu (Plaça del Canonge Colom) i la veu/testimoni i víctima del genocidi jueu Anna Frank (façana del Centre Cívic Artesà de Gràcia). Però hi ha moltes altres dones molt importants durant la història a les quals no s'ha fet cap monument, a diferència de les nombroses efigies dedicades a homes.



Us proposem dues activitats:

- L'art també és cosa de dones! Sabeu dir el nom de 5 artistes catalanes?
- Busqueu l'obra de Pepita Teixidor i escolliu la pintura que us agradi més!

# 3) ETNOGRAFIA

**Edats recomanades:** a partir de 8 anys, també per adolescents i joves

**Durada estimada:** 2 hores

Us proposem que feu una observació de l'espai públic del vostre barri o ciutat mentre feu un volt i intenteu descobrir algunes coses que potser veieu cada dia però que us passen desapercebudes; es tracta de fer observacions entorn les persones que llegim com a homes i les que llegim com a dones i quins espais ocupen.

Doneu resposta a les següents preguntes:

## El mercat

A les cues del mercat o el supermercat, hi ha el mateix nombre d'homes i de dones? De quines edats? De les persones que treballen al supermercat, quin percentatge a simple vista hi ha d'homes i de dones?

## El transport públic

Les persones que condueixen autobusos, són majoritàriament homes o dones? I les persones passatgeres? I les persones que condueixen cotxes?





## Infants i persones grans

Si veiem persones adultes que tenen cura o passegen amb nens i nenes, o amb persones grans, quants homes podem comptar i quantes dones?

## Parc

Si anem a un parc: quants homes i quantes dones hi ha? A quins llocs del parc (bancs, parc infantil, jugant a petanca, corrent, etc.)?

## Escola

Quants homes i quantes dones hi ha a la sortida d'una escola, recollint els nens i nenes?



Penseu lliurement i proposeu altres espais o situacions que us vingui de gust analitzar

**Un cop observada i recollida la informació:**

Hi ha espais on hi hagi una clara diferència entre el nombre d'homes i dones? I espais on el nombre sigui molt similar? Per què creieu que és?



Ara que heu acabat, podeu dissenyar el "mapa d'un barri ideal".

Com estaria distribuït sobre el plànol? Quant d'espai ocuparia cada activitat (comprar, passejar, fer esport, circular amb vehicle privat o públic...). Què faria que aquest barri fos igual de bo pels homes que per les dones? I per a joves, infants i la gent gran? Els nostres barris actuals són així?

## Mapa d'un barri ideal



# 4) MIRADA CRÍTICA SOBRE LA PROPAGANDA

**Edats recomanades:** a partir de 10 anys, també per adolescents i joves

**Durada estimada:** 2 hores

La nostra cultura, a través de molts canals com les pel·lícules, les sèries, la música o la publicitat, crea o divulga rols i estereotips de gènere molt marcats i diferenciats que haurien d'ocupar dones i homes. D'entre ells, per les dones la cultura de les imatges és especialment opressiva.

S'objectifica constantment el cos de les dones: aquest es mira, es jutja, i es denigra si no correspon al patró de bellesa imposat pel cànon establert. Aquestes imatges, que ens impacten constantment, modelen què fem, com veiem i ens relacionem, generant una divisió de les tasques segons el gènere, una visió diferent del cos de les dones i dels homes, actituds i comportaments violents cap a les dones...

Reflexionar sobre aquestes representacions que ens inunden ha de fer-nos pensar en el nostre comportament i qüestionar-lo. És necessari tenir una mirada crítica sobre aquestes imatges i educar-nos, perquè aquesta cultura permet abusos.

Et proposem que observis les següents imatges publicitàries (també pots buscar més fotos!)

**CENTRO DE RESCATE**  
Lanza proyectiles. Rescata al gato. ¡Chase exclusivo!  
27,99€ 3+

**VEHICULO TRANSFORMABLE**  
Con luces y sonidos. Incluye a Ryder.  
42

**PATRULLA BUS**  
Con luces y sonidos. Incluye a Ryder.  
65

**PATRULLA BUS**  
Playset con 1 patrulla Bus, 1 figura Ryder + su ATV.  
109,99€ 3+

TODOTERRENO

**NENUCO VEO VEO INTERACTIVO**  
Basado en el famoso juego del Vee Vee. Funciona por medio de reconocimiento de voz.  
54,95€ 3+

**NENUCO HERMANITOS A LA PIEL**  
Los hermanitos van a la peluquería, mientras ella está esperando con los rulos puestos para pasar al secador, él se ha puesto la capa para...  
3+



# 125 Years Of Evolution

1886 2011

125 years of evolution mechanically ... yet 0 years of evolution socially.

**BOSCH** Invented for life

www.BEAUTYISINSIDE.COM /PURPLE

**Paul Teller** "ALE"

**Jean Paul GAULTIER** "CLASSIQUE"

The girls of **RYANAIR**  
CABIN CREW CHARITY CALENDAR  
2013

**DIESEL** FOR SUCCESSFUL LIVING

live fast High Speed Shopping.diesel.com

**ARE YOU BEACH BODY READY?**

## A continuació, podeu plantejar-vos les següents reflexions:

Què és un estereotip? Què és el gènere? Com reproduceix la publicitat infantil aquests estereotips de gènere?

Quins són els cànons de bellesa per a les dones i per als homes? Són iguals? Per què? Quin sol ser el paper de la dona a la publicitat? I el de l'home? Has vist a la publicitat persones que no es defineixen com a home o dona? De quina manera s'usa el cos de les dones a la publicitat?

## T'animem ara a donar un GIR DE 360° a aquestes publicitats a través de diferents mitjans.

- Pots pensar amb el teu tàndem en com seria una publicitat no sexista: inventa una situació, i pensa en com seria aquesta publicitat perquè no repeteixi estereotips de gènere. Fins i tot la pots dibuixar!
- A vegades l'expressió corporal ens ajuda molt a entendre les coses... juga a “postures impossibles”: imita la postura dels personatges en la publicitat i notaràs l'absurd que són unes certes situacions! Mira alguns exemples aquí!!
- Pots mirar diferents “influencers” que es burlen de la publicitat fetes a les dones, com per exemple Celeste Barber.



# 5) RECOMANACIONS FEMINISTES

## Literatura feminista

### **Moxie. La revolució de les noies, Jennfier Mathieu, Fanbooks (a partir de 16 anys)**

Novel·la que inspira la pel·lícula de Netflix. La Vivian Carter n'està farta. Farta que a l'institut de secundària de la petita ciutat de Texas on estudia s'afavoreixi els nois de l'equip de futbol americà per sobre de tot. Farta dels codis de vestir sexistes, de l'assetjament als passadissos i dels comentaris masclistes dels nois durant les classes, que ningú no condemna ni castiga. Però, sobretot, està farta de complir sempre les normes.

### **El odio que das, Angie Thomas, Editorial Oceano. (a partir de 16 anys)**

Novel·la inspirada en el moviment Black Lives Matter, i que contra la vida d'una adolescent sotmesa a difícils circumstàncies i que aborda com el racisme i la violència policial incideixen en la vida d'infants i joves.

### **Florescència, Kopano Matlwa, Sembra Llibres (a partir de 16 anys)**

Novel·la commovedora que explora els conflictes racials, econòmics i de gènere de la Sud-àfrica postapartheid a través de la vida de la Masechaba, una jove metgessa.

### **La mujer habitada, Gioconda Belli, Seix Barral (a partir de 16 anys)**

Tras terminar sus estudios de arquitectura en Europa, Lavinia regresa a Latinoamérica para emprender su camino como mujer independiente. Pero sus planes cambian cuando conoce a Felipe. A su lado le llega la oportunidad de implicarse en las luchas populares contra la dictadura de su país, conectando de ese modo con Itzá, una indígena que luchó contra los invasores españoles

## **Ser mujer negra en España , Desirée Bela-Lobbede. (a partir de 16 anys)**

Como una suerte de memorias, que van desde la infancia hasta la adultez, Desirée Bela-Lobbede, activista afroespañola, nos cuenta cómo es vivir siendo mujer y negra en España, cómo es sentirse siempre diferente y cómo es ser testigo del racismo que todavía existe en este país. Y lo hace desde el corazón y desde la profunda convicción de que esto puede cambiar y que, finalmente, todos podemos llegar a ser mejores personas si dejamos los prejuicios y la intolerancia de lado.

## **Novel·la gràfica**

### **Persepolis, Marjane Satrapi, Norma. (a partir de 16 anys)**

Novel·la gràfica que explica la revolució islàmica iraní vista des dels ulls d'una nena que assisteix al canvi que experimenta el seu país.

### **El futuro es femenino. Cuentos para que juntas cambiemos el mundo, Sara Cano, Nube de tinta. (a partir de 12 anys)**

Llibre que reuneix algunes de les il·lustradores de més renom del moment i que recull contes inspiradors sobre situacions que enfronten nenes i dones a diari.

## **Pel·lícules**

### **The danish girl, 2016 (pel·lícula)**

Drama basado en la verdadera historia de una pareja de artistas daneses, Einar y Gerda Wegener. La vida de este matrimonio dio un giro cuando Einar sustituyó a la modelo femenina que su mujer, Gerda, tenía que pintar. Cuando los retratos resultan ser un éxito, ella anima a su marido a adoptar una apariencia femenina. Lo que comenzó como un juego llevó a Einar a una metamorfosis inesperada.



### **Retrato de una mujer en llamas, 2019 (pel.lícula)**

Francia, 1770. Marianne, una pintora, recibe un encargo de una condesa que consiste en realizar el retrato de bodas de su hija Héloïse, una joven que acaba de dejar el convento y que tiene serias dudas respecto a su próximo matrimonio. Marianne tiene que retratarla sin su conocimiento, por lo que se dedica a investigarla a diario.

### **Cinco Lobitos, 2022 (pel.lícula)**

Amaia (Laia Costa) acaba de ser madre y se da cuenta de que no sabe muy bien cómo serlo. Al ausentarse su pareja por trabajo unas semanas, decide volver a casa de sus padres, en un bonito pueblo costero del País Vasco, y así compartir la responsabilidad de cuidar a su bebé. Lo que no sabe Amaia es que, aunque ahora sea madre, no dejará de ser hija.

### **Girasoles silvestres, 2022 (pel.lícula)**

Julia, una joven de 22 años y madre de dos niños, se enamora de Óscar, un chico conflictivo con el que comienza una relación. A medida que pasan tiempo juntos, Julia empezará a plantearse si Óscar es la persona que realmente necesita a su lado, lo que la llevará a iniciar un viaje personal en busca de su felicidad y la de su familia.

### **Creatura, 2023 (pel.lícula)**

Després de mudar-se amb la seva parella a una nova llar, Mila (Elena Martín) s'adona que la seva pèrdua de desig i apetit sexual es troba en si mateixa. A partir d'aquí, comença un viatge en el qual revisita experiències de la seva infància i adolescència amb l'esperança de reconciliar-se amb el seu propi cos.

## Sèries

### **POSE. 2018 (HBO Max i Disney+)**

"Pose" es una serie sobre la escena cultural afroamericana y latina LGBTQ+ y de género inconformista de la ciudad de Nueva York en la década de 1980. Los personajes destacados son bailarines y modelos que compiten por trofeos y reconocimiento en esta cultura underground, y que se apoyan mutuamente en una red de familias elegidas conocidas como Houses

### **Las de la última fila. 2022 (Netflix)**

Las de la última fila son cinco mujeres treintañeras, amigas íntimas desde el colegio y que todos los años sin excepción organizan una escapada de una semana juntas. Este año, las circunstancias de este viaje son especiales y distintas porque a una de ellas le acaban de diagnosticar un cáncer. Hay viajes que te cambian la vida para siempre. Hay vidas que te cambian los viajes para siempre.

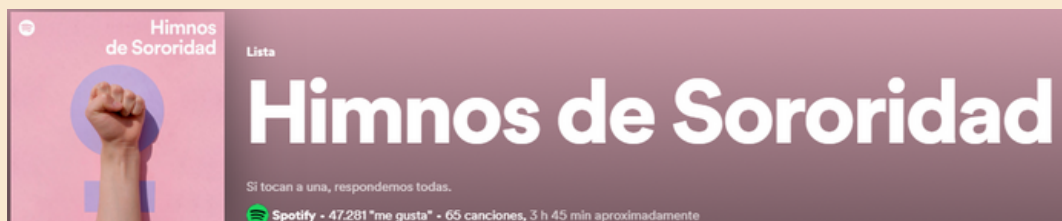
### **Sex education, 2019 (Netflix).**

Como el inseguro Otis (Asa Butterfield) tiene respuesta para cualquier duda sobre sexo gracias a que su madre (Gillian Anderson) es sexóloga, una compañera le anima a abrir una "consultoría sexual" en el instituto.

## Música



**Et proposem les millors llistes de Spotify amb perspectiva feminista!**





## Creadores de contingut

### Instagram i Twitter

@afrocolectivx  
@anapolo  
@IrantzuVarela  
@pikara\_magazine  
@gitanasfeministas  
@annapacheco\_\_  
@ramiaschannel  
@yayo\_herrero  
@laetitiaky  
@femme.sapiens  
@modernadepueblo  
@feminismoen8bits  
@afrofeminas

### TikTok

@carlagaleote  
@herlyrg  
@ameliaducto  
@kindagalins

### Podcast

Deforme Semanal  
Oye Polo  
Tardeo  
Las hijas de Felipe  
Saldremos mejores  
Concha Podcast  
Radiojaputa  
Nadie hablará de nosotras