PASEOS VIOLETAS CONTRA LAS VIOLENCIAS MACHISTAS

Edita:

farmamundi

Autoría y agradecimientos:
Este recurso ha sido elaborado en el marco del proyecto 'Caminando hacia la prevención y sensibilización de la violencia contra las mujeres', una iniciativa de innovación social impulsada por Farmamundi, que busca generar rutas de encuentro y buenas prácticas entre los sectores público, privado y de la sociedad civil para la promoción de la equidad.

El proyecto ha sido financiado por el Ministerio de Igualdad a través de la Secretaría de Estado de Igualdad y para la Erradicación de la Violencia contra las Mujeres. Agradecemos especialmente la participación de las asociaciones de mujeres, colectivos locales y profesionales de la salud y la educación que han contribuido con sus experiencias y saberes a la elaboración de este fanzine.

Coordinación técnica: Beatriz Rodríguez

Contenidos: Jara Cosculluela

Maquetación y diseño: Clara Malpica

Fecha de publicación: Marzo 2026

© 2026 by Farmamundi is licensed under CC BY-NC 4.0
To view a copy of this license, visit https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/

Impulsa

farmamundi

Financia:

MINISTERIO DE IGUALDAD
SECRETARÍA DE ESTADO DE IGUALDAD Y PARA LA ERRADICACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES
DELEGACIÓN DEL GOBIERNO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

EL PROYECTO

"Paseos Violetas contra las violencias machistas" es un proyecto de Farmamundi, financiado por el Ministerio de Igualdad, que impulsa la prevención y sensibilización contra las violencias hacia las mujeres mediante espacios comunitarios de encuentro para construir entornos más equitativos y seguros para las mujeres. Su metodología combina paseos participativos y el enfoque de Salud Comunitaria Basada en Activos (SCBA), desarrollándose en varias comunidades autónomas.

JUNTAS TEJIENDO UNA SOCIEDAD LIBRE DE VIOLENCIAS

¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DE VIOLENCIAS MACHISTAS?

CON MÚLTIPLES FORMAS

Hablamos de violencia física, psicológica, sexual, económica e institucional; formas de control que hoy también se ejercen y agravan a través de medios digitales

PROBLEMA DE SALUD PÚBLICA Y DESIGUALDAD

Hablamos de un problema que no es exclusivo de las mujeres, sino de salud pública que refleja las desigualdades estructurales de nuestra sociedad, impactando en el bienestar de las mujeres y sus comunidades.

UNA REALIDAD DIVERSA E INTERSECCIONAL

Hablamos de opresiones que se cruzan con la clase, etnia, edad, etc. Solo reconociendo esta diversidad podemos construir soluciones comunitarias para todas las mujeres,.

SISTEMA DE PODER PATRIARCAL

Detrás de ellas hay una estructura que otorga autoridad a los hombres e invisibiliza las necesidades femeninas al considerar la experiencia masculina como la norma universal

"LA IGUALDAD SE CONSTRUYE DESDE LO COMUNITARIO"

LO INVISIBLE QUE SOSTIENE LO VISIBLE

Hablamos de un iceberg cuya base son los micromachismos y la violencia simbólica que, aunque sutiles, normalizan y legitiman las agresiones más extremas

¿QUÉ ES UN PASEO COMUNITARIO?

Un paseo es una **experiencia colectiva de observación y diálogo** sobre el territorio que permite a las mujeres caminar sus barrios con "nuevos ojos" para identificar tanto los riesgos como los activos que generan salud y seguridad.

Esta herramienta de pensamiento en movimiento activa la reflexión desde la vivencia cotidiana, permitiendo **nombrar realidades que a menudo permanecen invisibles.**

A través del **mapeo participativo,** el grupo sitúa en un plano los espacios y recursos identificados, transformando el **saber experto de las vecinas en un diagnóstico comunitario**.

El proceso funciona como un **camino de empoderamiento progresivo**, que fortalece primero el poder interior y el apoyo mutuo para luego impulsar la incidencia política ante las instituciones. En definitiva, pasear es una herramienta de acción colectiva para tejer redes de cuidado y transformar los barrios en entornos libres de violencias machistas

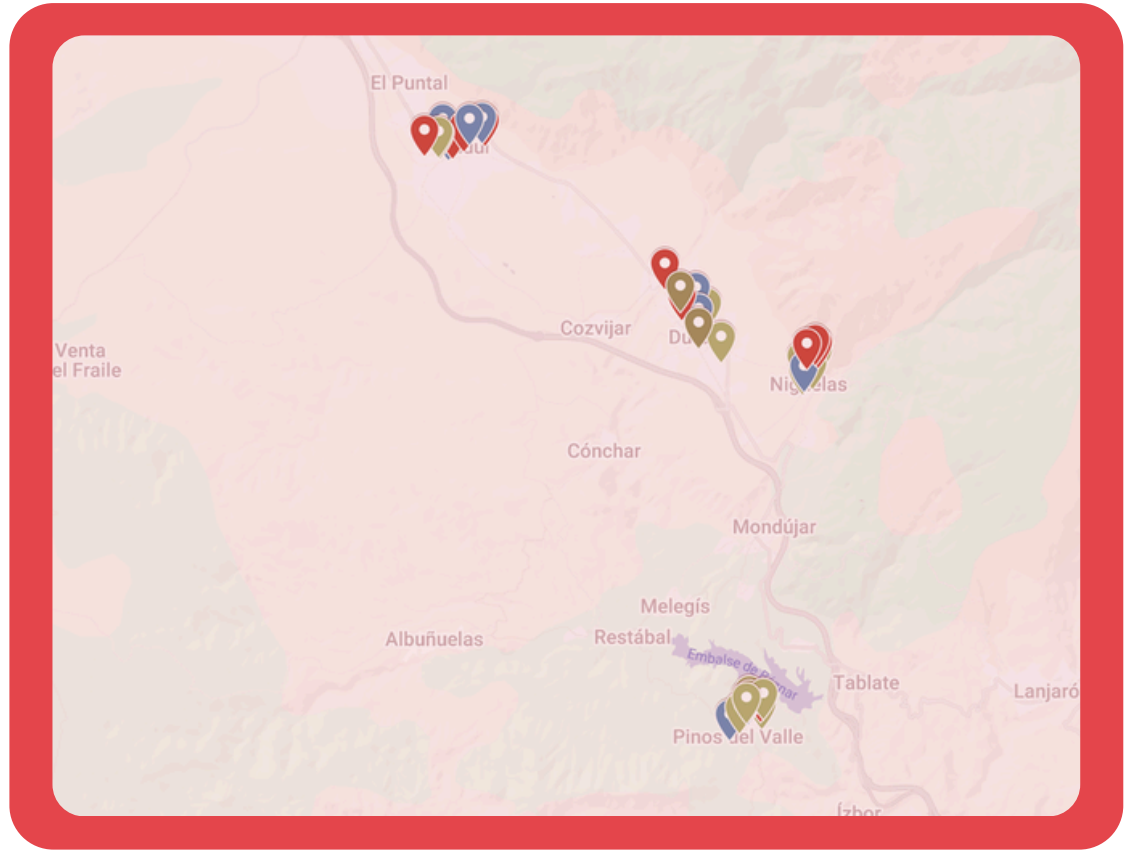
¿DÓNDE ESTAMOS?

El proyecto ha cartografiado activos de prevención de violencias machistas en **Galicia, Asturies, Catalunya, Castilla y León, Madrid y la Comunitat Valenciana**, intensificando su acción en **Extremadura, Andalucía y Aragón**. Localizamos lugares, personas y redes que hacen que las mujeres se sientan seguras y apoyadas en su día a día: desde espacios públicos, centros de salud y farmacias, hasta colectivos y personas de referencia. Este recorrido permite ver lo que ya existe y pensar juntas cómo mejorarlo. Consulta aquí el mapa:

https://bit.ly/484Kpbd

TERRITORIOS

¿QUÉ ESTÁ PASANDO EN GRANADA?



En **Andalucía (Valle de Lecrín, Granada)**, hemos recorrido rutas emblemáticas en Padul, Dúrcal y Pinos del Valle colaborando con asociaciones como **La Casa Grande**, **La Razuela** o **El Juncal**. En estos paseos hemos identificado activos de salud y redes de apoyo vecinal para nombrar las violencias machistas rurales y proponer mejoras en la iluminación y la seguridad de los municipios.

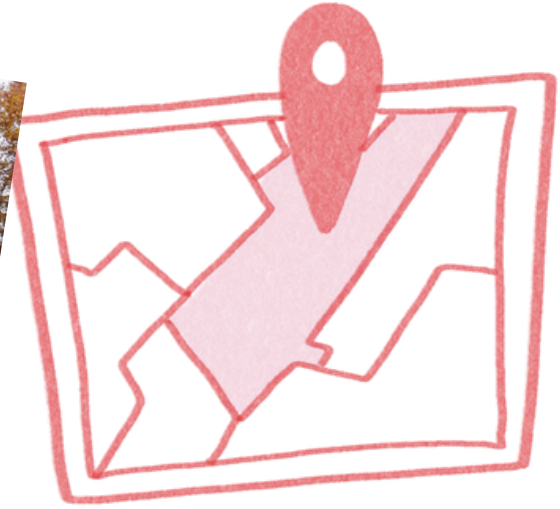
Estamos en la calle, transformando el saber experto de las vecinas en una respuesta colectiva frente a las violencias machistas.

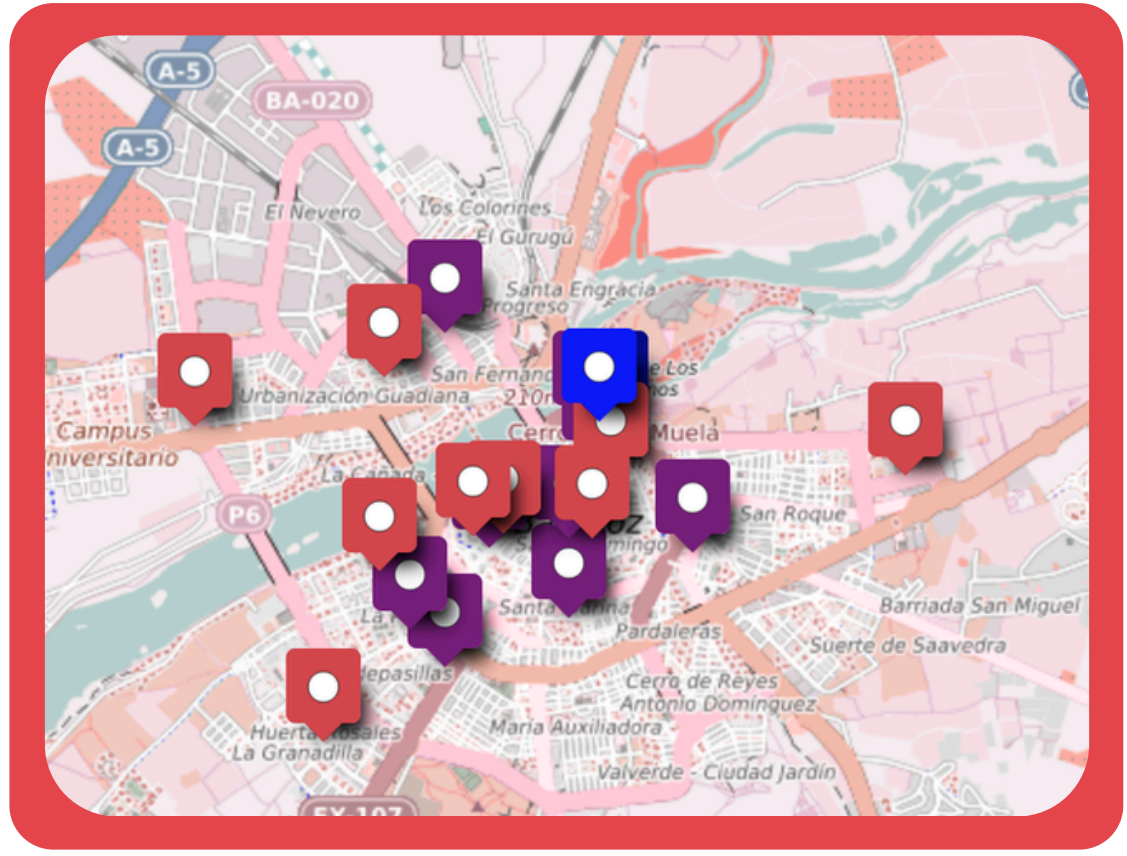
¿Quieres saber más?

Accede a: https://bit.ly/484Kpbd

GRANADA

¿QUÉ ESTÁ PASANDO EN BADAJOZ?





En **Extremadura (Badajoz)**, hemos **mapeado virtualmente la ciudad** con la Oficina de Igualdad, la Asociación Derechos Humanos y de las Mujeres de Extremadura y alumnado del CFGS en Promoción de Igualdad de Género para **visibilizar activos de salud y apoyos institucionales** para la prevención de las violencias machistas.

Hemos realizado **paseos de observación en zonas comerciales** para identificar mensajes de género y usamos el **"Recetario de las comadres"** de ADHEX para fortalecer la sororidad. Este proceso conecta a vecinas y profesionales, creando **un entramado comunitario que sostiene a las mujeres** frente a las violencias machistas que menos se ven.

¿Quieres saber más?

Accede a: https://bit.ly/484Kpbd

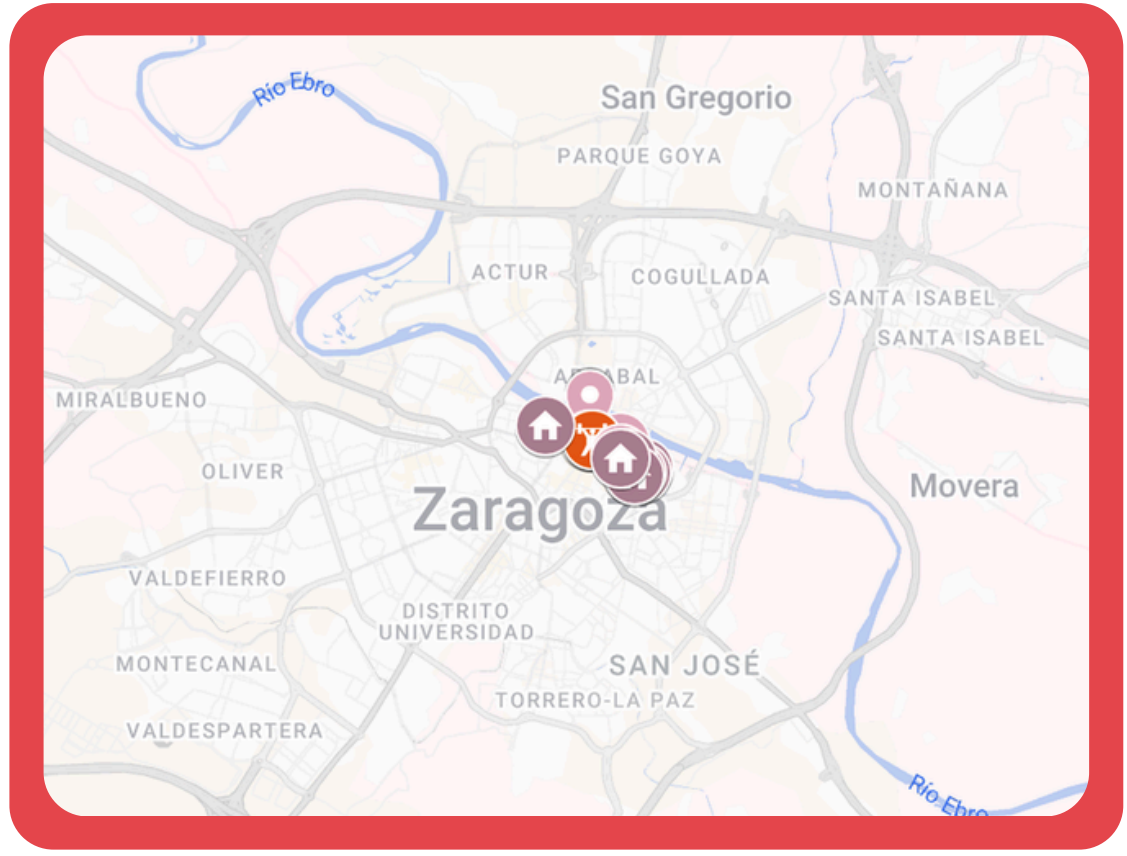
BADAJOZ

¿QUÉ ESTÁ PASANDO EN ZARAGOZA?

En **Aragón (Zaragoza)**, hemos desarrollado **ciclos de paseos con fotografía participativa** para realizar un diagnóstico emocional del territorio y clasificar espacios de riesgo o seguridad.

Junto al colectivo **Bielas Salvajes**, hemos organizado **talleres de movilidad y bicicleteadas feministas** para recuperar la autonomía y el derecho a transitar libremente el espacio público.

El proceso culminó en **mesas de concertación** donde presentamos un **decálogo de propuestas colectiva**s que exigen compromisos institucionales reales.



¿Quieres saber más?

Accede a: https://bit.ly/484Kpbd

ZARAGOZA

DECÁLOGO DE ACCIÓN: CUIDÁNDONOS

Como cierre, Granada acogió el encuentro “Paseos violetas”, uniendo a **mujeres de Andalucía, Extremadura, Aragón y Asturies.**

Mediante la metodología de los **paseos de Jane, el enfoque SCBA y la *herstory***, rescatamos las vidas y experiencias de 18 mujeres históricas de Granada para fortalecer nuestra memoria colectiva.

.

Conectamos lo**s procesos de Zaragoza, Badajoz y el Valle de Lecrín**, transformando vivencias en estrategias colectivas para prevenir violencias machistas cotidianas.

El encuentro generó un **decálogo estatal de buenas prácticas**, reafirmando que las mujeres somos el motor clave para construir barrios y pueblos seguros e igualitarios

FRENTE A LA VIOLENCIA, CORRESPONSABILIDAD Y ACCIÓN

DECÁLOGO

Este decálogo es el resultado de un proceso de “aprender-haciendo”, nace de recorrer un camino colectivo desde diversos territorios. En los paseos comunitarios, se han creado espacios de encuentro y dinámicas participativas en Andalucía, Extremadura y Aragón. A partir de la experiencia compartida de estos territorios, junto con la incorporación de Asturias, mediante la escucha activa y el diálogo entre mujeres con trayectorias diversas, se han identificado claves comunes para prevenir las violencias machistas. Este “cómo”, basado en lo vivencial, lo comunitario y lo situado, es también parte fundamental de las propuestas que aquí se recogen.

1. GARANTIZAR ESPACIOS PÚBLICOS SEGUROS, ACCESIBLES Y LIBRES DE VIOLENCIAS
2. GARANTIZAR UNA RESPUESTA INSTITUCIONAL ACCESIBLE, COORDINADA Y LIBRE DE VIOLENCIAS INSTITUCIONALES
3. CO-CREAR MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE LAS VIOLENCIAS MACHISTAS Y BIENESTAR CON LAS MUJERES
4. SITUAR LA SALUD INTEGRAL DE LAS MUJERES Y DE SUS ENTORNOS EN EL CENTRO DE LA RESPUESTA
5. RECONOCER Y FORTALECER EL PAPEL DEL TEJIDO COMUNITARIO FEMINISTA
6. PONER EN EL CENTRO LA VOZ, LA DIVERSIDAD Y LA AUTONOMÍA DE LAS MUJERES
7. IMPULSAR LA EDUCACIÓN Y LA SENSIBILIZACIÓN COMO HERRAMIENTAS DE TRANSFORMACIÓN SOCIAL
8. RECUPERAR LA MEMORIA FEMINISTA INTERSECCIONAL COMO HERRAMIENTA DE PREVENCIÓN
9. GENERAR METODOLOGÍAS PARTICIPATIVAS FEMINISTAS QUE CONECTEN EXPERIENCIA Y ACCIÓN EN TERRITORIO
10. TRANSFORMAR LA CULTURA QUE SOSTIENE LAS VIOLENCIAS

CONOCE EL DECÁLOGO ESTATAL CON MÁS DETALLE EN:

UN PROYECTO DE farmamundi

FINANCIADO POR

MINISTERIO DE IGUALDAD
SECRETARÍA DE ESTADO DE IGUALDAD Y PARA LA ERRADICACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES
DELEGACIÓN DEL GOBIERNO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

APRENDE Y ACTÚA

CURSO MOOC

Esta **formación online gratuita de 15 horas** permite aprender a tu ritmo cómo transformar barrios y pueblos.

Combina **módulos teóricos y paseos guiados** para avanzar del **poder interior al poder para transformar** bajo enfoques de género, diversidad y derechos humanos. Incluye certificado y las herramientas necesarias para convertirte en agente de cambio comunitario.

¡ACCEDE YA!

GUÍA DIDÁCTICA

Esta guía ofrece **fichas y ejemplos adaptables para facilitar los paseos comunitarios en cualquier entorno.**
Permite a colectivos y profesionales identificar activos locales situando el **saber experto de las vecinas** en el centro de la acción.

Así, transforma el caminar en un aprendizaje colectivo para prevenir las violencias machistas desde lo cotidiano.

VOCES DEL CAMBIO

APRENDÍ QUE NO ESTAMOS SOLAS Y QUE MERECEMOS RESPETO

– JOANNA, ARAGÓN

MUCHAS VECES NORMALIZAMOS COSAS QUE NOS HACEN DAÑO EN NUESTRO DÍA A DÍA, COSAS QUE NO PODEMOS PERMITIR, QUE MINIMIZAMOS POR LO QUE NOS DICE LA SOCIEDAD

– SILVIA, BADAJOZ

HAY PEQUEÑAS VIOLENCIAS QUE ESTÁN NORMALIZADAS, AUNQUE LAS VEAMOS COMO NORMALES NO SON LO NORMAL, SINO QUE NO QUITAN LA LIBERTAD A LAS MUJERES

– CARMEN, GRANADA

A LOS 61 AÑOS APRENDÍ A AVANZAR SIN MIEDO

– SONIA, ARAGÓN

JUNTAS

UN PROYECTO DE

farmamundi

FINANCIADO POR

MINISTERIO DE IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO DE IGUALDAD Y PARA LA ERRADICACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO