

Temas

Mujeres, Salud mental/Bienestar emocional, Salud sexual y reproductiva, Salud comunitaria, Cultura, ocio y naturaleza, Participación.

Descripción

El projecte s'emmarca dins de les línies d'acció per a la reducció dels determinants socials de la salut, oferint un espai d'**escolta activa, no judici i empoderament col·lectiu** que actua com a factor protector davant l'aïllament social i el malestar psicològic.

Beneficis Clau

Aquest recurs contribueix directament a la millora de la salut i el benestar de les participants a través dels següents actius:

1. **Enfortiment de la Xarxa Social i Suport Mutu:** Fomenta la creació de **vincles de complicitat** (sororitat), combatent l'individualisme i oferint un entorn d'acompanyament davant les vulnerabilitats emocionals.
2. **Desenvolupament de l'Autoconeixement i l'Autodefensa Emocional:** Proporciona eines per identificar fortaleces i vulnerabilitats, millorant la **gestió emocional** i l'adquisició d'habilitats d'autodefensa (verbal, emocional i psicològica).
3. **Apoderament i Autonomia:** Impulsa la **participació activa** i la construcció de discurs crític, contribuint a la recuperació de l'autonomia i a la transformació de les estructures de poder.
4. **Creació d'Espais Segurs i de Cures:** L'espai és percebut com un **refugi lliure d'estereotips i rols de gènere tradicionals**, essencial per al desenvolupament ple i la reducció de l'estrès psicosocial.

Quan? Tots els dijous de 17 a 19h

On? Institut Antoni Cumella. Roger de Flor s/n Granollers

Informació de Contacte

Per a més detalls sobre l'agenda i la metodologia, o per derivar usuàries:

- **Entitat:** Associació Feminista Sorotopia
- **Adreça de Referència:** Casal Cívic i Comunitari Granollers Centre, Carrer Nou, 22. (Granollers)
- **Telèfon/WhatsApp:** 621 142 898
- **Correu Electrònic:** info@sorotopia.org

Población

Jóvenes (12-29 años) - Mujeres (Granollers)

Persona de contacto

Eva Cuenca Rodríguez (621142898) (info@sorotopia.org)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Associacio Feminista Sorotopia

Fecha de última actualización de la actividad

09/12/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle Roger de Flor s/n 08401 Granollers Institut Antoni Cumella Granollers Barcelona Cataluña España



Página web del proyecto

<http://sorotopia.org>

Imagen de la Actividad

Espai Pandora

Vine a transformar el te



Un espai per crear, pensar, compartir i
transformar amb mirada feminista

4 de 5

