

# PASSAT , PRESENT I PODER QUEER

## Vivències lgtbiq+ transformadores

### OBJECTIUS

- Fomentar l'autoreflexió sobre el recorregut vital com a persona LGTBIQ+.
- Visibilitzar experiències diverses dins del col·lectiu.
- Visibilitzar experiències diverses dins del col·lectiu.
- Transformar vivències difícils en espais d'apoderament col·lectiu.
- Practicar l'escolta activa, el respecte i la comunicació emocional.

### PERSONES DESTINATÀRIES

- \*Joves \*lgtbiq+ a partir de 13 anys.

### DURACIÓ

- 2 hores

### MATERIAL

- Folis DIN A3, llapis, \*rotus, colors, cola, adhesius.

### CONCEPTES CLAU

- Identitat
- Visibilitat
- Rebuig i violència
- Orgull i comunitat
- Apoderament

**Un recorregut personal i col·lectiu per les nostres vivències com a persones LGTBIQ+, per a reconèixer-nos, compartir i construir comunitat.**

Aquesta dinàmica està dirigida a adolescents i joves LGTBIQ+ que desitgin explorar, compartir i reflexionar sobre el seu recorregut personal en relació amb la seva identitat. A través de dinàmiques creatives i col·lectives, busquem generar un espai segur on visibilitzar experiències, construir comunitat i transformar vivències difícils en força i poderament.

### DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

#### Fase 1: Línia del temps individual

1. Cada participant rep una fulla i dibuixa una línia del temps que va des del seu naixement (0 anys) fins a la seva edat actual.
2. En aquesta línia, marquen moments significatius relacionats amb la seva identitat LGTBIQ+:

Primeres preguntes o dubtes.

Sortides de l'armari.

Situacions de rebuig, \*bullying o violència.

Moments d'orgull, trobada amb comunitat, aliances, etc.



3. Es recorda que aquesta part és individual i introspectiva. Es pot escriure, dibuixar, usar símbols o colors.

4. Avís important: aquest taller no és un espai terapèutic. Animem a regular què es vol compartir i què no, especialment si hi ha vivències traumàtiques que no poden sostenir-se en aquest espai.

## Fase 2: Línia del temps col·lectiva en moviment

1. Les persones es col·loquen en fila, espatlla amb espatlla, formant una línia imaginària que representa la línia del temps.

2. La persona facilitadora va dient trams d'edat:

-“De 0 a 3 anys, algú té algun record?”

-“De 3 a 6 anys?”

-“De 6 a 9 anys?”

I així successivament fins a arribar a l'edat actual.

3. Si algú vol compartir un moment significatiu, el fa en veu alta.

(No és obligatori compartir; es respecta el silenci.)

4. Aquesta part ajuda a visualitzar les vivències compartides i les diferències generacionals, i sovint mostra com el futur pot ser més esperançador

## Fase 3: Rol plays

1. Cada persona tria una situació de la seva línia del temps que no hagi estat agradable (\*bullying, rebuig, discriminació...).

2. En petits grups, es representa aquesta situació com si fos una escena teatral.

3. Després, entre totes les persones, es torna a representar la situació, però transformant-la:

Afegint aliances.

Donant veu a qui no la va tenir.

Canviant el final.

Posant límits, respostes, suport.

4. L'objectiu és recuperar el poder, imaginar alternatives i sentir-se acompanyades per la comunitat.

## Tancament del taller

- Espai breu per a compartir com s'han sentit.
- Recordar que cada vivència és vàlida.
- Reforçar la idea que no estem sols i que la comunitat pot ser un espai de cura i força.

## + CRONOGRAMA

| ACTIVITAT                   | TEMPS   |
|-----------------------------|---------|
| Introducció                 | 5 min   |
| Línia del temps             | 30 min. |
| Línia del temps en moviment | 30 min  |
| Rol play                    | 45 min  |
| Tancament                   | 10 min  |

