

HISTORIAS DE VIDA

Actividad de concienciación sobre la violencia de género

somqs

LA VOZ DE LAS
MUJERES
VÍCTIMAS DE
VIOLENCIA DE
GÉNERO



“HISTORÍAS DE VIDA”



Desde la asociación Somos Más, integrada por mujeres que han sido víctimas de violencia de género y ahora luchan por visibilizar y erradicar esta lacra, queremos presentarles una actividad profundamente transformadora: "Historias de Vida".

La violencia de género es un problema que afecta a nuestra sociedad en todos sus niveles, y aunque los esfuerzos para combatirla han avanzado, sigue siendo fundamental educar, sensibilizar y crear espacios donde se pueda entender su impacto real, desde una perspectiva humana y cercana.

¿En qué consiste "Historias de Vida"?

"Historias de Vida" es una actividad creada y presentada por las mujeres de Somos Más, donde compartimos nuestros propios testimonios de vida. A través de nuestras voces, buscamos ofrecer una perspectiva directa y real sobre lo que supone vivir bajo el yugo de la violencia de género, así como el proceso de recuperación y empoderamiento.

El objetivo principal de esta actividad es concienciar, prevenir y sensibilizar a la ciudadanía sobre el impacto físico y psicológico de la violencia de género, abordando aspectos como:

- El ciclo de la violencia: cómo comienza, se perpetúa y las dificultades que enfrentan las víctimas para romper con esa realidad.
- Las secuelas emocionales y físicas: desde el daño psicológico hasta el aislamiento social.
- La superación y el empoderamiento: cómo es posible reconstruir una vida tras salir de esa espiral de abuso.

A través de un formato interactivo y cercano, los asistentes podrán escuchar de primera mano las historias de aquellas que han vivido y sobrevivido a esta realidad, reflexionando sobre cómo podemos como sociedad romper con esta problemática. Asimismo, fomentaremos el debate y la participación activa, ofreciendo un espacio seguro donde resolver dudas, compartir impresiones y plantear alternativas de apoyo a víctimas.

MISIÓN Y VISIÓN



¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Esta actividad está pensada para todo tipo de público, desde jóvenes y adolescentes hasta adultos, profesionales del sector social, equipos municipales y cualquier persona interesada en la prevención de la violencia de género. Creemos firmemente que cuanto más sepamos sobre el tema, mejor podremos actuar como comunidad, y en ese sentido, es clave que los testimonios lleguen a la mayor cantidad de personas posible.

¿POR QUÉ ELEGIR ESTA ACTIVIDAD?

Lo que hace única a "Historias de Vida" es la autenticidad y el poder de los testimonios reales. Esta actividad no se basa en teorías abstractas o discursos alejados de la realidad, sino en la vivencia directa de mujeres que han superado la violencia y ahora desean compartir su experiencia para ayudar a otras personas a identificarla, combatirla y evitarla.

Les invitamos a considerar la posibilidad de incorporar esta actividad en sus programas de sensibilización y prevención. Estamos seguras de que el impacto será notable, tanto en términos de concienciación como en la creación de una comunidad más comprometida y solidaria con las víctimas.

somos
♀



CONTACTO

**Somos Más, Asociación de mujeres
víctimas de violencia machista**

www.asocsomosmas.com
asoc.somosmas@gmail.com
[@SomosMás](https://www.instagram.com/SomosMás)