

PROJECTO TRENQUEM ETIQUETES

Ciclo de talleres de sexualidad consciente, diversidad y relaciones saludables para jóvenes y colectivo LGTBIQ+

1. PRESENTACIÓN

Este proyecto propone un **ciclo anual de talleres dirigidos a jóvenes y al colectivo LGTBIQ+** con el objetivo de generar espacios seguros, participativos y transformadores donde poder abordar la sexualidad, la identidad y las relaciones desde una perspectiva consciente, inclusiva y libre de juicios.

La propuesta nace desde la necesidad de crear lugares donde hablar de aquello que muchas veces no se enseña: cómo nos construimos, cómo nos relacionamos, cómo influyen los estereotipos en nuestra vida y cómo desarrollar vínculos más sanos y auténticos.

Los talleres tendrán un **formato dinámico y experiencial**, alejándose de las charlas tradicionales y apostando por:

- dinámicas participativas
- reflexión grupal
- ejercicios de autoconocimiento
- debate
- educación emocional
- herramientas prácticas aplicables al día a día.

El enfoque estará centrado en la sexualidad consciente, entendida como una forma de vivirnos con mayor presencia, responsabilidad, respeto y autenticidad.

INFORMACIÓN GENERAL

Lugar: Edificio Rodes C/ Vistabella 17, Alcoy

Horario: 19:00 h a 20:30

Periodicidad: Segundo jueves de cada mes (excepto agosto)

2. TALLERES

TALLER 1: ¿Cómo se construye tu identidad sexual?

TEMA 2: Relaciones sanas y diversas rompiendo estereotipos.

TEMA 3: Diversidad afectivo-sexual

TEMA 4: Identidades trans y no binarias: comprender para acompañar

TEMA 5: Masculinidades y presión social

TEMA 6: El impacto del lenguaje

TEMA 7: Redes sociales, odio y radicalización

TEMA 8: Salud mental y emocional, identidad y pertenencia.

TEMA 9: Los Referentes para los jóvenes y colectivo LGTBIQ+ e invisibilidad

TEMA 10: Diversidad familiar

TEMA 11: Derechos humanos y convivencia en diversidad

TALLER 1: ¿Cómo se construye tu identidad sexual?

Un espacio para explorar cómo se forma nuestra identidad sexual y afectiva a través de la familia, la cultura, la educación, las experiencias personales y los mensajes sociales que recibimos desde la infancia. A través de dinámicas participativas y reflexión grupal, se trabajará la comprensión de conceptos como identidad, orientación, género, deseo, autenticidad y diversidad, favoreciendo el desarrollo de una mirada más consciente y libre sobre uno mismo y los demás.

Contenidos:

- Construcción de la identidad
- Sexo, género, orientación e identidad
- Influencia del entorno y los estereotipos
- Diversidad afectivo-sexual
- Autoaceptación y autenticidad

Fecha: Jueves 2 de julio 2026. Público: A partir de 16 años.

TEMA 2: Relaciones sanas y diversas rompiendo estereotipos.

Un taller orientado a revisar los modelos de relación aprendidos y cómo los estereotipos de género, el amor romántico y ciertas dinámicas normalizadas pueden afectar a nuestros vínculos. Se ofrecerán herramientas para fomentar relaciones más conscientes, igualitarias y saludables, trabajando la responsabilidad afectiva, la comunicación y los límites desde una mirada práctica y experiencial.

Contenidos:

- Mitos del amor romántico
- Roles y estereotipos de género
- Comunicación consciente
- Consentimiento y límites
- Relaciones sanas y responsabilidad afectiva

Fecha: Jueves 9 de julio 2026. Público: A partir de 16 años.

TEMA 3: Diversidad afectivosexual

Un taller para profundizar en la diversidad sexual y afectiva desde una perspectiva cercana, natural e inclusiva, desmontando mitos y favoreciendo la comprensión de distintas realidades.

Contenidos:

- Orientación sexual
- Diversidad y etiquetas
- Bisexualidad e invisibilidad
- Mitos frecuentes
- Respeto y convivencia
- Fecha: Jueves 10 septiembre 2026. Público: A partir de 16 años.

TEMA 4: Identidades trans y no binarias: comprender para acompañar

Un espacio para acercarse a las realidades trans y no binarias desde la empatía, la información y el respeto, favoreciendo la eliminación de prejuicios y desinformación.

Contenidos:

- Qué significa ser trans
- Personas no binarias
- Pronombres y respeto
- Procesos personales y sociales
- Cómo acompañar desde el entorno

Fecha: Jueves 15 de octubre 2026. Público: A partir de 16 años.

TEMA 5: Masculinidades y presión social

Un taller para reflexionar sobre cómo afecta la presión social y los modelos tradicionales de masculinidad en la salud emocional, las relaciones y la identidad de los chicos jóvenes.

Contenidos:

- "Qué significa ser hombre"
- Represión emocional
- Violencia y homofobia
- Presión social y miedo al juicio
- Nuevas masculinidades conscientes

Fecha: Jueves 12 noviembre 2026. Público: A partir de 16 años.

TEMA 6: El impacto del lenguaje

Un espacio para tomar conciencia de cómo el lenguaje construye realidad y cómo determinadas expresiones, bromas o comentarios pueden afectar al bienestar y la convivencia.

Contenidos:

- Lenguaje y discriminación
- Bromas normalizadas
- Insultos relacionados con género y orientación
- Impacto emocional y social
- Comunicación respetuosa

Fecha: Jueves 10 diciembre 2026. Público: A partir de 16 años.

TEMA 7: Redes sociales, odio y radicalización

Un taller para analizar cómo influyen las redes sociales en la construcción de identidad, los discursos de odio y la polarización entre jóvenes.

Contenidos:

- TikTok y construcción de referentes
- Discursos antifeministas y LGTBIQ+
- Acoso online
- Algoritmos y polarización
- Pensamiento crítico digital

Fecha: Jueves 14 enero 2027. Público: A partir de 16 años.

TEMA 8: Salud mental y emocional, identidad y pertenencia.

Un espacio para hablar sobre ansiedad, rechazo, autoestima y soledad, visibilizando la importancia del bienestar emocional de los jóvenes y dentro del colectivo.

Contenidos:

- Ansiedad y miedo al rechazo
- Autoestima y pertenencia
- Soledad y validación social
- Presión social
- Herramientas de autocuidado emocional

Fecha: Jueves 11 febrero 2027. Público: A partir de 16 años.

TEMA 9: Los Referentes para los jóvenes y colectivo LGTBIQ+ e invisibilidad

Un taller para reflexionar sobre la importancia de sentirse representado y cómo los referentes impactan en la construcción de la autoestima, identidad y sentido el sentido de pertenencia.

Contenidos:

- Historia y referentes
- Cultura y representación
- Invisibilidad social
- Importancia de verse reflejado
- Construcción de identidad colectiva

Fecha: Jueves 11 marzo 2027. Público: A partir de 16 años.

TEMA 10: Diversidad familiar

Un espacio para normalizar la existencia de distintos modelos familiares y fomentar una convivencia basada en el respeto y la inclusión.

Contenidos:

- Familias homoparentales
- Diversidad de modelos familiares
- Estereotipos y prejuicios
- Convivencia y normalización

Fecha: Jueves 8 abril 2027. Público: A partir de 16 años.

TEMA 11: Derechos humanos y convivencia en diversidad

Taller de cierre del ciclo enfocado en integrar todo lo trabajado durante el año desde la convivencia, el respeto y los derechos humanos.

Contenidos:

- Igualdad y discriminación
- Libertad individual
- Convivencia en diversidad
- Empatía y ciudadanía consciente
- Construcción colectiva de espacios seguros

Fecha: Jueves 13 mayo 2027. Público: A partir de 16 años..

3. EVOLUCIÓN DEL PROYECTO

Aunque se presenta una programación estructurada, el ciclo mantendrá una mirada flexible y adaptable. Las temáticas podrán seguir evolucionando y ajustándose según las necesidades, inquietudes e intereses que se detecten entre las personas participantes a lo largo del desarrollo de los talleres, permitiendo construir un espacio vivo y conectado con la realidad del grupo.