



# ABRAZO POWER

MURAL ARTÍSTICO-EDUCATIVO

---

CREADO POR:

**SEX**



 [sexus\\_org](https://www.instagram.com/sexus_org)  
[sexus@abd-ong.org](mailto:sexus@abd-ong.org)

# ¿QUÉ ES ABRAZO POWER?

Descubre el proceso de creación del mural. Conoce el proyecto YAS+

**PROMOCIÓN DE SEXUALIDADES LIBRES Y PLACENTERAS MEDIANTE EXPRESIONES ARTÍSTICAS DESDE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO E INTERCULTURAL**

"**Abrazo power**" es un mural que surge de una propuesta educativa con jóvenes entre 16 y 24 años. Se trata de un grupo de **jóvenes referentes** que recibieron una formación para posteriormente impartir acciones educativas a su grupo de iguales con el acompañamiento y soporte del equipo técnico de SEXus.

La iniciativa pretende **abordar estrategias comunitarias y artísticas para promover la educación y salud sexual** desde una perspectiva

saludable, placentera y positiva mediante un enfoque de género e intercultural. La obra ha contado con la colaboración de las artistas de **Sola Me Gusto** y pretende transmitir valores de sororidad, corresponsabilidad y alianza por un mundo intercultural y feminista. A su vez, el mural pretende **poner en el centro la capacidad de transformar, deconstruir y reapropiarse de los códigos, lenguajes e imaginarios** por las personas jóvenes con el fin de ofrecer una visión libre de estigmas y violencias sobre las sexualidades, así como visibilizar la necesidad de **habitar un mundo más justo e igualitario**.



# MONTAR EL MURAL

Aprende a montar y desmontar el mural.  
Ten en cuenta los cuidados a la hora de exponerlo y transportarlo.

## DIMENSIÓN:

El tamaño del mural es de 60cmx120cmx180cm.

Esta formado por 6 cajas plegables de 60cmx60cmx60cm.

Las cajas han de colocarse, una vez montadas, en dos filas de tres, haciendo que coincidan las ilustraciones que quedan a cada lado del mural. Fijate en el dibujo del ejemplo.



## MONTAJE:

Es importante asegurar que la superficie sobre la que se va a exponer el mural es segura, sin humedad, arena o algún material que pueda dañar o rasgar las cajas o la pintura. Si el suelo o terreno no es el idóneo, es necesario proteger la base del mural con una lona plástica un poco gruesa.

Las cajas son independientes unas de otras y así van al apilarlas. Sin embargo, si alguna vez es necesario pegar las cajas unas con otras para que la estructura del muro sea más estable, ya sea porque hay mucha gente o viento, es posible pegar las caras correspondientes con cinta de carroceros (es la única que no daña luego el material y se despegará más fácilmente), haciendo la típica "o" de celo para que se pegue en las dos caras al unirlos.

## DESMONTAJE:

Una vez acabada la exposición hay que retirar la cinta de carroceros, en el caso de que se haya utilizado. Doblar las cajas todas de la misma forma, dejando las partes internas de la caja hacia fuera. Una vez estén todas desmontadas hay que envolverlas todas juntas con el plástico de burbujas, fijarlo con celo, y guardar el paquete dentro de la funda de transporte.

Para el **MANTENIMIENTO**, lo mejor es guardarlo cubierto con una lona plástica que no deje pasar la humedad y el agua. Para proteger las esquinas, es necesario que el plástico de burbujas de aire quede bien doblado, sin hacer grandes protuberancias en las esquinas, fijándolo con el celo en algún lateral. Para plegar y transportar el mural resulta necesario hacerlo con cuidado. Al doblar las cajas asegurarse de que se está haciendo de la forma correcta y no hacia el lado contrario. Todas las cajas se han de plegar de la misma forma. Al apilar las cajas, tanto vertical como horizontalmente, se ha de asegurar que no sobresale ninguna esquina que pueda dañarse o romperse con facilidad.

# ACTIVIDAD

¡Pongamos en práctica el poder de los abrazos!

## OBJETIVOS:

- Relacionarse a través del contacto corporal.
- Visibilizar el consentimiento explícito a través del tacto.
- Explicitar los límites personales.

## MATERIAL:

- Música y sala amplia.

## DURACIÓN:

- 1.30 horas.

## DESCRIPCIÓN:

Se enciende una música tranquila y las participantes han de ir caminando de forma individual, la persona que guía la actividad da las siguientes indicaciones: Cuando te cruces con una persona y contactes de forma visual iros acercando, por parejas, y colocarse una persona delante de la otra. Cerrar los ojos.

A partir de este momento nada es obligatorio, si se siente incomodidad se da un paso atrás y se acaba el contacto físico. Si se siente comodidad, sólo si se siente, dar un paso al frente. Sentir la presencia de la otra persona. Si hay comodidad, sólo si la hay, poner las manos delante, de forma que las dos personas juntan las palmas. Sentir el contacto, puedes masajear. Si hay comodidad, sólo si hay, podéis masajear el antebrazo poco a poco. Si hay comodidad, sólo si la hay, podéis masajearos los hombros. Si sigue habiendo comodidad podéis fundiros en un abrazo, sentiros, el tiempo que necesitéis. La persona que guía la actividad ha de dar la señal para deshacer la pareja, volver a caminar por la sala, y repetir el proceso creando 3 nuevas parejas.

Al acabar, sentarse todas en círculo, y expresar y reflexionar sobre cómo nos hemos sentido, la comodidad, que nos ha aportado poder tener contacto físico, facilidades y dificultades..

\*\*Se contempla la posibilidad de realizar la actividad en grupos no mixtos. Desde SEXus disponemos de un [catálogo de talleres](#) para trabajar diferentes temas que abordan las sexualidades, la corporalidad, la seguridad y violencia, la diversidad sexual y de género, fluidos corporales, el ciclo menstrual, y muchos mas! Puedes consultarlo [aquí](#).

