



Resum executiu

Defensores visibles

Experiències, impactes, riscos
i necessitats de les defensores feministes
i de drets sexuals i reproductius

Defensores visibles. Experiències, impactes, riscos i necessitats de les defensores feministes i de drets sexuals i reproductius. Resum executiu

Autoria:

**Informe elaborat per les investigadores Uxía Reboiro del Río
i Leon Freude del grup de recerca GRETA (Universitat Pompeu Fabra)**

Coordinació:

**Elena Cardona Papiol i Mar Baños López.
(Associació de Drets Sexuals i Reproductius)**

Disseny i maquetació:

La Pera Comunicació SCCL

Barcelona, abril 2026

Document PDF accessible



Aquesta obra està subjecta a la llicència de Reconeixement - No Comercial -
Compartir Igual (by-nc-sa) 4.0 internacional de Creative Commons



Un projecte de:



Facultat
de Ciències Polítiques
i Socials

Finançat per:



Introducció

En els darrers anys, l'auge de l'extrema dreta, la consolidació de discursos anti-gènere i anti-drets i la normalització de l'hostilitat envers els feminismes han configurat un context polític i social cada cop més advers per a les defensores feministes i dels drets sexuals i reproductius (DSiR).

Aquest escenari no només afecta el debat públic, sinó també les condicions materials, polítiques i personals en què aquestes defensores desenvolupen la seva tasca, incrementant la seva exposició a deslegitimació, atacs i diverses formes de violència.

En aquest marc, el projecte Defensores Visibles, impulsat per l'Associació de Drets Sexuals i Reproductius, finançat per l'IFE amb cofinançament del Ministeri d'Afers Exteriors, i realitzat pel grup de recerca GRETA de la Universitat Pompeu Fabra (UPF), posa el focus en un col·lectiu sovint invisibilitzat

dins l'àmbit dels drets humans i busca reforçar-ne la protecció, el reconeixement i el sosteniment.

En aquest sentit, aquest projecte ha tingut per objectiu explorar les experiències de les defensores feministes i dels DSiR, partint de la percepció que la violència que les afecta es produeix de manera reiterada i té una dimensió estructural, amb efectes sobre els cossos, les trajectòries vitals i les pràctiques activistes i quotidianes.

Amb un enfocament feminista interseccional, la recerca es proposa, d'una banda, generar evidència empírica sobre com es manifesta aquesta violència, en quins espais es produeix i que impactes té i, de l'altra, contribuir al disseny de polítiques públiques orientades a garantir la protecció, el suport i la sostenibilitat de les defensores i dels moviments feministes.

La investigació, desenvolupada entre setembre de 2025 i gener de 2026 a Catalunya i l'Estat espanyol, s'ha basat en una metodologia de mètodes mixtes participatius. L'anàlisi combina una enquesta amb més de 70 respostes, 38 Relief Maps¹ individuals, 6 grups focals i 7 entrevistes semiestructurades, fet que ha permès captar tant patrons generals com experiències situades.

Al llarg de tot el procés, la implicació de l'Associació de Drets Sexuals i Reproductius ha estat clau per a la facilitació i el desenvolupament de la recerca, tant per la seva trajectòria i reconeixement en l'àmbit dels DSiR com per les xarxes de confiança construïdes amb les defensores, que han fet possible la coordinació del treball de camp, la participació de les activistes i la definició d'eines de recerca ajustades a les seves experiències, preocupacions i necessitats.

Aquest document presenta un resum executiu de la recerca i recull, de manera sintètica, els principals resultats de l'anàlisi. A partir de la síntesi de les 10 idees clau, l'informe exposa les principals conclusions sobre les experiències de violència, hostilitat i desprotecció que afronten les defensores, així com les recomanacions formulades a partir dels resultats obtinguts.

L'informe exposa les principals conclusions sobre les experiències de violència, hostilitat i desprotecció que afronten les defensores, així com les recomanacions formulades a partir dels resultats obtinguts.

1. Per a més informació sobre la metodologia Relief Maps, el seu funcionament i les seves aplicacions, podeu consultar reliefmaps.upf.edu

La recerca

70

respostes

38

Relief Maps

6

grups focals

7

entrevistes

1

**Defensores Visibles:
10 idees clau
sobre les seves
experiències, impactes,
riscos i necessitats**

Clau 1

Diversitat d'atacs i formes de violència en diferents espais

La recerca documenta formes diverses de violència contra les defensores feministes i dels DSiR, que es desplega de manera connectada entre espais digitals, institucionals, judicials, laborals, comunitaris i també dins dels mateixos espais feministes.

A l'enquesta, un 21,1% identifica la violència, amenaces o assetjament com a reptes rellevants, i un altre 21,1% assenyala la criminalització o els obstacles legals.

Les entrevistes i grups focals recullen denúncies impulsades per actors **anti-gènere, amenaces greus, assetjament digital, agressions físiques i pintades o assenyalaments a l'espai públic.**

Aquestes violències poden afavorir la normalització i la impunitat. En conjunt, aquestes agressions tenen una dimensió política perquè dificulten l'acció feminista i la defensa dels DSiR.

21,1%

Un 21,1% identifica la violència, amenaces o assetjament com a reptes rellevants

Aquestes agressions tenen una dimensió política perquè dificulten l'acció feminista i la defensa dels DSiR.

Clau 2

L'Estat i les institucions com a espai central de malestar, desprotecció i disputa política

L'Estat i les institucions apareixen menys com a espais de garantia que com a espais de malestar, desprotecció i disputa política. Els Relief Maps els situen com l'espai amb més malestar en tots els activismes analitzats, i les entrevistes i grups focals hi associen traves, impunitat, pèrdua de pes institucional dels feminismes, manca de recursos i dificultats d'interlocució.

A l'enquesta, un 60,5% identifica la manca de recursos econòmics i institucionals com a repte, un 56,6% la manca de suport polític o institucional, i un 80,3% assenyalava aquest suport com el més necessari i urgent. Tot i que només un 20,8% menciona les institucions com a actor anti-gènere directe, un 92% considera que la protecció institucional és nul·la o escassa.

Aquest context, que diverses participants vinculen a l'entrada de l'extrema dreta a les institucions, genera frustració, por i autocensura, i apunta a la necessitat de reconeixement institucional clar, protecció efectiva i finançament estable.

92%

Un 92% considera que la protecció institucional és nul·la o escassa

L'entrada de l'extrema dreta a les institucions genera frustració, por i autocensura, i existeix la necessitat de reconeixement institucional, protecció efectiva i finançament estable.

Clau 3

Els entorns digitals com a espai clau d'hostilitat, exposició i retirada estratègica

Els espais digitals emergeixen com un dels principals àmbits d'hostilitat, exposició i fustigació contra les defensores, tot i ser alhora fonamentals per fer incidència, generar comunitat i visibilitzar accions del moviment.

Els Relief Maps situen els espais virtuals en segona posició pel que fa al malestar, i a l'enquesta el 61% identifica els usuaris anònims a les xarxes socials com a actors anti-gènere. Les entrevistes recullen insults, discursos d'odi, campanyes de difamació, atacs islamòfobs, xenòfobs, anti-gènere i TERF², mentre que un 36,4% considera els mitjans de comunicació com a actors anti-gènere. A més, un 59,5% percep un augment clar dels atacs i discursos anti-gènere en els darrers tres anys.

Davant d'això, moltes activistes redueixen presència digital, limiten la participació o tanquen canals, amb costos en termes de visibilitat i incidència. Malgrat això, només un 23,4% ha rebut formació en seguretat digital i un 54,5% no n'ha rebut però en voldria, fet que reforça la necessitat de protecció digital integral i de diversificar infraestructures d'organització.

Un 59,5% percep un augment clar dels atacs i discursos anti-gènere en els darrers tres anys.

59,5%

Moltes activistes redueixen presència digital, limiten la participació o tanquen canals, amb costos en termes de visibilitat i incidència

2. Feministes radicals trans-excloents, per les seves sigles en anglès. En aquesta recerca s'ha optat per mantenir aquesta terminologia, en coherència amb els relats recollits, atès que és la que han utilitzat les participants per referir-se a determinats posicionaments i pràctiques dins dels espais feministes.

Clau 4

Malestar sostingut, anticipació i hipervigilància

La recerca mostra que la violència contra les defensores no són episodis puntuals, sinó que es manifesta a través de microagressions, assenyalaments, amenaces i situacions reiterades de pressió que impregnen la vida quotidiana.

Els Relief Maps associen aquest malestar especialment a les institucions públiques i als espais virtuals, i les entrevistes descriuen estats d'hipervigilància, pràctiques d'evitació, sensació de viure a la defensiva, cansament acumulat i dificultats de descans.

Els impactes no són només individuals, sinó també col·lectius, i afecten equips i organitzacions. El risc és, d'una banda, l'esgotament i, de l'altra, la normalització de la hipervigilància.

D'aquí se'n desprèn la necessitat d'espais de cures, suport emocional continuat i formes d'organització que assumeixin els límits emocionals.

Pressió

Microagressions

Assenyalaments

Amenaces

Hipervigilància

Se'n desprèn la necessitat d'espais de cures, suport emocional continuat i formes d'organització que assumeixin els límits emocionals.

Clau 5

Qüestionament i descrèdit com a forma de desgast

La recerca identifica el qüestionament sistemàtic i el descrèdit com atacs que apareixen de manera recurrent en les experiències de les defensores. Aquesta violència erosiona la seva legitimitat política i les obliga a justificar constantment tant el que fan com el seu dret a fer-ho.

A les entrevistes, això adopta formes com sospites sobre el finançament d'organitzacions, ridiculització de polítiques d'igualtat o banalització de drets.

A l'enquesta, un 86,8% identifica la desinformació i els discursos conservadors/anti-drets com un dels obstacles més greus per a la seva tasca. Els impactes inclouen cansament crònic, autocontenció i una càrrega afegida per defensar la legitimitat del treball feminista.

La necessitat que emergeix és la d'un reconeixement polític efectiu dels feminismes i de suports col·lectius davant les estratègies de deslegitimació.

86,8%

un 86,8% identifica la desinformació i els discursos conservadors/anti-drets com un dels obstacles més greus per a la seva tasca.

El qüestionament sistemàtic i el descrèdit erosionen la legitimitat política de les defensores i les obliga a justificar constantment tant el que fan com el seu dret a fer-ho.

Clau 6

Realitats interseccionals en l'exposició i el risc

L'exposició a la violència i les seves conseqüències no es distribueix de manera homogènia, sinó que està modulada per les posicions socials de les activistes.

Els Relief Maps mostren que l'activisme antiracista concentra nivells més elevats de malestar, mentre que en l'activisme LGTBIQ+ guanyen pes com a espais de malestar la família, el barri/poble i l'espai públic, i en l'activisme feminista destaca especialment el cos.

Les entrevistes mostren que les defensores amb trajectòries migratòries viuen una por específica a les conseqüències administratives i a l'exposició davant forces de seguretat, mentre que les persones trans i no binàries afronten una vulnerabilitat específica davant l'auge anti-gènere i l'hostilitat TERF.

La joventut també emergeix com un eix rellevant, tant per la manca de reconeixement dins d'alguns espais com per la intensitat amb què es viuen els retrocessos. En conjunt, la recerca mostra que la interseccionalitat configura formes específiques d'hostilitat, vulnerabilitat i risc.

Espais de malestar

Antiracista

Intensitat elevada

LGTBIQ+

Família/espai públic

Feminista

Cos

Les defensores amb trajectòries migratòries viuen una por específica a les conseqüències administratives i a l'exposició davant forces de seguretat, i les persones trans i no binàries afronten una vulnerabilitat específica davant l'auge anti-gènere i l'hostilitat TERF.

Clau 7

El cos com a territori d'impacte

Els resultats mostren que les experiències de violència i hostilitat també tenen una dimensió corporal. Els Relief Maps mostren que és un dels espais de malestar més elevat en l'activisme feminista, i les entrevistes hi associen esgotament, ansietat o malestar físic.

Aquest desgast s'intensifica per la participació simultània en múltiples activismes, que multiplica els fronts de conflicte, les responsabilitats i el temps dedicat, mentre redueix les possibilitats de recuperació. “Posar el cos” apareix com una pràctica central de l'activisme, però també com una font de vulnerabilitat, especialment en contextos de mobilització i en disputes sobre autonomia corporal.

El principal risc és l'esgotament físic, emocional i mental, amb efectes directes sobre la salut, la vida quotidiana i la continuïtat de la tasca activista. La necessitat que emergeix és descansar i tenir recursos de cures i acompanyament emocional.

Esgotament

Efectes en la salut

Acompanyament

Recursos de cures

“Posar el cos” apareix com una pràctica central de l'activisme, però també com una font de vulnerabilitat, especialment en contextos de mobilització i en disputes sobre autonomia corporal.

Clau 8

Autoprotecció, autocontenció i adaptació: estratègies necessàries amb costos polítics

Davant la violència sostinguda, les defensores despleguen estratègies d'autoprotecció que resulten necessàries i sovint eficaces per reduir l'exposició, però que tenen costos polítics, emocionals i simbòlics.

- En l'àmbit **digital**, això inclou reduir presència, deixar de publicar, tancar canals o desactivar comentaris.
- En l'àmbit **presencial** i organitzatiu, ocultar espais de reunió, prioritzar trobades cara a cara o reforçar la discreció.
- La recerca també mostra **adaptacions més profundes**, com l'ajust del llenguatge o l'evitació de terminologia feminista per mantenir finançament o interlocució en contextos anti-drets, cosa que reflecteix un tancament del camp polític.

Tot i que aquestes pràctiques poden preservar la seguretat i la continuïtat, també comporten pèrdua de visibilitat, tensió interna, frustració i risc de normalitzar l'autocontenció com a condició permanent.

La necessitat que emergeix és construir marcs col·lectius de protecció que no individualitzin el cost de sostenir la presència pública.

La recerca mostra adaptacions com l'ajust del llenguatge o l'evitació de terminologia feminista per mantenir finançament o interlocució en contextos anti-drets.

Clau 9

Xarxes, amistats i espais militants com a fonts de suport

Davant l'hostilitat sostinguda, les xarxes d'amistat, els espais militants i les comunitats de proximitat apareixen com a infraestructures quotidianes de resistència. Els Relief Maps situen les amistats i les associacions o espais d'activisme com els principals espais de benestar, i les entrevistes i grups focals reforcen la importància del suport de les companyes, el barri i la comunitat com a fonts de contenció, reparació i persistència.

A l'enquesta, la construcció d'aliances amb altres col·lectius feministes i DSiR és l'estratègia més esmentada per resistir a l'anti-gènere i als anti-feminismes (79,2%), i la cura i suport psicosocial apareixen també com a estratègies centrals (55,8%). Tanmateix, en aquests espais també apareixen conflictes interns, manca de suport i dificultats per sostenir aliances.

En aquest context, un 78,9% de les defensores declara necessitar més suport emocional i psicosocial, i un 73,7% assenyalava la necessitat de fomentar xarxes i aliances amb altres col·lectius feministes i LGBTIQ+, fet que reforça la importància de consolidar xarxes més estables, àmplies i capaces de donar resposta col·lectiva.

79,2%

El 79,2% construeix aliances amb altres col·lectius feministes i DSiR com estratègia per resistir a l'anti-gènere i als anti-feminismes

L'enquesta reforça la importància de consolidar xarxes més estables, àmplies i capaces de donar resposta col·lectiva.

Clau 10

Precarietat, sostenibilitat i futur del treball feminista i de DSiR

La recerca mostra que la violència i l'hostilitat es veuen amplificades per la precarietat del sector i la inestabilitat del finançament, que redueixen la capacitat de planificació, resposta i sosteniment de les organitzacions, desgasten els equips i limiten la possibilitat d'afrontar crisis i contingències. La vulnerabilitat, en aquest sentit, no prové només de l'agressió, sinó de la combinació entre agressió, infrafinançament i manca d'estructures de sosteniment.

Les entrevistes mostren els costos econòmics, emocionals i de temps dels processos judicials i dels mecanismes de protecció, mentre que els grups focals destaquen el finançament inestable, la precarització i la reducció de línies de suport. A l'enquesta, la manca de recursos econòmics i institucionals és assenyalada per un 60,5%, la manca de suport polític o institucional per un 56,6%, el suport polític i institucional apareix com el suport més necessari (80,3%) i el suport financer també ocupa un lloc central (69,7%). A més, un 92% considera que la protecció institucional és inexistent o escassa.

En aquest sentit, protegir les organitzacions feministes i de DSiR amb finançament estable i flexible, millors condicions laborals i fons d'emergència és també protegir la societat civil i la democràcia davant l'erosió i el retrocés de drets.

69,7%

un 69,7% considera que el suport financer és inexistent o escàs.

Protegir les organitzacions feministes i de DSiR amb finançament estable i flexible, millors condicions laborals i fons d'emergència és també protegir la societat civil i la democràcia

2

Conclusions per sostenir a les Defensores Visibles

Les conclusions de la recerca evidencien que l'hostilitat, els atacs, la criminalització i les violències contra les defensores feministes i dels DSiR constitueixen una realitat sostinguda a Catalunya i a l'Estat espanyol.

No es tracta de fets aïllats ni de conflictes individuals, sinó de situacions identificades que es manifesten en diversos àmbits com els espais institucionals, laborals, digitals, comunitaris, familiars i militants. El 77,2% de les participants percep un augment dels discursos o atacs anti-gènere en els darrers tres anys, i el 86,8% afirma haver-se sentit criminalitzada o estigmatitzada per la seva tasca almenys alguna vegada. En conjunt, els resultats mostren que aquesta violència genera desgast i dificulta la continuïtat de l'acció feminista.

Un dels principals resultats és que les institucions públiques apareixen com un espai clau de malestar, desprotecció i disputa política.

Tot i que haurien d'actuar com a garants de drets, les defensores relaten traves, manca de resposta, retallades de recursos, afebliment d'àrees feministes i absència de conseqüències davant d'atacs anti-gènere. El 92% de les participants percep que la protecció institucional és baixa o inexistent: un 72% considera que hi ha "més aviat poca" protecció i un 20% que no n'hi ha cap.

Aquesta desprotecció no només implica manca de suport, sinó que pot actuar com a factor multiplicador del risc.

Els resultats mostren que la violència genera desgast i dificulta la continuïtat de l'acció feminista

86,8%

El 86,8% afirma haver-se sentit criminalitzada o estigmatitzada per la seva tasca almenys alguna vegada

92%

El 92% de les participants percep que la protecció institucional és baixa o inexistent

En alguns casos, a més, les mateixes institucions són identificades com a agents directes de violència, especialment en un context marcat per la consolidació de l'extrema dreta i per pressions que empenyen algunes organitzacions a modular discursos, reduir visibilitat o autocensurar-se per preservar finançament o interlocució.

La recerca també subratlla la centralitat de la violència digital i mediàtica. Les xarxes socials són espais fonamentals per a l'articulació feminista, la visibilitat i la construcció de comunitat, però també s'han convertit en escenaris d'assetjament, amenaces, assenyalament i exposició pública.

Les xarxes socials són espais fonamentals per a l'articulació feminista, la visibilitat i la construcció de comunitat, però també s'han convertit en escenaris d'assetjament, amenaces, assenyalament i exposició pública.

61%

Un 61% de les participants identifica els usuaris anònims a les xarxes com a actors anti-gènere

23,4%

Només el 23,4% ha rebut formació en seguretat digital i protecció de dades

Un 61% de les participants identifica els usuaris anònims a les xarxes com a actors anti-gènere, mentre que només el 23,4% ha rebut formació en seguretat digital i protecció de dades. La violència digital genera por, augmenta la càrrega de treball, obliga a gestionar constantment l'exposició pública i pot portar a reduir la presència en aquests espais. A això s'hi suma el paper d'alguns pseudomitjans d'extrema dreta i, en ocasions, de mitjans convencionals, en l'amplificació de marcs hostils, fake news i danys reputacionals.

El descrèdit apareix així com una tecnologia quotidiana de desgast i silenciament, reforçada per la desinformació i els discursos anti-drets, identificats pel 86,8% de les participants com el principal obstacle per a la defensa dels DSiR.

Els impactes d'aquestes violències afecten el benestar, les rutines i la capacitat de sostenir l'activitat de les defensores. En el pla emocional i corporal, les defensores relaten por, ràbia, ansietat, cansament, hipervigilància, estat d'alerta i esgotament físic. La violència s'estén a l'anticipació constant de noves agressions, afectant rutines, hàbits, vincles i sensació de seguretat. També s'observen impactes relacionals, organitzatius i polítics: tensions familiars i afectives, sobrecàrrega militant, pèrdua de recursos, debilitament de la confiança interna i dificultats per sostenir col·lectius. Aquests efectes no es distribueixen de manera homogènia.

Les defensores migrants, racialitzades, en situació administrativa irregular, trans, joves o vinculades a l'activisme antiracista afronten formes específiques d'exposició, vulnerabilitat i violència, fet que confirma la necessitat de respostes situades i interseccionals.

86,8%

el 86,8% opinen que el principal obstacle per a la defensa dels DSiR és el descrèdit, la desinformació i els discursos anti-drets

Ràbia

Estat d'alerta

Ansietat

Esgotament físic

Hipervigilància

Finalment, l'estudi mostra que la continuïtat de la defensa feminista i dels DSiR depèn d'infraestructures col·lectives de suport, cura i resistència, igualment de l'accés a finançament públic. Les amistats, els espais militants, les associacions, els col·lectius i les xarxes comunitàries són fonamentals per sostenir emocionalment, políticament i organitzativament les defensores.

El 79,2% de les participants identifica la construcció d'aliances com una estratègia central; el 78,9% assenyala les cures i el suport emocional com una necessitat prioritària; el 73,7% destaca les xarxes i aliances; i el 69,7% reclama suport financer i logístic. Les conclusions apunten a tres necessitats estructurals:

- Reconeixement institucional i protecció efectiva;
- Sosteniment material mitjançant finançament estable i accessible;
- Enfortiment de xarxes, cures, suport psicosocial, seguretat digital, assistència jurídica i suport comunicatiu.

Protegir les defensores feministes i dels DSiR és una qüestió democràtica perquè la seva desprotecció debilita la societat civil, erosiona drets i redueix la qualitat democràtica davant l'avenç de l'ofensiva anti-drets.

Les amistats, els espais militants, les associacions, els col·lectius i les xarxes comunitàries són fonamentals per sostenir emocionalment, políticament i organitzativament les defensores.

78,9%

el 78,9% assenyala les cures i el suport emocional com una necessitat prioritària

79,2%

El 79,2% de les participants identifica la construcció d'aliances com una estratègia central

69,7%

El 69,7% reclama suport financer i logístic

3

**Recomanacions
per sostenir a les
Defensores Visibles**

Les següents recomanacions sorgeixen de la recerca sobre la situació de les defensores de DSiR, amb l'objectiu de garantir el sosteniment del seu activisme en un context de vulnerabilitat creixent a través del reconeixement institucional de la tasca defensora i de les organitzacions defensores, la prevenció de la violència, la protecció integral davant aquesta i la reparació de possibles atacs.

Recomanació 1

Reconèixer legalment la figura de les defensores i de les organitzacions feministes, de drets humans i DSiR i establir i garantir mecanismes institucionals de protecció

Els DSiR són un indicador clau de qualitat democràtica i progrés social, perquè mesuren fins a quin punt es garanteixen l'autonomia corporal, l'accés a drets fonamentals i la igualtat ciutadana.

En aquest marc, les defensores feministes i dels DSiR tenen un paper central en la promoció i protecció d'aquests drets davant resistències, desigualtats i violències. Per això, és essencial reconèixer legalment la seva tasca i establir mecanismes institucio-

nals de protecció, suport i seguiment que reforcin la seva legitimitat i redueixin la desprotecció. Aquesta recomanació s'adreça a les institucions públiques, responsables de garantir drets i impulsar mesures efectives amb recursos suficients.

Alhora, beneficia les defensores en reforçar-ne el reconeixement, la protecció i les condicions de treball, i afavoreix una aplicació més efectiva, homogènia i no discriminatòria dels DSiR per al conjunt de la població.

Reforçar

el reconeixement

la protecció

les condicions de treball

R. 1.1

Crear un marc legal específic de reconeixement i protecció de les defensores feministes i dels DSiR

Crear un marc legal específic de reconeixement i protecció de les defensores de drets humans, feministes i dels DSiR, que en reconegui la funció social i política i estableixi mesures de suport i protecció.

Aquest marc ha d'incorporar una perspectiva feminista interseccional per abordar les diverses formes de vulnerabilització, i comptar amb recursos suficients, criteris clars i capacitat operativa per garantir-ne l'aplicació efectiva i reforçar la seva legitimitat pública.

R.1.2.

Desenvolupar mecanismes públics de protecció i resposta davant les violències contra les defensores feministes i de DSiR

Desenvolupar mecanismes públics de protecció i resposta davant les violències contra les defensores per garantir una actuació institucional adequada, coordinada i efectiva. Han d'incloure protocols clars, sistemes de detecció, derivació, resposta ràpida, seguiment i suport, així com mesures específiques davant violències en espais físics i digitals, sota coordinació d'actors públics com els ajuntaments o departaments competents.

També cal articular una xarxa multisectorial de resposta immediata, vinculada als protocols públics i integrada per administracions, tercer sector i societat civil amb enfocament feminista interseccional. Aquesta xarxa ha de facilitar acompanyament, orientació i suport davant situacions de risc, i ha de comptar amb recursos suficients, formació específica i capacitat d'adaptació a la diversitat d'experiències de les defensores.

Marc legal amb:

Perspectiva feminista

Recursos suficients

Criteris clars

Capacitat operativa

Xarxa multisectorial amb:

Acompanyament

Orientació

Formació

Capacitat d'adaptació

Suport

Recursos

R.1.3.

Implementar mesures per prevenir, detectar i contrarestar la deslegitimació de les defensores feministes i de DSiR en l'esfera pública

Implementar mesures específiques per prevenir i contrarestar la difamació, la desinformació i la deslegitimació que afecten les defensores en l'esfera pública, reforçant-ne la protecció i el reconeixement social i institucional. Cal impulsar mecanismes de corresponsabilitat pública per evitar narratives estigmatitzadores, discriminatòries o desinformadores sobre defensores en àmbits mediàtics, digitals, institucionals i polítics.

Això ha d'incloure directrius i recomanacions públiques per prevenir la deslegitimació, sistemes de seguiment i alerta, formació en perspectiva feminista i de drets humans per a actors amb incidència pública, i indicadors sobre deslegitimació i violència simbòlica o mediàtica en els instruments públics d'avaluació.

Cal impulsar mecanismes de corresponsabilitat pública per evitar narratives estigmatitzadores, discriminatòries o desinformadores sobre defensores en àmbits mediàtics, digitals, institucionals i polítics.

Directrius

Recomanacions

Perspectiva feminista

Sistemes d'alerta

Formació

Indicadors

Sistemes de seguiment

Recomanació 2

Garantir i blindar finançament públic estable, flexible i accessible per a les organitzacions feministes i de DSiR, amb l'objectiu d'assegurar recursos estructurals i sostinguts que permetin donar continuïtat al treball, la cura dels equips i la gestió dels riscos

Les activistes i organitzacions feministes que defensen els drets humans i els DSiR són agents clau per a la democràcia, perquè sostenen espais de retiment de comptes, denúncia, incidència, acompanyament i resposta davant vulneracions de drets i violències.

La seva tasca reforça els drets fonamentals, el teixit social i una societat civil activa i crítica. Per això, disposar de finançament públic estable, flexible i accessible és una condició clau per garantir la continuïtat de la seva activitat. La precarietat financera, la dependència de convocatòries puntuals i la manca de recursos estructurals en limiten la capacitat d'organització, planificació i protecció.

Aquesta recomanació s'adreça a les institucions públiques com responsables de garantir marcs de finançament sostenibles que assegurin la continuïtat del treball quotidià i la capacitat de resposta davant emergències.

Tot i beneficiar directament defensores i organitzacions, també enforteix la salut democràtica, la protecció de drets i la resposta col·lectiva davant desigualtats i discursos regressius.

Disposar de finançament públic estable, flexible i accessible és una condició clau per garantir la continuïtat de la activitat de les activistes i organitzacions feministes que defensen els drets humans i els DSiR.

R.2.1

Desplegar fons de base estables i flexibles per sostenir les organitzacions feministes i de DSiR

Impulsar fons flexibles i estables per a organitzacions feministes i de DSiR que en garanteixin la supervivència, la sostenibilitat i la continuïtat, i no supeditats a projectes concrets. Aquests recursos han de permetre un ús autònom per sostenir l'activitat ordinària, en termes pràctics, això implica:

- **Poder cobrir salaris**, honoraris i remuneracions estables de les persones que sostenen l'activitat quotidiana de l'organització, encara que no estiguin vinculades a un projecte concret.
- **Sostenir despeses estructurals** com lloguers, subministraments, gestió administrativa, manteniment d'equips o eines digitals.
- **Garantir la continuïtat dels serveis** d'acompanyament jurídic, psicosocial o comunitari que desenvolupen les organitzacions de defensores.
- **Assegurar compensacions** per col·laboracions específiques, com ara xerrades, participació en activitats, treball de camp o altres tasques puntuals.
- **Promoure i reforçar el sosteniment dels espais de cura** i sosteniment dels equips.
- **Donar continuïtat a línies de treball estratègiques**, d'incidència, defensa de drets o treball comunitari que sovint no poden sostenir-se únicament a través de projectes, però que són centrals per a la missió i la trajectòria de l'organització.

Alhora, aquests fons han d'incorporar criteris de sostenibilitat, flexibilitat financera i distribució equitativa territorial i temàtica i han de facilitar l'adaptació a necessitats canviants sense dependència de convocatòries puntuals o excessivament restrictives.

Adaptació a necessitats

Independència

Distribució equitativa

Flexibilitat financera

Sostenibilitat

R.2.2

Desplegar finançament específic pels costos vinculats a la protecció, la seguretat i la resposta davant situacions de risc

Garantir que les institucions públiques desenvolupin finançament públic específic perquè les organitzacions feministes i de DSIR puguin protegir-se davant contextos d'hostilitat, violència i desprotecció.

La protecció no pot dependre només de recursos extraordinaris o de l'autogestió, sinó d'una inversió pública sostinguda que consolidi estructures, coneixements i eines de prevenció, resposta i sosteniment. Les despeses subvencionables o finançables haurien d'incloure, entre d'altres, costos vinculats a:

- **La contractació d'expertesa externa** i les consultories especialitzades per al disseny, desenvolupament, implementació i revisió de protocols i mecanismes de protecció.
- **La formació continuada** per reforçar les capacitats dels equips en diferents àmbits, com la seguretat digital i física, la protecció de dades, la gestió de riscos, la custòdia de proves i la comunicació de crisi.
- **L'adaptació, el manteniment i l'actualització de la infraestructura física** i de l'arquitectura digital de les organitzacions, incloent-hi eines i sistemes de seguretat, control d'accessos, reforç d'espais, còpies de seguretat, xifratge, servidors segurs i altres dispositius de protecció i emmagatzematge segur de la informació.
- **Creació de noves unitats o departaments** i incorporació de personal específic per assumir noves àrees relacionades amb la seguretat, la protecció i la resposta davant incidents, així com per coordinar, activar, revisar i fer el seguiment dels protocols i mecanismes implementats.
- **Les mesures de protecció** aplicades a espais, activitats i desplaçaments, incloent-hi dispositius de seguretat en locals, actes públics i altres contextos d'exposició, així com auditories periòdiques per identificar vulnerabilitats i ajustar les mesures adoptades.
- **Les mesures vinculades al compliment normatiu** i legal de l'organització, incloent-hi l'adequació dels seus protocols, procediments i obligacions formals.
- **El suport psicosocial** especialitzat i els recursos de cura i sosteniment dels equips, especialment en situacions de risc, assetjament o exposició sostinguda, per prevenir el desgast i reforçar la continuïtat de l'activitat.
- **Les tasques de coordinació**, accessibilitat, adaptació i avaluació, incloent-hi la traducció i adequació de protocols i materials, i l'avaluació i seguiment de les mesures implementades per detectar mancances i introduir millores.

Particularment, aquest finançament ha de permetre desplegar protocols i altres mecanismes diferenciats o prou amplis per cobrir, com a mínim:

- **La seguretat digital:** els protocols han d'incloure mesures de prevenció, detecció i resposta davant ciberatacs, accessos no autoritzats, filtracions d'informació, doxxing, suplantacions d'identitat, campanyes d'assetjament digital i protecció de dades sensibles, així com pautes de custòdia de proves i recuperació de sistemes.
- **La seguretat física:** han de contemplar l'avaluació de riscos en espais utilitzats per activistes, mesures de protecció en locals, seus, desplaçaments i activitats públiques, així com procediments d'actuació davant amenaces, intimidacions, sabotatges o agressions.
- **El suport legal:** els protocols han de preveure orientació jurídica especialitzada, assessorament preventiu, resposta davant denúncies, amenaces o vulneracions de drets, i criteris per activar defenses adequades segons la naturalesa del cas.
- **La comunicació de crisi:** han d'establir pautes per gestionar situacions de difamació, exposició pública, desinformació o atacs reputacionals, incloent-hi criteris de resposta, protecció de portaveus, coordinació de missatges i estratègies per reduir l'impacte públic i organitzatiu de les agressions.

La protecció no pot dependre només de recursos extraordinaris o de l'autogestió, sinó d'una inversió pública sostinguda que consolidi estructures, coneixements i eines de prevenció, resposta i sosteniment.

Aquests pressupostos específics han de garantir les condicions materials necessàries per consolidar capacitats internes de protecció, prevenció i resposta dins les organitzacions.

D'aquesta manera, es reforça la seva autonomia, la seva capacitat per anticipar i gestionar situacions de risc i la continuïtat de la seva activitat en condicions de major seguretat i estabilitat.

R.2.3

Desplegar fons d'emergència per a la protecció immediata de defensores i d'organitzacions feministes i de DSiR

Impulsar línies específiques de finançament per a emergències per garantir una resposta ràpida i eficaç davant crisis o situacions d'urgència que afectin defensores i organitzacions feministes. Aquests fons han de permetre activar àgilment recursos extraordinaris quan es vegi compromesa la seguretat física, jurídica o digital, la confidencialitat, la continuïtat de l'activitat o la capacitat d'actuació.

En termes pràctics, això inclou, per exemple:

- **Mobilitzar recursos immediats** davant amenaces greus o persecució que requereixin mesures de protecció, reubicació temporal, transport segur o allotjament d'urgència.
- **Respondre a casos de doxxing**, exposició de dades personals o filtració d'informació sensible.
- **Fer front a ciberatacs** que comprometin correus electrònics, arxius interns, bases de dades, canals de comunicació o altra informació confidencial.
- **Actuar davant casos de suplantació d'identitat** digital de defensores o organitzacions.
- **Contenir campanyes** coordinades d'assetjament digital.
- **Intervenir en incidents de seguretat** en espais físics, com ara intimidacions, sabotatges o amenaces.

- **Reforçar la seguretat** en activitats públiques, xerrades, jornades o accions de carrer.
- **Respondre a situacions de pressió o persecució judicial** que requereixin una resposta legal immediata.
- **Activar suport psicosocial**, reorganització urgent de tasques o reforç temporal de personal quan la situació de risc afecti l'equip o el funcionament de l'organització.

El finançament d'emergència ha de poder cobrir, entre d'altres:

- Mesures de protecció immediata.
- Suport psicosocial.
- Assessorament tècnic especialitzat.
- Reforç de la seguretat física i digital.
- Assessorament jurídic-legal urgent.
- Recuperació de sistemes.
- Protecció de proves.
- Quan sigui necessari, la contractació de serveis tècnics especialitzats en ciberseguretat per contenir l'atac, mitigar-ne els efectes i restaurar les condicions mínimes de seguretat.

Recomanació 3

Garantir la provisió de recursos públics destinats a l'enfortiment de les entitats, xarxes i aliances de defensores, reforçant la resistència feminista interseccional

Les defensores feministes i de DSiR actuen a través d'organitzacions, col·lectius i xarxes que sostenen la defensa de drets, l'acompanyament, la incidència política i la resposta davant hostilitats i violències.

Per això, destinar recursos públics a crear, consolidar i reforçar aquestes estructures és clau per garantir una acció continuada, segura i sostenible.

Aquesta recomanació s'adreça a les institucions públiques com a responsables de la provisió de recursos, serveis i suports que reforcin les capacitats organitzatives, la cooperació i les condicions materials de treball.

Les principals beneficiàries són les defensores, perquè milloraria la seva sostenibilitat, la seguretat i la capacitat de resposta davant riscos i violències.

Destinar recursos públics a crear, consolidar i reforçar organitzacions, col·lectius i xarxes que sostenen la defensa de drets és clau per garantir una acció continuada, segura i sostenible.

Millora de la

sostenibilitat

seguretat

capacitat de resposta

R.3.1

Garantir l'accés a espais físics segurs, estables, assequibles i accessibles per a les organitzacions feministes i de DSiR

Les administracions públiques han de garantir a entitats i organitzacions feministes i de DSiR l'accés continuat a espais físics segurs, estables i accessibles, sense dependència del mercat privat de l'habitatge. Cal crear, destinar i mantenir espais públics adequats on puguin reunir-se, planificar i desenvolupar la seva activitat amb continuïtat.

Aquests espais han d'incloure tant sales per a activitats puntuals com locals estables perquè les organitzacions puguin desenvolupar-hi la seva activitat diària de manera sostinguda. Han de ser gratuïts o molt assequibles, per evitar que la seva viabilitat depengui dels costos del mercat.

Garantir l'accés a aquests espais públics permet a les organitzacions centrar-se en la seva tasca de defensa de drets, incidència política i activisme sense la càrrega d'haver de buscar finançament per cobrir les despeses d'espais i infraestructura.

R.3.2

Crear un servei públic d'acompanyament psicosocial destinat a les defensores i a les seves organitzacions que permeti desenvolupar i mantenir estratègies d'autocura

Garantir l'acompanyament psicosocial i les estratègies d'autocura de les organitzacions feministes i de DSiR és clau per preservar la salut mental i emocional de les defensores, especialment en contextos d'assetjament, violència o repressió. Les administracions públiques han de crear serveis públics especialitzats, accessibles i adaptats a les necessitats individuals i col·lectives, amb programes d'acompanyament psicosocial personalitzat i suport emocional immediat, eines per gestionar l'estrès, la pressió emocional i la fatiga generada per la tasca activa, i mesures per prevenir el desgast.

- **Els serveis han de ser flexibles** i adaptats a les demandes i vulnerabilitats específiques de cada defensora, tenint en compte les seves realitats personals, socials, emocionals i professionals.
- **És essencial que es promoguin convenis amb serveis públics de salut mental** i altres recursos comunitaris per facilitar l'accés a teràpies, acompanyament professional i grups de suport.
- També cal **crear programes públics d'acompanyament emocional** per a les organitzacions, per garantir que els equips i les persones implicades en la tasca de defensa de drets disposin de suport davant de situacions d'alta pressió i conflicte.
- Finalment, aquests serveis han de **mesurar l'impacte psicosocial mitjançant mecanismes d'avaluació periòdica**, que permetin ajustar els recursos i les accions per millorar l'acompanyament i la sostenibilitat de les organitzacions i les defensores.

R.3.3

Crear un servei jurídic públic especialitzat feminista per a les defensores de DSiR i les seves organitzacions

Garantir la protecció jurídica de les defensores és clau per sostenir la seva tasca. Per això, les administracions públiques han de crear un servei jurídic públic especialitzat, amb perspectiva feminista interseccional, adreçat a defensores i organitzacions feministes i de DSiR, que ofereixi assistència integral i acompanyament immediat davant agressions, denúncies falses, persecució política, necessitat d'asil o altres vulneracions de drets vinculades a l'activisme.

Aquest servei legal ha de:

- **Encarregar-se de la gestió, la denúncia i l'acompanyament** durant els processos legals, garantint que les defensores tinguin una resposta jurídica ràpida i adequada per protegir-les enfront d'agressions físiques, psicològiques i judicials.
- **Donar suport** a l'acompanyament i assessorament en situacions de persecució judicial o amenaça, incloent estratègies de litigació estratègica per fer front a l'ús de la justícia com a eina de repressió mitjançant slapp.
- **Proporcionar assessorament estratègic** en matèria legal i jurídica, com ara identificar comportaments il·legals i procedir a la seva denúncia, recollir proves adequades, aconsellar sobre la redacció de textos i publicacions per evitar difamació o vulneracions de drets, així com sobre l'ús d'un llenguatge adequat que minimitzi riscos de reclamacions o accions legals i la protecció d'informació confidencial.
- **Ha de ser flexible, especialitzat i adaptat** a les necessitats de les defensores, per garantir la seva seguretat jurídica, davant una potencial judicialització de la seva tasca, i una protecció integral.

Servei jurídic

Assistència integral

Acompanyament immediat

R.3.4

Proporcionar estructures de suport digital per a les defensores i organitzacions feministes i de DSiR

Les administracions públiques han de crear i mantenir estructures de suport digital per garantir la seguretat en línia de les defensores feministes i les seves organitzacions. Aquestes estructures han de proporcionar, entre d'altres:

- Serveis especialitzats en **protecció de dades**.
- **Seguretat digital**.
- **Acompanyament tècnic**.
- Serveis de resposta ràpida davant **ciberatacs**.
- **Assessorament i suport tècnic** immediat en el cas de compromisos de comptes digitals, suplantació d'identitat, o filtració de dades sensibles.

Així mateix, s'ha de proporcionar suport per:

- **Protegir proves digitals** relacionades amb casos de violència, assetjament o vulneracions de drets humans.
- **Emmagatzemar de manera segura** i encriptada informació sensible i activista.

En aquest sentit, es poden oferir serveis de consultoria tècnica especialitzada en seguretat digital, que poden incloure:

- **Assessorament** en la instal·lació i configuració de sistemes segurs com vpn.
- **Xifratge** de correus electrònics.
- **Eines de seguretat** per evitar phishing, malware i altres atacs digitals.

A més, aquestes estructures han de proporcionar formació contínua en seguretat digital, amb tallers i recursos formatius sobre temes com:

- Gestionar **dades personals**.
- Utilitzar eines de **xifratge**.
- Establir **contrasenyes segures**.
- Entrenar en l'identificació de **comportaments il·legals** per a la seva denúncia.

Finalment, aquestes estructures han de garantir la reducció de la vulnerabilitat en línia, proporcionant eines per, entre d'altres:

- A la **navegació privada**.
- L'**autenticació de dos factors**.
- **Altres mesures** per reduir l'exposició digital i garantir la seguretat de les comunicacions internes i externes.

R.3.5

Impulsar la cooperació i defensa col·lectiva a través d'una Taula de Coordinació interseccional

Per enfortir la resistència i la defensa dels drets humans i dels DSiR, les administracions públiques han d'impulsar una Taula de Coordinació entre moviments feministes, de DSiR, LGTBIQ+, antiracistes i altres moviments socials, amb participació institucional. Aquest espai, que podria liderar el Departament d'Igualtat i Feminisme, ha de funcionar com a eina de cooperació, protecció i incidència política amb perspectiva feminista interseccional, incorporant els DSiR com a àmbit prioritari amb mesures concretes, recursos específics i seguiment.

La Taula ha de ser un espai de treball compartit, on els moviments, les institucions públiques i les organitzacions implicades puguin intercanviar coneixements, experiències i recursos, i definir estratègies conjuntes per fer front a agressions polítiques, socials i legals.

Aquest espai ha de funcionar com a eina de cooperació, protecció i incidència política amb perspectiva feminista interseccional, incorporant els DSiR com a àmbit prioritari.

Algunes de les funcions per aquesta taula inclouen:

- Impulsar l'**intercanvi d'informació i recursos**, incloent eines de protecció jurídica i estratègies de seguretat en línia i física, per garantir la seguretat i protecció de les defensores i activistes enfront de la repressió o les amenaces.
- Desenvolupar **estratègies d'incidència política** i social conjuntes, que abordin les demandes de protecció i defensa de defensores, mitjançant campanyes comunes, lobbying i accions de pressió.
- Definir **mecanismes de resposta ràpida** davant situacions d'assetjament, violència o judicialització, i establir protocols comuns de protecció i defensa legal en moments de crisi.
- Crear una **plataforma de comunicació i coordinació** per facilitar la mobilització conjunta davant d'atacs polítics o socials.

Per ser efectiva, ha de ser dinàmica i flexible, per poder respondre de manera ràpida i efectiva a les noves formes d'agressió i repressió; disposar de pressupost propi, mecanismes de seguiment i capacitat operativa suficient. Aquesta cooperació entre moviments i institucions reforça la resposta col·lectiva davant discriminacions, violències i hostilitats.

R.3.6

Fomentar la creació de recursos, línies d'investigació i projectes de generació de coneixement per combatre la violència, l'hostilitat i els atacs contra les defensores feministes i de DSiR

Les administracions públiques han de fomentar la creació de recursos, espais i línies d'investigació que abordin de manera integral la violència, l'hostilitat i els atacs contra les defensores de DSiR i activistes feministes, amb l'objectiu de protegir-les i sostenir la democràcia. Aquestes línies d'investigació han de centrar-se en l'anàlisi de les dinàmiques de violència política, incloent-hi els discursos d'odi, la desinformació i accions SLAPP, que afecten directament les defensores.

Les institucions públiques han de crear i mantenir centres d'investigació, àrees especialitzades i plataformes d'anàlisi dedicades a estudiar l'impacte d'aquestes violències sobre les defensores, identificant els mecanismes legals i socials que utilitzen els agressors per minar la seva feina i coartar els drets humans. Aquests espais d'investigació han de generar coneixement pràctic per dissenyar estratègies de defensa que incloguin polítiques de protecció jurídica, suport psicosocial i mesures de seguretat digital, tot això des d'una perspectiva feminista i de DSiR i sosteniment de les democràcies.

Estratègies de defensa

Creació de recursos

Investigació

Plataformes d'anàlisi

Seguretat digital

Suport psicosocial

Àrees especialitzades

Recomanació 4

Nodrir l'enxarxament i les aliances dins dels feminismes i amb altres moviments socials, amb perspectiva feminista interseccional

Els atacs i la violència contra les defensores formen part de processos globals d'hostilitat contra la societat civil, a Catalunya i la resta del món.

Per això, és fonamental consolidar i ampliar les xarxes feministes per garantir una resposta col·lectiva, forta i coordinada davant retrocessos i amenaces. Una perspectiva feminista interseccional és clau per assegurar aliances representatives i sensibles a les diverses formes de discriminació i privilegi.

Aquesta recomanació s'adreça a la societat civil, responsable d'enfortir aliances dins del moviment feminista i amb altres moviments socials.

Això implica crear espais de cooperació, suport mutu i defensa conjunta, així com protocols de resposta ràpida davant violència, criminalització o desinformació. Aquestes xarxes reforcen la capacitat d'organització, la seguretat i la sostenibilitat de defensores i organitzacions.

sostenibilitat

Reforçament de de la

seguretat

capacitat d'organització

R.4.1

Enfortir aliances i compromisos dins els feminismes i amb altres moviments socials per coordinar respostes ràpides i compartir recursos

Per fer front a la violència, la criminalització i la desinformació contra les defensores de DSiR i altres activistes, cal crear aliances formals dins dels feminismes i amb altres moviments socials afins. Aquestes aliances han de facilitar una resposta coordinada mitjançant recursos compartits, concretament haurien de permetre:

- **Compartir recursos legals**, com assessorament i suport jurídic per defensar les defensores de qualsevol tipus de judicialització o persecució legal derivada del seu activisme.
- **Desenvolupar estratègies de cures** per garantir la salut emocional i mental de les defensores, incloent-hi xarxes de suport psicosocial i espais de cura col·lectiva.
- **Donar suport** a les organitzacions en moments clau i de crisi com davant de possibles atacs, denúncies i altres situacions semblants.
- **Crear fons solidaris** de suport mutu per situacions d'emergència.

Aquestes aliances reforcen la resiliència col·lectiva i permeten una resposta més sòlida, segura i sostinguda davant les amenaces.

R.4.2

Promoure la inclusió de les joves dins de les xarxes activistes per garantir la representativitat intergeneracional i diversa

La representativitat intergeneracional és essencial per garantir que els moviments reflecteixin la diversitat d'experiències, perspectives i necessitats, i per assegurar una transmissió contínua de coneixements i pràctiques entre les generacions.

Aquests espais haurien d'estar basats en la solidaritat intergeneracional, on les experiències i els coneixements es transmeten de manera equitable i es reconeixen les aportacions de totes les persones involucrades.

Per aconseguir-ho, és necessari invitar de forma conscient a les activistes més joves als espais feministes, proporcionant les eines necessàries per a una participació efectiva en la presa de decisions i en les dinàmiques organitzatives.

És necessari invitar de forma conscient a les activistes més joves als espais feministes, proporcionant les eines necessàries per a una participació efectiva.

R.4.3

Promoure l'autocura col·lectiva com una pràctica organitzada dins de les xarxes feministes per evitar l'esgotament i assegurar la continuïtat de la tasca feminista

L'autocura col·lectiva és essencial per mantenir la sostenibilitat emocional i física dels col·lectius feministes i les defensores de DSiR. El treball activista pot ser extremadament exigent i esgotador, i és fonamental que les xarxes feministes implementin pràctiques d'autocura organitzades per evitar l'esgotament i garantir la continuïtat del treball feminista.

Per aconseguir-ho, han de crear espais de cura interns i mecanismes de suport que permetin el descans de les defensores, recuperar-se emocionalment i mantenir el seu benestar mental, emocional i físic a llarg termini. En aquest sentit, és important:

- **Desenvolupar xarxes de cures internes**, amb sessions de suport col·lectiu i espais de trobades i acompanyament, on les activistes puguin compartir les seves experiències, rebre suport i cuidar-se mútuament. Aquests espais han de ser segurs i sostenibles, proporcionant un ambient de recuperació emocional i solidaritat.
- **Crear protocols interns restauratius de conflictes** dins de les xarxes feministes per resoldre tensions internes, promoure una cultura de diàleg i reconciliació i fomentar un ambient de respecte mutu. Els protocols restauratius també poden ser útils per abordar les tensions derivades de la pressió de la tasca activista i garantir que les organitzacions mantinguin una dinàmica de suport i autocura.

Xarxes de cures

Suport col·lectiu

Acompanyament

Espais segurs

Protocols restauratius

Cultura de diàleg

Respecte mutu

“

Protegir les defensores feministes
i dels DSiR és una qüestió democràtica
perquè la seva desprotecció
debilita la societat civil, erosiona drets
i redueix la qualitat democràtica
davant l'avenç de l'ofensiva anti-drets.

”

**All In
Defenders**

**Aliança
Internacional
de Defensores**