

Guía práctica para ayuntamientos y comisiones de fiestas de Sobrarbe

Cuidarnos es nuestra mejor tradición:
Unas fiestas para disfrutar y recordar



**Ideas sencillas para
reducir riesgos
asociados al alcohol y
otras drogas y prevenir
las agresiones
sexuales en nuestros
pueblos.**

Programa Especializado en Adicciones (PEA). Comarca de Sobrarbe

La mejor fiesta es la que deja buenos recuerdos.

Las fiestas de nuestros pueblos son mucho más que un programa de actividades. Son encuentro, tradición, música, convivencia, identidad y comunidad. Son momentos muy esperados durante todo el año y forman parte de lo que somos como territorio.

Precisamente porque las fiestas son tan importantes, merece la pena **detenernos a reflexionar** sobre cómo queremos que sean.

Desde el Programa Especializado de Adicciones (PEA) de la Comarca de Sobrarbe trabajamos desde hace años en la prevención de las adicciones y en la promoción de la salud comunitaria. Creemos que **prevenir no consiste únicamente en informar a las personas sobre los riesgos, sino también en crear entornos que favorezcan decisiones más saludables y relaciones más respetuosas.**

Este folleto nace del trabajo realizado durante las XI Jornadas sobre Prevención Ambiental y Fiestas Se-

guras impulsadas por la Comarca de Sobrarbe, celebradas en abril de 2026: un espacio de reflexión y encuentro.

A partir de estas miradas y de la experiencia acumulada en nuestra Comarca, esta guía ofrece propuestas sencillas y realistas que pueden ponerse en marcha desde cualquier municipio, independientemente de su tamaño o recursos.

No se trata de hacer menos fiesta. Tampoco de señalar ni culpabilizar a nadie, **se trata de incorporar la perspectiva de los cuidados a la organización** de nuestras celebraciones para que todas las personas —vecinas, vecinos, visitantes, jóvenes, personas adultas y mayores— puedan disfrutar de ellas en igualdad, con seguridad y con bienestar.

Porque las mejores fiestas son aquellas que dejan recuerdos, fortalecen el pueblo y hacen que todas las personas se sientan parte de ella.

¿Qué es la prevención ambiental?

La prevención ambiental consiste en actuar sobre el entorno en el que se desarrollan la vida para reducir riesgos y favorecer conductas más saludables. Es decir, se trata de crear unas condiciones que faciliten el disfrute, el cuidado y la convivencia.

No busca prohibir ni controlar la diversión. Busca que el entorno ayude a que las personas puedan tomar decisiones más seguras y que la fiesta sea un espacio agradable para todo el mundo. Todas estas acciones influyen en la forma

en que vivimos las fiestas. No eliminan los riesgos por completo, pero ayudan a reducirlos y transmiten un mensaje claro: en este pueblo queremos disfrutar, pero también queremos cuidarnos.

Si quieres saber más sobre estos temas, puedes consultar la web de la comarca (www.sobrarbe.es), en el apartado del PEA o en el blog de adicciones del Gobierno de Aragón, saludablearagon.blogspot.com. También puedes ponerte en contacto con el equipo del PEA a través del mail prevencion@sobrarbe.com



Medidas sencillas que marcan la diferencia

- ✓ Agua gratuita y visible.
- ✓ Fuentes señalizadas.
- ✓ Baños limpios.
- ✓ Espacios iluminados.
- ✓ Caminos seguros e iluminados desde los aparcamientos.
- ✓ Zonas de descanso.
- ✓ Transporte colectivo o compartido.
- ✓ Alcohóímetros voluntarios.
- ✓ Siempre que haya alcohol gratis (en una ronda, al finalizar un evento...) podemos poner una alternativa sin alcohol y algo de picoteo
- ✓ Cuidar el lenguaje de los programas de fiestas...evitar que, en la forma de atraer a la gente aparezcan palabras asociadas con el consumo abusivo de alcohol

Mirar las fiestas con gafas verdes y moradas

Cuando organizamos las fiestas queremos que la gente participe, se encuentre y disfrute. Sin embargo, a veces incorporamos actividades, mensajes o dinámicas que, sin pretenderlo, pueden

favorecer situaciones de riesgo, asociar diversión y alcohol o excluir a algunas personas.

Os proponemos observar las fiestas con una mirada diferente.



Las gafas verdes: la mirada de la salud

Las gafas verdes nos ayudan a preguntarnos si estamos creando un entorno que favorezca el bienestar y reduzca los riesgos asociados al consumo de alcohol y otras sustancias.

Cuando nos las ponemos, podemos preguntarnos:

- ¿El alcohol es el protagonista de las actividades?
- ¿Existen alternativas atractivas para las personas que no quieren consumir?
- ¿Hay agua gratuita y accesible durante toda la fiesta?
- ¿Disponemos de espacios de descanso, sombra y aseos suficientes?
- ¿Facilitamos formas seguras de volver a casa?
- ¿Estamos promoviendo el disfrute por encima del consumo?



Las gafas moradas: la mirada de los cuidados y la igualdad

Las gafas moradas nos ayudan a identificar situaciones que pueden generar desigualdad, incomodidad o violencia, especialmente hacia las mujeres y otros colectivos que pueden sufrir discriminación.

Cuando nos las ponemos, podemos preguntarnos:

- ¿Todas las personas pueden disfrutar de la fiesta con seguridad y libertad?
- ¿Hay espacios o recorridos que puedan resultar inseguros?
- ¿Las actividades y mensajes que difundimos son respetuosos e inclusivos?
- ¿Existe un protocolo claro ante situaciones de acoso o agresión sexual?
- ¿Estamos fomentando un ambiente donde todas las personas, independientemente de su orientación sexual o identidad de género, se sientan libres de ser quiénes son?

Fiestas libres de agresiones sexistas

Las agresiones sexuales no son un problema individual. Son una responsabilidad colectiva.

No tienen cabida en nuestras fiestas las agresiones sexistas, sexuales ni hacia ningún colectivo por su orientación sexual o identidad de género.

Las agresiones sexuales pueden manifestarse mediante:

- Comentarios, burlas o insultos sexistas.
- Críticas sobre el cuerpo o la apariencia.
- Acoso verbal o físico.
- Contactos físicos no deseados.
- Conductas que generen miedo o incomodidad.

Las agresiones sexuales incluyen:

- Tocamientos o besos no consentidos.
- Presiones para mantener relaciones sexuales.
- Exhibicionismo.
- Acercamientos físicos no deseados.
- Violación.

¿Qué pueden hacer las organizaciones de fiestas?

- Evitar zonas oscuras o aisladas.
- Dar visibilidad al protocolo de actuación.
- Difundir mensajes de respeto e igualdad.
- Promover actividades y ambientes libres de sexismo.

Si has sufrido una agresión

- La agresión nunca es tu culpa.
- Busca apoyo en personas de confianza o profesionales.

Todas las personas tenemos derecho a disfrutar de las fiestas con libertad, seguridad y respeto.



- Si quieres denunciar, intenta conservar las pruebas.
- Acude al centro de salud o llama al 112.

Si presencias una agresión

- No dejes sola a la víctima.
- Pregunta si necesita ayuda.
- Avisa a la organización, al Punto Violeta o al 112.
- No minimices lo ocurrido.

Atención a la sumisión química

Si una persona presenta síntomas como mareo, confusión, pérdida de memoria, somnolencia repentina o cree haber sufrido un pinchazo:

- Llama inmediatamente al 112.
- No la dejes sola.

Decálogo para compartir

Todos y todas somos responsables
de crear espacios seguros

Desaprobea públicamente cualquier
actitud machista u homófoba

Solo SÍ es SÍ

El consumo de alcohol o drogas no justifica
una agresión

Si has sido agredida, no es tu culpa

Si ayudas a una víctima, no la juzgues ni
tomes decisiones por ella

Ante peligro, llama al 112

Conserva pruebas si decides denunciar

Puedes contactar con los servicios
especializados, aunque no denuncies

La denuncia es una opción, no una
obligación. Tú decides.

La comunicación también previene

Los mensajes, imágenes y actividades
que aparecen en los programas de fiestas
ayudan a construir una determinada
forma de entender la fiesta.

Por eso, antes de publicar un cartel o
anunciar una actividad, podemos pre-
guntarnos:

¿Qué mensaje estamos
transmitiendo?



Respecto al alcohol y otras sustancias

Evitemos:

- Asociar diversión y borrachera.
- Utilizar el alcohol como principal re-
clamo.
- Ridiculizar a quienes no consumen.

Promovamos:

- Diferentes formas de disfrutar de la
fiesta.
- Mensajes de cuidado y responsabi-
lidad.
- Alternativas sin alcohol visibles y ac-
cesibles.
- Cumplir con la legislación respecto al
consumo de alcohol y menores.



Respecto a la igualdad

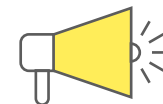
Evitemos:

- Mensajes imágenes o bromas que ri-
diculicen la diversidad sexual o de gé-
nero
- Estereotipos de género.
- Bromas que normalicen el acoso o las
agresiones.

Promovamos:

- Lenguaje respetuoso e inclusivo.
- Mensajes claros contra las agresiones
sexuales.
- Una cultura festiva basada en el res-
peto y los cuidados.

RECUERDA



La venta o suministro de alcohol a menores de edad está prohibida por la ley. Asimismo, las personas menores no pueden servir bebidas alcohólicas en barras, peñas o espacios de venta durante las fiestas.

Las entidades organizadoras son responsables de velar por el cumplimiento de esta normativa y pueden enfrentarse a sanciones en caso de incumplimiento. La prevención también empieza por garantizar que la ley se cumple.





Las fiestas de mi pueblo: ¡Unas fiestas para recordar!

INSTITUTO ARAGONÉS DE LA MUJER:
900504405

TELÉFONO ESTATAL ASESORAMIENTO A
VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO: **016**

WHATSAPP **600 000 016**

ATENCIÓN INTEGRAL DERECHOS LGTBI: **028**

POLICÍA NACIONAL: **091**

EMERGENCIA DE CUALQUIER TIPO: **112**

EMERGENCIAS SANITARIAS: **061**

GUARDIA CIVIL: **062**

PEA SOBRARBE **prevencion@sobrarbe.com**

