PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.

Empoderamiento de las Mujeres

¿Está de moda?



@semujeresslp



Objetivo:

Promover el Empoderamiento de las Mujeres, y su importancia para erradicar las violencias y alcanzar una igualdad sustantiva.

Actividad 1. Mi reflejo

En este ejercicio, las personas deberán presentarse de la siguiente manera.

1. Decir su nombre

2. Mencionar 2 cualidades personales





PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí
ya cambió.
Ahora va por más.



@semujeresslp

PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

EL CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.

3 Autonomía



2 Empoderamiento

1 Emancipación

@semujeresslp



1 Emancipación

Jurídicamente la emancipación es la obtención de los derechos de la mayoría de edad por parte de adolescentes

La emancipación política se conoce como el proceso mediante el cual un país o nación rompe sus vínculos de dependencia política y administrativa frente a otro estado.

Emancipación es la acción de **liberarse de cualquier forma de subordinación, dependencia o control** ejercido por otra persona, grupo o entidad.

En este sentido, la emancipación implica el paso de un **estado de dependencia a otro de autonomía**, en el que los lazos de sujeción se rompen y se adquiere la libertad para actuar y tomar decisiones por sí misma.

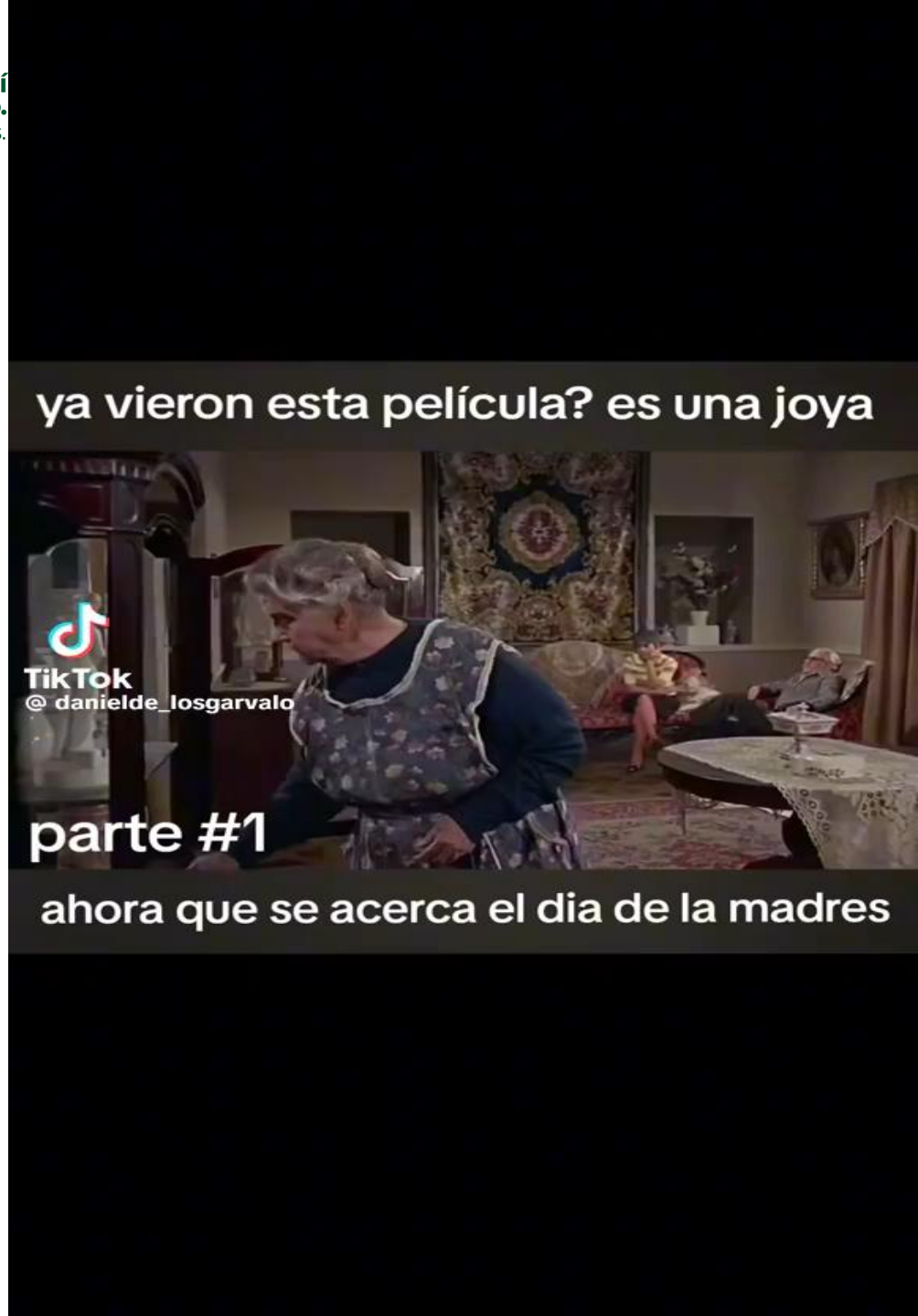
Por ello, el concepto se asocia con la ***recuperación de la libertad***, la potestad o la soberanía, tanto en el ámbito personal como en el colectivo.



Emancipación

Liberarse de las relaciones de opresión y dominación.




ya vieron esta película? es una joya
TikTok
@ danielde_losgarvalo
parte #1
ahora que se acerca el dia de la madres



PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se VIVE

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.

@semujeresslp

PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

EL CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.



2

Empoderamiento.-

Es el ***proceso del fortalecimiento de las capacidades, la autoconfianza*** , la perspectiva, y el **protagonismo** de una persona o grupo de personas con miras a impulsar cambios positivos en la sociedad, modificando el rol de dichas personas que juegan en ella.

@semujeresslp

Empoderamiento de las Mujeres

Es un ***proceso*** por medio del cual las mujeres ***transitan de cualquier situación de opresión , desigualdad, discriminación, explotación o exclusión a un estadio de conciencia, inclusión, autodeterminación y autonomía***, el cual se manifiesta en el ejercicio del poder democrático que emana del goce pleno de sus derechos y libertades.

Ley General de Acceso de las Mujeres a una vida libre de violencia (LGAMVLV)

Orígenes y Evolución del Empoderamiento de la Mujer

Concepto	SURGE	1980
RAE	ACEPTADA	2018

AGENDA 2030

PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.



@semujeresslp

PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.

Agenda 2030

Los 7 principios del Empoderamiento de la Mujer

1.- Promover la igualdad de género desde la dirección al más alto nivel . Las empresas deben establecer metas y objetivos claros para implementar la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres en su estrategia corporativa.

2.- Tratar a todos los hombres y mujeres de forma equitativa en el trabajo. Esto implica respetar y defender los derechos humanos y la no discriminación en todas la políticas y prácticas laborales.

3.- Velar por la salud, la seguridad y el bienestar de todos los trabajadores y trabajadoras: Las empresas deben crear un entorno laboral seguro y saludable, libre de acoso y violencia.

4.- Promover la educación, la formación y el desarrollo profesional de las mujeres: Es esencial ofrecer oportunidades de capacitación y desarrollo para que las mujeres puedan avanzar en sus carreras.

5.- **Llevar a cabo prácticas de desarrollo empresarial, cadena de suministro y marketing a favor del empoderamiento de las mujeres:** Las empresas deben integrar la igualdad de género en sus operaciones comerciales y en su cadena de suministro.

6.- **Promover la igualdad mediante iniciativas comunitarias y cabildeo:** Las empresas deben involucrarse en la comunidad y abogar por políticas que apoyen la igualdad de género.

7.- **Evaluar y difundir los progresos realizados a favor de la igualdad de género:**
Es importante medir y comunicar los avances en la implementación de éstos principios para fomentar la rendición de cuentas y la mejora continúa.

PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.



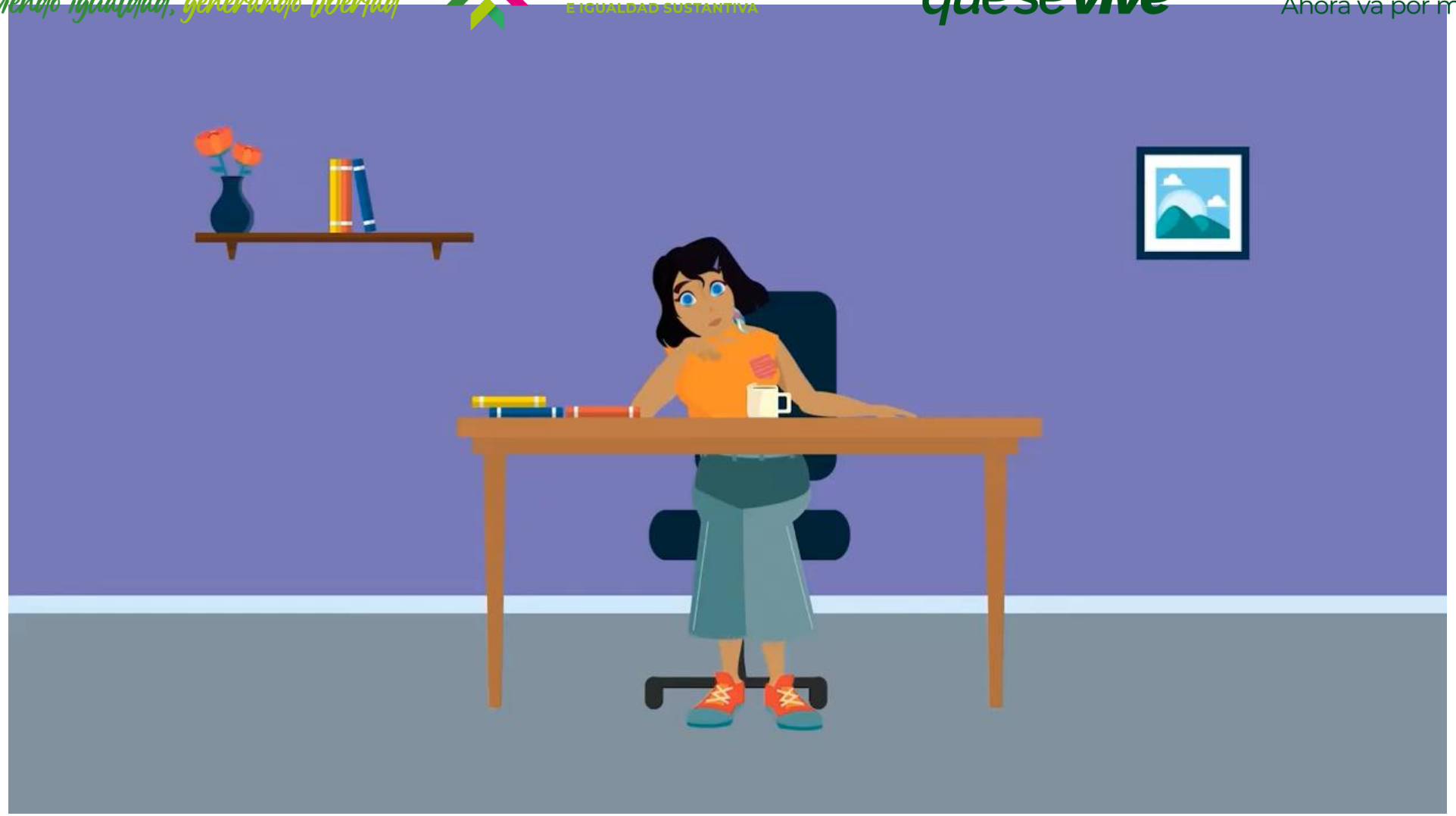
@semujeresslp



El empoderamiento de las mujeres es ***la principal herramienta de los feminismos***. Este movimiento busca transformar estructuras patriarcales que históricamente relegaron a la mujer a roles pasivos, domésticos y secundarios. ***Implica visibilizar sus derechos y ampliar su participación en todos los ámbitos sociales.***

Sus principios fundamentales son:

•Promoción de la igualdad de género en todos los ámbitos.
•Garantía del trato legal y social igualitario.
•Autonomía corporal y acceso a la salud sexual y reproductiva.
•Educación con perspectiva de género para eliminar estereotipos sexistas.



Sin embargo, fue una **década después** cuando se retomó en la **4ª conferencia mundial sobre la Mujer en Beijing**, con el claro objetivo que se comenzara a hacer mención al aumento de la presencia de la mujer y su clara **participación** en ámbitos de poder como la **toma de decisiones.**



PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

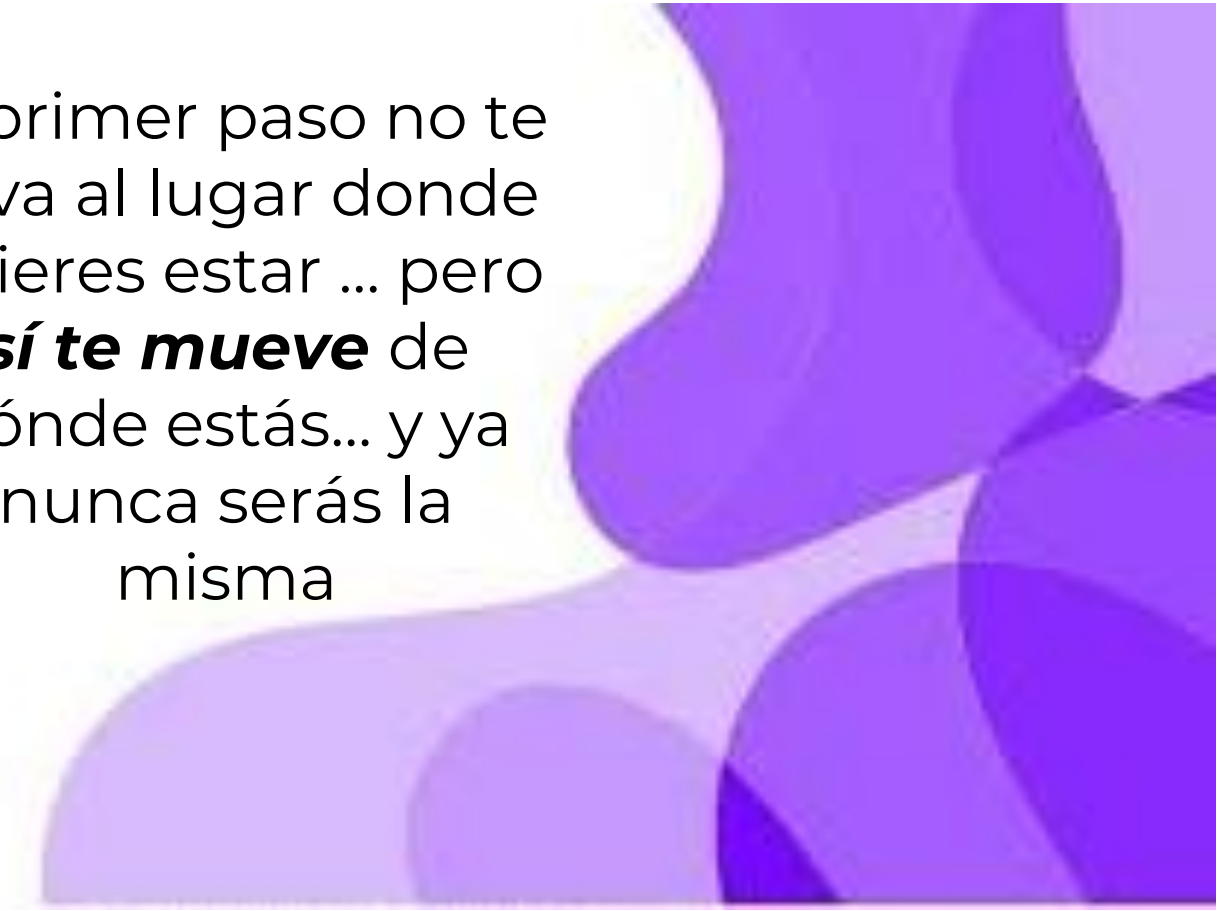
SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.



El primer paso no te lleva al lugar donde quieres estar ... pero ***sí te mueve*** de dónde estás... y ya nunca serás la misma



@semujeresslp

PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.



EMPODERAMIENTO

=

TENER PODER SOBRE NOSOTRAS MISMAS

@semujeresslp

Actividad 2. Dos verdades y un sueño



Cada persona comparte en una papeleta dos afirmaciones sobre su vida: una es cierta y una es un sueño que desea cumplir.

Las demás deben adivinar quién lo escribió y cuál es el sueño.

•Ejemplo (Cotidiano / Divertido):
•Verdad: Tengo una colección de más de 50 plantas en mi sala.

•*Sueño:* Tomar un curso intensivo de repostería en París.


¡Lo que nunca se rinde!
Marbella Sánchez

El Empoderamiento puede ser Personal o Colectivo.

- **Empoderamiento personal:** Es la ***capacidad de una persona para influir en su propia vida***, tomando decisiones y desarrollando habilidades para lograr sus metas.

Componentes: Autoconocimiento, autoestima, autonomía emocional y económica y la habilidad para comunicar necesidades de forma asertiva.

Objetivo: Ser agente activo de cambio personal, con la libertad de elegir y actuar.



@semujeresslp

- **Empoderamiento colectivo:** Es cuando ***grupos de personas***, a menudo marginadas, ***adquieren recursos, habilidades y confianza para mejorar su situación y su entorno***.

Componentes: Organización, participación comunitaria, unión para defender derechos y construir alternativas.

Objetivo: Transformación social, erradicación de la desigualdad y mejora de la calidad de vida de toda la comunidad.


IMAGEN
PAOLA ROJAS
8:55
• Corren a funcionaria de Chiapas por tur
@PisayCorreTV

PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.

Si solas podemos...





Actividad 3. Círculo de Empoderamiento

En este ejercicio, las personas participantes se acomodan en círculo, cada participante ***comparte un logro personal o un desafío que ha superado***. Las demás miembros del grupo ofrecen palabras de apoyo y celebran sus éxitos.

Esto no solo fortalece la autoestima de cada una, sino que también inspira y motiva a las demás.

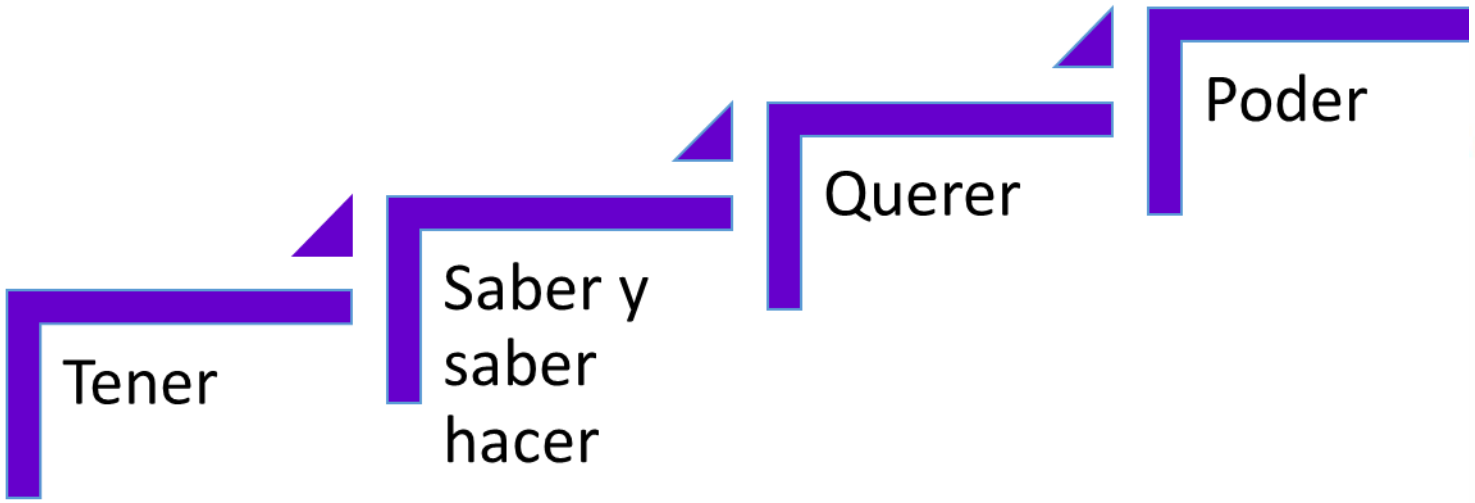
PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.

Empoderamiento de la Mujer





@semujeresslp

COMPONENTES

EMPODERAMIENTO

- COGNITIVO
- PSICOLÓGICO
- POLÍTICO
- ECONÓMICO

COGNITIVO



- Comprender las **condiciones de subordinación**.
- **Abolir creencias antiguas** sobre la subordinación femenina. (romper con patrones históricos)

PSICOLÓGICO



Incluye el desarrollo de sentimientos que las mujeres pueden poner en práctica a nivel personal y social para mejorar su condición (**Autoestima**, **resiliencia**, confianza, ilusión, **pasión**).

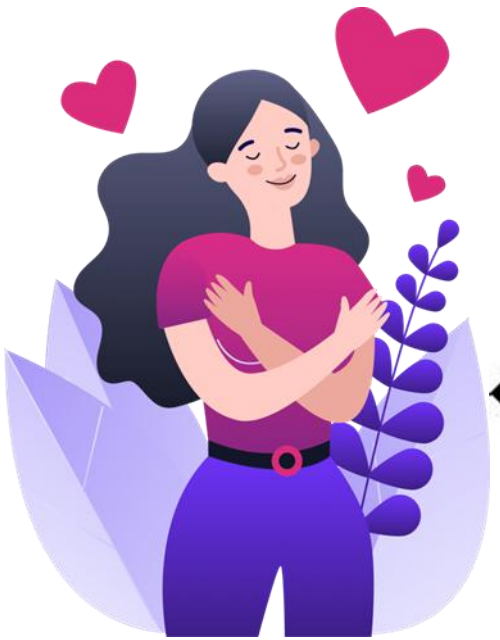
Este elemento necesita ser reforzado con recursos económicos: **acceso al trabajo** e **independencia económica**)

PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.



Escalera de la Autoestima

AUTOESTIMA
"SOLO PODEMOS AMAR CUANDO NOS HEMOS AMADO A NOSOTROS MISMOS"

AUTORRESPETO
LA AUTOESTIMA ES UN SILENCIOSO RESPETO POR UNO MISMO"

AUTOACEPTACIÓN
"LA ACTITUD DEL INDIVIDUO HACIA SI MISMO Y EL APRECIOPOR SU PROPIO VALER JUEGA UN PAPEL DE PRIMERORDEN EN EL PROCESO CREADOR"

AUTOEVALUACIÓN
"EL SENTIRSE DEVALUADO E INDESEABLE ES LA BASE DE LOS PROBLEMAS HUMANOS"

AUTOCONCEPTO
"DALE A UN HOMBRE UNA AUTOIMAGEN POBRE Y ACABARA SIENDO SIERVO"

AUTOCONOCIMIENTO
"CUANDO APRENDEMOS ACONOCERNOS EN VERDAD VIVIMOS"



@semujeresslp



POLÍTICO

Supone la habilidad para organizar y movilizar cambios sociales. Debe involucrar la conciencia individual y la conciencia colectiva. Las acciones colectivas les permiten a las mujeres desarrollar un sentido de independencia y competencia entre las mujeres, que fomenten su autoestima y su autonomía. (**LIDERAZGO**)

ECONÓMICO



El acceso a tener un ingreso económico propio, les proporciona mayor autoridad en el hogar y en la distribución de los recursos.



El empoderamiento es un proceso, que involucra todos estos componentes, el conocimiento de los derechos humanos , el visibilizar todas las brechas de desigualdad.

Ha sido **reconocido** y siempre será **posible** cuando exista un involucramiento de toda la sociedad donde **hombres y mujeres** trabajen en conjunto con equidad y donde las mujeres se reconozcan **como iguales** en derechos pero diversas en sus propias realidades luchando en **SORORIDAD.**



PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.

@semujeresslp



3

Autonomía

No es solo decidir. Es **tener las condiciones reales** para hacerlo.

La Autonomía no depende solo de la voluntad.



Se piensa que una mujer es autónoma solo porque puede decidir.

La autonomía depende de los recursos , apoyos y condiciones que tiene para sostener esas decisiones

PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.

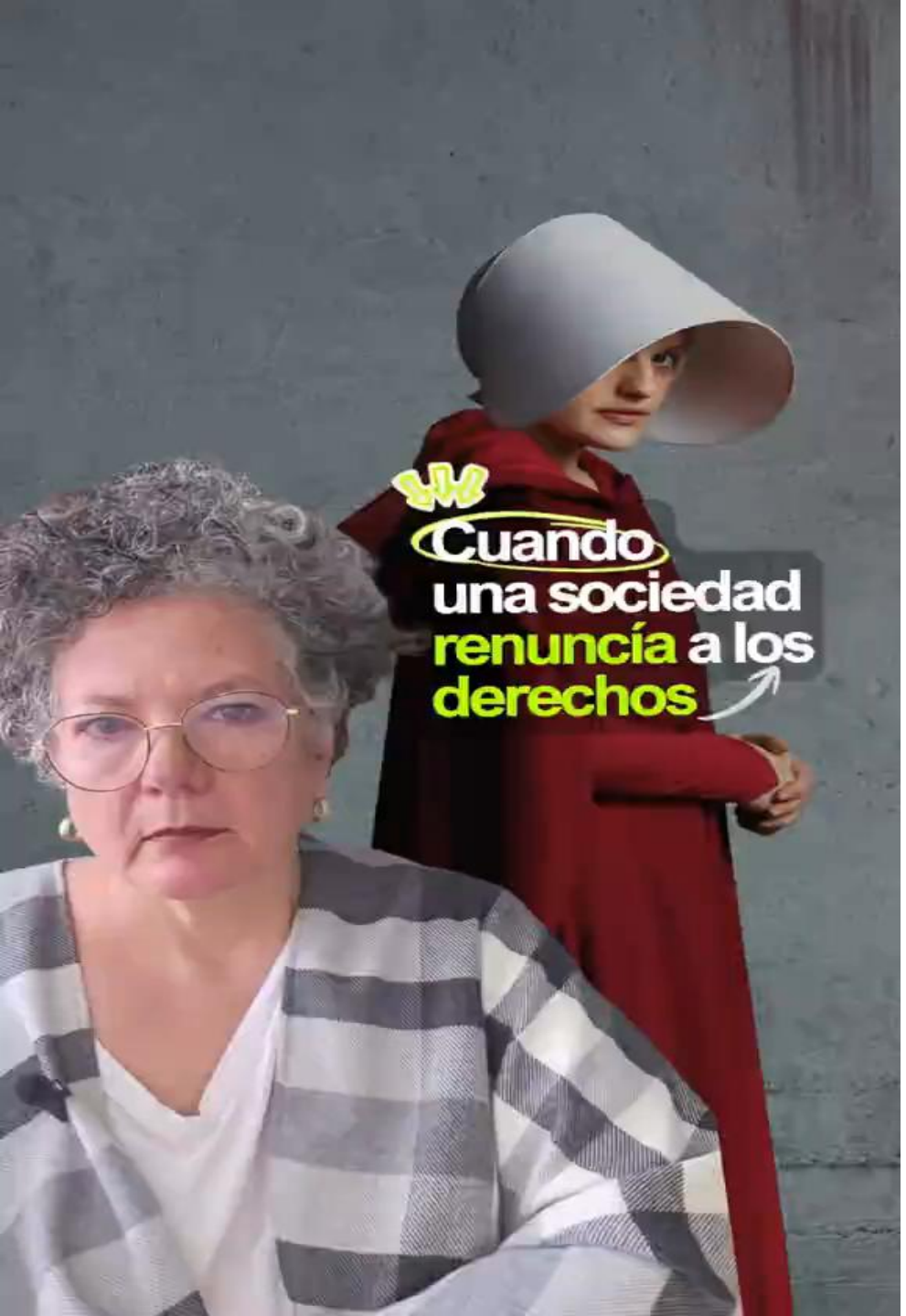
Una Mujer ejerce Autonomía cuando puede:

- Tomar decisiones sobre su vida
- Acceder a ingresos propios
- Moverse con libertad y seguridad
- Participar en espacios laborales, sociales o comunitarios
- Decidir sobre su tiempo, su cuerpo y su proyecto de vida

@semujeresslp

Cuando no existen las condiciones la Autonomía se limita

- Dependencia económica
- Falta de Redes de Apoyo
- Dificultad para acceder a instituciones o servicios
- Violencias
- Sobrecarga de cuidados



PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí
ya cambió.
Ahora va por más.

@semujeresslp

Dimensiones para comprender las condiciones que fortalecen o limitan la Autonomía



PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.



@semujeresslp



1. Conocimiento de Derechos

Reconocimiento del Marco Normativo y de los Derechos propios



PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.

@semujeresslp



2. Autonomía Económica

Control sobre recursos, ingresos, activos y trabajo remunerado y No remunerado

PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí ya cambió.
Ahora va por más.



@semujeresslp



3. Autonomía Física y Corporal

Control sobre el propio cuerpo, movilidad, salud sexual y reproductiva



PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí
ya cambió.
Ahora va por más.

@semujeresslp



4. Toma de Decisiones

Participación Real en decisiones del hogar, la familia y la vida comunitaria



5. Capacidad y Agencia

Reconocimiento, autoeficacia, redes de apoyo, proyecto de vida



PRIMER ANIVERSARIO
Promoviendo igualdad, generando libertad

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA

El CAMBIO que se vive

San Luis Potosí
ya cambió.
Ahora va por más.

@semujeresslp

El feminismo, citando a la filósofa Celia Amorós, ***no cuestiona las decisiones individuales de las mujeres, sino las razones estructurales, sociales y patriarcales que las obligan a tomarlas***. *Se enfoca en las opresiones sistémicas, no en juzgar las acciones de cada mujer.*



SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA

Actividad 4. Intercambio de regalos

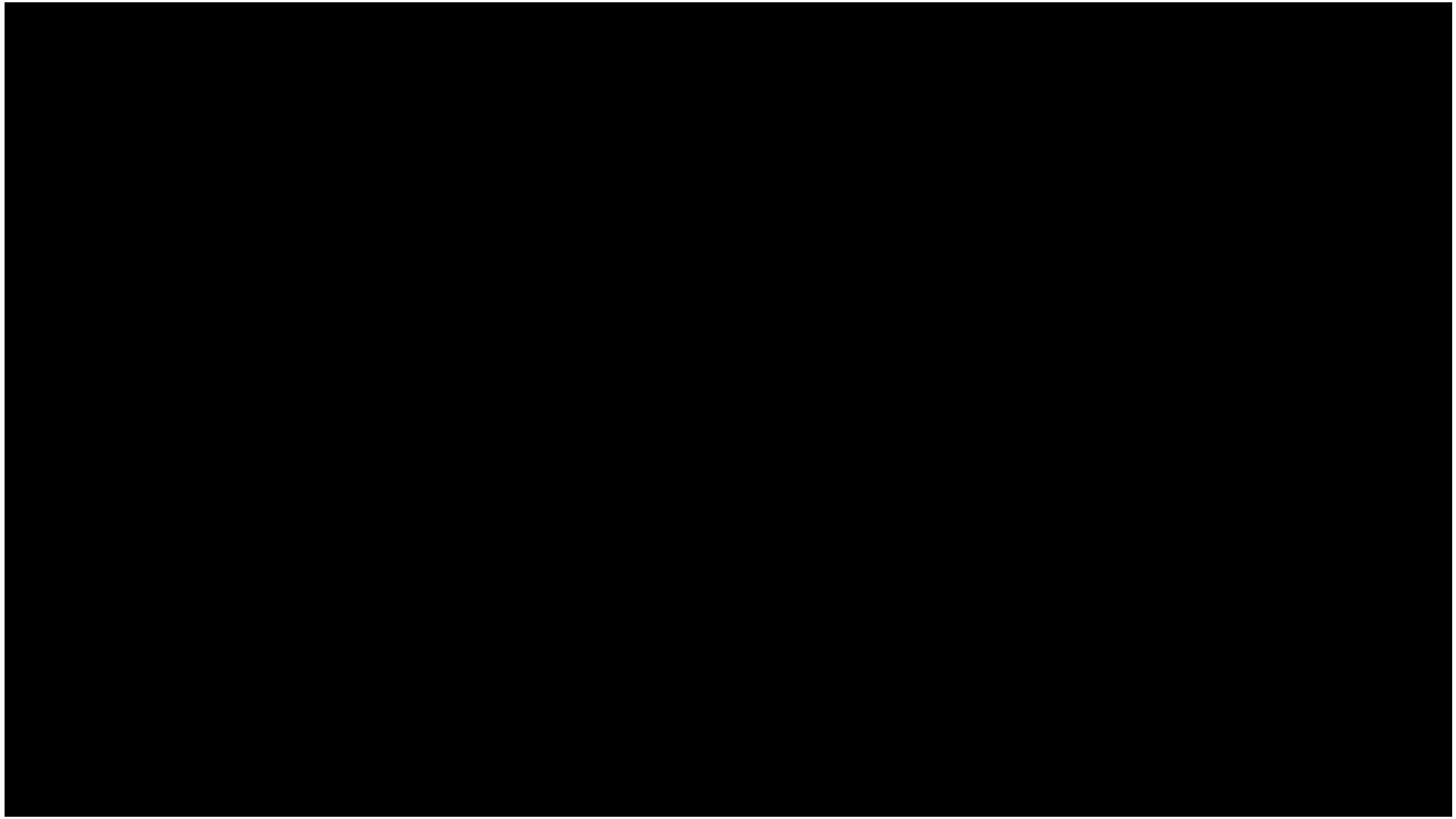
1. Las personas participantes deberán mencionar qué regalo se llevan de esta actividad en cuanto a aprendizajes.

2. Deberán además dejar un regalo para el grupo a través de mensajes positivos



@semujeresslp

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA



@semujeresslp

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA



QUE VIVAN LAS MUJERES
LIBRES DE VIOLENCIA
SeMUJERES

ATENCIÓN INTEGRAL GRATUITA

Asesoría Jurídica
Atención Psicológica
Trabajo Social

CÓDIGO ROSA

444 110 9859

¡Seguras Todas!

@semujeresslp

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA



@semujeresslp

SeMUJERES
SECRETARÍA DE LAS MUJERES
E IGUALDAD SUSTANTIVA

Jardín Colón no. 23 Barrio de San Miguelito

Teléfono: 4441442920



@semujeresslp