



Descripción del programa:

El programa se divide en dos bloques donde se trabajarán tanto la autoestima como la prevención de la violencia de género.

Beneficiarias:

Mujeres mayores de 50 años residentes en zonas rurales de Castilla-La Mancha.

Nº de mujeres por taller:

10

Coste:

Este proyecto está subvencionado por el Instituto de la Mujer de Castilla-La Mancha, por tanto es GRATUITO para todas las participantes.

Cronograma de ejecución:

Entre el 25 de septiembre y el 31 de diciembre del año 2022.

Objetivos y descripción de los contenidos

Bloque 1.-Autoestima como base de relaciones igualitarias (5 horas).

Objetivos: Trabajar la inteligencia emocional, el autoconocimiento, la autoestima, la comunicación efectiva como elementos clave para prevenir la violencia de género.

Contenidos:

1.-Aprendiendo a quererme.

2.-Aprendiendo a cuidarme.

3.-Aprendiendo sobre la violencia de género.

4.-Aprendiendo inteligencia emocional.

Bloque 2.-Prevención de la violencia de género (4 horas)

Objetivos: Proporcionar la información necesaria para reconocer situaciones de maltrato y violencia de género.

Ofrecer información sobre recursos para la prevención de la violencia de género y ayuda a las víctimas.

Contenidos: Tema 01.-Tipologías de violencia de género.

Tema 02.-Reconocer los indicios de maltrato.

Tema 03.-Donde pedir ayuda. Recursos para las mujeres víctimas de violencia de género.