

# TALLERES PARA MUJERES

## AHORA ES NUESTRO MOMENTO. Corresponsabilidad y usos del tiempo.

El taller pretende ser un espacio de encuentro donde compartir las experiencias cotidianas relacionadas con el ámbito reproductivo, dando valor y reconocimiento a las tareas de cuidado. Por otro lado, se pondrá de manifiesto los efectos y consecuencias negativas de la triple jornada que realizan las mujeres y la necesidad de establecer acuerdos y estrategias para la corresponsabilidad en el reparto de las tareas domésticas y de cuidados.

### OBJETIVOS

- Conocer el contexto social de partida basado en las desigualdades de género.
- Reflexionar y dar el valor real y necesario que tienen las tareas de cura, que permiten el sostenimiento de la vida y de la sociedad.
- Identificar el tiempo dedicado a las tareas domésticas y las tareas de cura de los otros, así como el tiempo dedicado al desarrollo personal, el ocio y el cuidado de una misma.
- Tomar conciencia de la necesidad de repartir las tareas domésticas y de cuidado, entre todas las integrantes del núcleo de convivencia.

### CONTENIDOS

- Estereotipos, roles y desigualdades de género existentes y como estos condicionan la vida de las mujeres.
- La importancia de los cuidados: Cuidar y cuidarse.
- Usos del tiempo. La triple jornada.
- Empoderamiento y autoestima. El tiempo para una misma.
- La coeducación y la corresponsabilidad.
- Negociación y resolución de conflictos

### METODOLOGÍA

El taller tiene un formato vivencial y participativo, potenciando el intercambio de experiencias, combinando dinámicas de tipo individual y grupal.

Las actividades del taller irán a cargo de dos dinamizadoras.

### PERSONAS DESTINATARIAS

Mujeres a partir de 18 años.

### EQUIPAMIENTO NECESARIO

Aula grande, sillas y mesas para poder dibujar, ordenador y altavoces.

### DURACIÓN

2 horas

