

EL EMPODERAMIENTO Y LA SORORIDAD IMPLICAN:

"Asumir que cada una es un eslabón de encuentro con muchas otras y así de manera sin fin". (Lagarde Marcela, 2009).

Crear redes que amplíen nuestras coincidencias y potencien nuestra fuerza para reivindicar nuestros derechos y libertades.

Establecer un pacto social entre mujeres que tenga como objetivo el empoderamiento de las mismas.

#metoo
#hermanayositecreo
#niunamenos

Si estas pensando en
crear una asociación de
mujeres en tu municipio,
¡Llámanos!

Te asesoramos

Asociación Colectivo para el Desarrollo Rural de Tierra de Campos

Calle Mediana, 5 - Bajo A
47800 Medina de Rioseco
(Valladolid)

Tfno.: +34 983 725 000 -

Fax: + 34 983 720 205

www.somostierradecampos.com



Empoderamiento y Sororidad

GUIA PARA MUJERES
INQUIETAS



¿EMPODERAMIENTO?

El empoderamiento femenino es el proceso por el cual las mujeres, adquieren o refuerzan sus capacidades, estrategias y protagonismo, tanto en el plano individual como colectivo, para alcanzar una vida autónoma en la que puedan participar, en términos de igualdad, en el acceso a los recursos, al reconocimiento y a la toma de decisiones en toda las esferas de la vida personal y social.

No se trata de adoptar pensamientos y conductas acordes a la competitividad, el control, o la imposición mediante el poder adquirido, sino de construir un nuevo modelo más igualitario y diverso.

El objetivo es aumentar la fortaleza y el potencial de las mujeres en las comunidades, para que contribuyan en igualdad y plenitud de condiciones a la construcción de una sociedad mejor.

Se trata de que las mujeres tomen las riendas de su propio destino



EMPODERAMIENTO INDIVIDUAL

En este proceso es necesaria una toma de conciencia sobre sus derechos y los factores que influyen en su vida:

- Mitos y estereotipos acerca de lo que es "ser mujer" y "ser hombre".
- Identidad e imagen corporal.
- Fortalezas, debilidades e intereses.
- El cuidado que te otorgas a ti misma y a los y las demás.
- Uso del tiempo.
- Emociones .
- Capacidad para tomar decisiones.
- Autonomía, independencia y autocontrol.
- Capacidad para decir que no.
- Sentimiento de culpa.
- Cualquier tipo de violencia que hayan ejercido desde su entorno.
- Participación en la vida social.

EMPODERAMIENTO COLECTIVO

El proceso no termina en lo individual sino que trasciende al espacio colectivo, de forma que el trabajo realizado desde la individualidad nos servirá a las mujeres para organizarnos en torno a la lucha por sus intereses colectivos.

Un ejemplo claro de Empoderamiento colectivo de las mujeres, es la creación de asociaciones, grupos y movimientos de mujeres para exigir la defensa de sus derechos y el cumplimiento de las Leyes y el desarrollo de los Planes de igualdad que están en vigencia en su entorno.

¿SORORIDAD?

El término sororidad se refiere a la hermandad entre mujeres con respecto a las cuestiones sociales de género.

Sororidad es un término derivado del latín *soror* que significa hermana. La sororidad se refiere al apoyo, coexistencia y solidaridad entre las mujeres frente a los problemas sociales que existen especialmente en las sociedades patriarcales.

Sororidad y empoderamiento están directamente relacionados en cuanto a que la sororidad sostiene la creación de vínculos a través de relaciones empáticas que favorezcan el encuentro con la otra persona en su singularidad, desde su empoderamiento.

