

# EMPODERAMIENTO FEMENINO

Desarrollo integral para la mujer



**DIRECCIÓN**

*Verónica Hernández*  
EDUCADORA Y EXPERTA EN IGUALDAD



**ORGANIZACIÓN**

# ¿QUIÉNES SOMOS?

## SOMOS TALLERES Y FORMACIÓN

Mi nombre es **Verónica Hernández**, soy **Educadora Social** con experiencia en la rama socioeducativa desde el **2008**. Hace dos años comencé a interesarme y formarme en el **feminismo**, descubrí que podía implementarlo en el ámbito empresarial donde es fundamental intervenir para favorecer la conciliación de la mujer.

He trabajado en mi empresa **Tivity Company**, de la que soy fundadora y coordinadora, en múltiples áreas y sectores con **empresas, centros educativos, fundaciones y administración pública**.

## ESPECIALISTAS EN IGUALDAD

Trabajamos diversas áreas en el ámbito socioeducativo, cultural y formación in company. Pero si en algo nos hemos especializado, ha sido en el ámbito de la **Igualdad de Género**, porque creemos al 100% en la necesidad de aplicar nuevas acciones que la potencien y cambien nuestra estructura social.



**NOS HEMOS  
ESPECIALIZADO**



## TARGET

Nuestra propuesta está dirigida a **todas las mujeres** que estén interesadas en evolucionar, aprender y tomar conciencia de su poder a través del aprendizaje con otras mujeres y sus experiencias.

Las mujeres aún necesitan herramientas y recursos para buscar su propio poder, conocer sus derechos y descubrir la sororidad a través de experiencias positivas.

Para nuestro equipo, acercar la lucha por la igualdad de oportunidades a todos los espacios, es fundamental para que la mujer pueda **sentirse parte fundamental en todos los ámbitos** sin excepción.



Apostamos tanto por la **presencialidad** mediante talleres, charlas y coloquios, como también por el formato online de manera interactiva. En cualquiera de los casos, **siempre con una metodología práctica.**

Nuestra **oferta es a medida**, por lo que siempre será adaptada a las necesidades de nuestras clientas y nuestros clientes.

# METODOLOGÍA

PRESENCIAL Y ONLINE

# OFERTA FORMATIVA

ONLINE Y PRESENCIAL

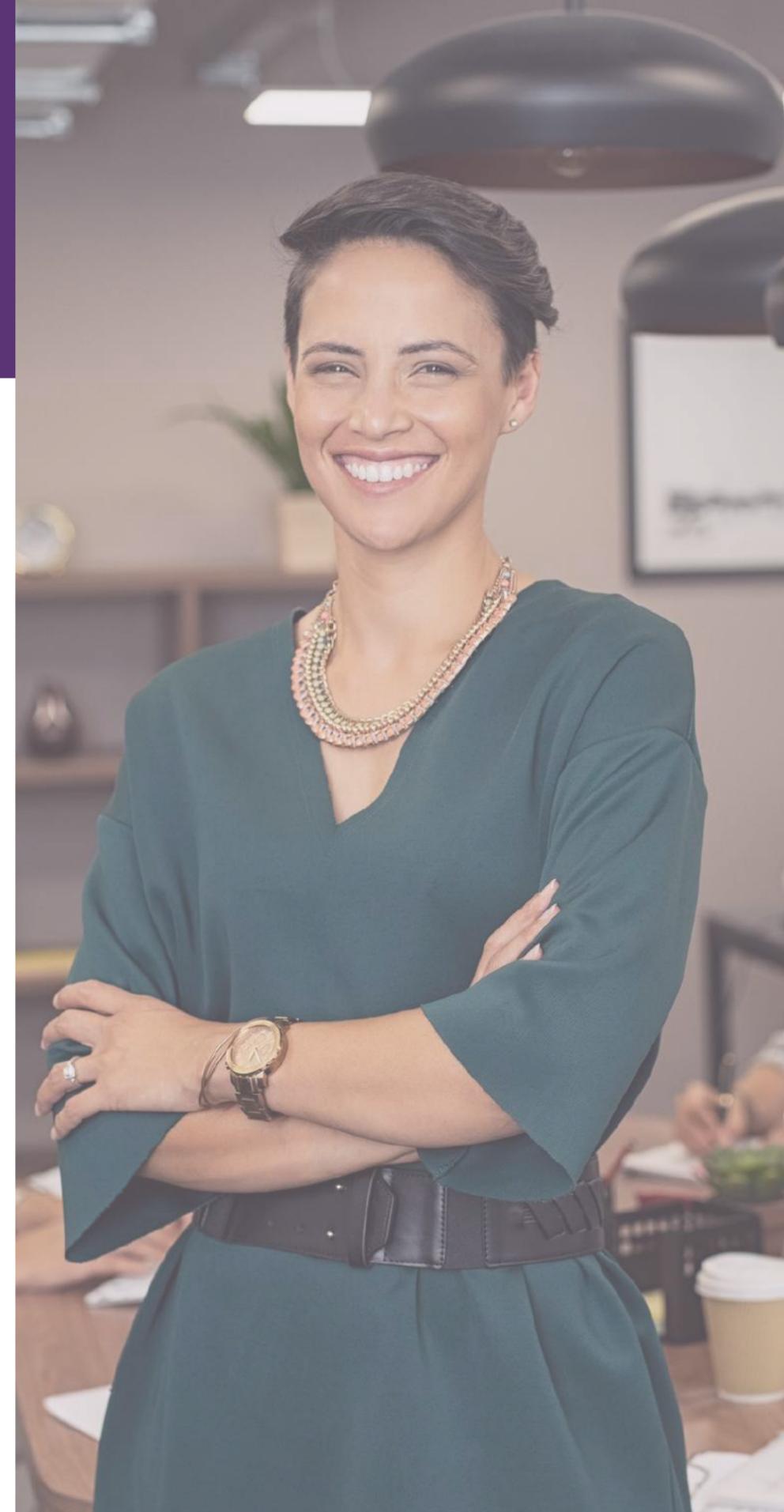


# PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

# ¿QUÉ OFRECEMOS?

Queremos ser agentes activos en la lucha por la igualdad de condiciones entre mujeres y hombres. Adentrarnos en las necesidades reales de las mujeres y apoyarlas con cada una de nuestras acciones.

Formar parte de la lucha feminista, es sinónimo de compromiso y adaptación a las demandas de una nueva sociedad. Y eso lo lograremos de una forma sencilla y práctica a través de **charlas-taller** en las que interactuamos con las personas participantes durante toda la sesión.



“

La lucha por la igualdad de oportunidades, no puede ser solo asistencialista, debe ser también preventiva.

”

**¿CÓMO LO  
OFRECEMOS?**

# CONVERSACIONES: EMPODERAMIENTO FEMENINO

## CONTENIDO

UNA ESCENOGRAFÍA: DOS SILLONES, UNA MESA DE CENTRO Y EL CAFÉ DE UNA TERTULIA. 4 MUJERES INFLUYENTES CON EXPERIENCIA Y CONOCIMIENTOS EN MATERIA DE IGUALDAD.

SE CONVIERTE EN EL FORMATO PERFECTO PARA DESARROLLAR UNA CONVERSACIÓN ENTRE EXPERTAS SOBRE FEMINISMO Y EMPODERAMIENTO: EMPRENDIMIENTO, PODER Y AUTOESTIMA, CONCILIACIÓN Y AUTOCUIDADO.

EL PÚBLICO ASISTENTE NO SOLO PODRÁ DISFRUTAR DE LA CONVERSACIÓN, TAMBIÉN PODRÁ PARTICIPAR CON SUS APORTACIONES EN EL ÚLTIMO TRAMO DEL EVENTO.

**DURACIÓN:** 90 MINUTOS



# CHARLA-TALLER: "BIEN QUERIDAS", MITOS SOBRE EL AMOR ROMÁNTICO

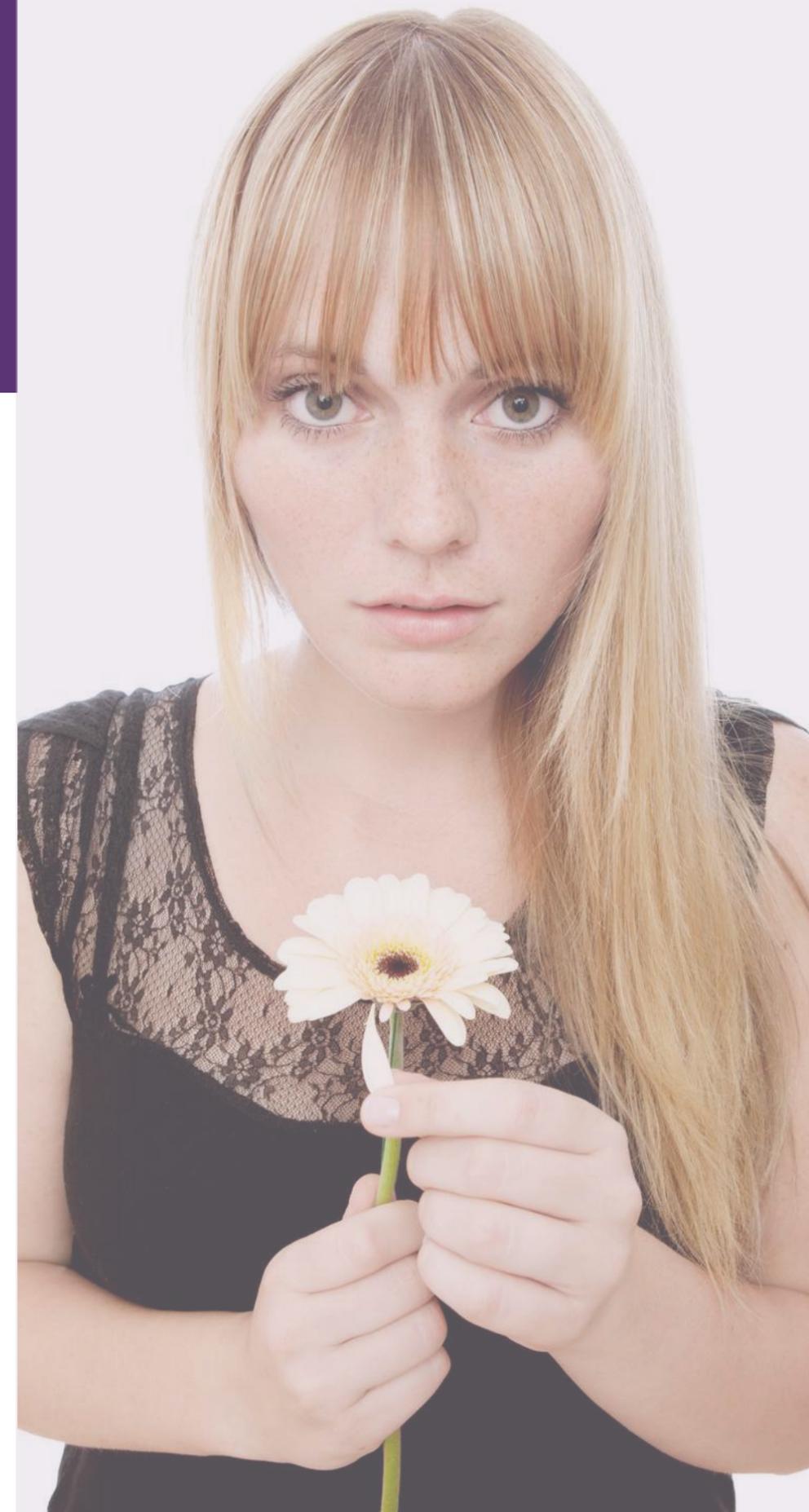
## CONTENIDO

- DEFINICIÓN Y CONSTRUCCIÓN DE UN MITO
- PRINCIPALES MITOS DEL AMOR
- CONSTRUCCIÓN DEL GÉNERO A TRAVÉS DEL MITO
- EL CINE, LA MÚSICA Y OTROS MENTIDEROS

## DURACIÓN

120 MINUTOS

 MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS



# CHARLA-COLOQUIO: EMPRENDEDURÍA CON PERSPECTIVA DE GÉNERO

## CONTENIDO

- SITUACIÓN DE LA MUJER EN EL MUNDO EMPRESARIAL
- EMPODERAMIENTO Y LIDERAZGO FEMENINO
- MODELOS DE NEGOCIO
- PLAN DE NEGOCIO

\*CON POSIBILIDAD DE HACER EDICIONES MÁS AVANZADAS

## DURACIÓN

120 MINUTOS

 MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS



# CHARLA-COLOQUIO: INICIACIÓN AL FEMINISMO

## CONTENIDO

- SENSIBILIZACIÓN BENEFICIOS DE IMPLEMENTAR UN PI
- GUÍA DE ELABORACIÓN DEL PLAN DE IGUALDAD
- IMPLEMENTACIÓN Y SEGUIMIENTO DEL PI

## DURACIÓN

120 MINUTOS

 MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS



# CHARLA-COLOQUIO: MATERNIDAD Y EMPODERAMIENTO

## CONTENIDO

- IDEALIZACIÓN, PREJUICIOS Y ESTEREOTIPOS CLÁSICOS DE LA MATERNIDAD
- NUEVOS ROLES EN LA MATERNIDAD FEMINISTA. CREANDO TU PROPIA IDENTIDAD
- PRÁCTICAS EN LA MATERNIDAD ACTUAL
- RECURSOS PARA LA CONCILIACIÓN

## DURACIÓN

120 MINUTOS

 MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS



# CHARLA-COLOQUIO: ECOFEMINISMO

## CONTENIDO

- ¿QUÉ ES EL ECOFEMINISMO?
- TRABAJO DE CUIDADOS Y EL SISTEMA TIERRA
- ECOFEMINISMO COMO MOVIMIENTO SOCIAL
- SINERGIA DEL ECOFEMINISMO

## DURACIÓN

90 MINUTOS

 MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS



# CHARLA-COLOQUIO: ESTEREOTIPO Y PREJUICIOS SEXISTAS

## CONTENIDO

- DEFINICIÓN DE ESTEREOTIPO Y PREJUICIO SEXISTA
- LOS ESTEREOTIPOS Y PREJUICIOS COMO ESPEJO SOCIAL
- CONDICIONANTES DE LOS ESTEREOTIPOS EN DIVERSOS ESPACIO: PUBLICIDAD, RRSS, CINE, ETC.
- ¿PUEDO DECONSTRUIR UN ESTEREOTIPO O UN PREJUICIO?

## DURACIÓN

120 MINUTOS



MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS



# CHARLA-COLOQUIO: LA SALUD DE LA MUJER

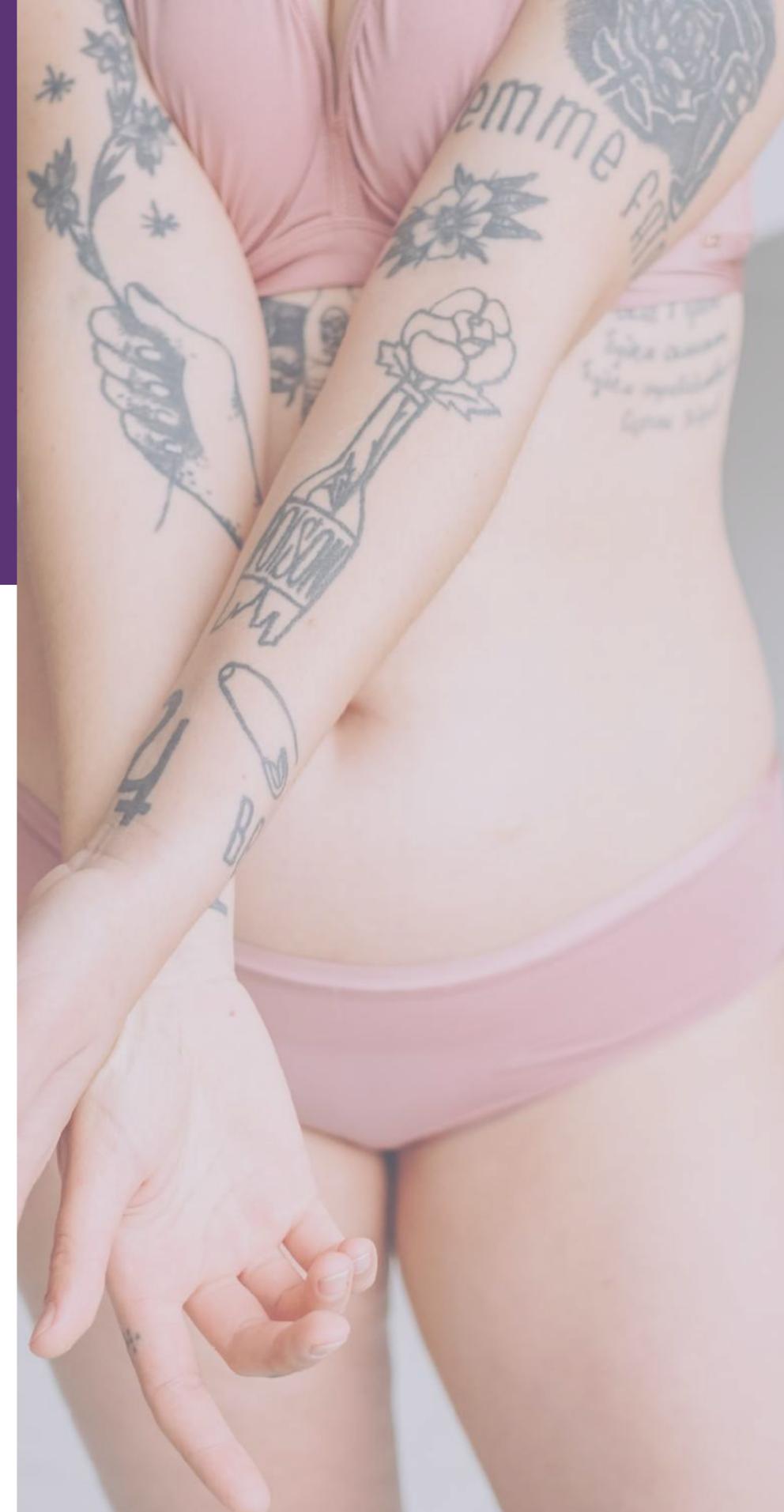
## CONTENIDO

- LA SALUD CON PERSPECTIVA DE GÉNERO
- LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA MUJER
- EL CICLO MENSTRUAL, PERIMENOPAUSIA Y MENOPAUSIA
- AUTOESTIMA Y SALUD MENTAL

## DURACIÓN

120 MINUTOS

 MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS



# CHARLA-COLOQUIO: CRIAR HIJAS E HIJOS CON PERSPECTIVA FEMINISTA

## CONTENIDO

- HISTORIA DE LA CRIANZA
- NUEVOS ROLES EN LA CRIANZA
- ESTEREOTIPOS DE GÉNERO EN LA MATERNIDAD
- NUEVAS ESTRATEGIAS DE CRIANZA EN UN ENTORNO FEMINISTA

## DURACIÓN

120 MINUTOS

 MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS



# CHARLA-COLOQUIO: CIBERFEMINISMO, LA CONQUISTA TECNOLÓGICA

## CONTENIDO

- MUJER Y TECNOLOGÍA
- COMUNICACIÓN DIGITAL Y VIRALIDAD
- POSIBILIDADES Y DESAFÍOS EN LA TECNOLOGÍA
- INICIATIVAS CIBERFEMINISTA Y VALOR SOCIAL

## DURACIÓN

120 MINUTOS

 MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS



# CHARLA-COLOQUIO: REALIDAD CORPORAL Y AUTOCONCEPTO DIRIGIDO

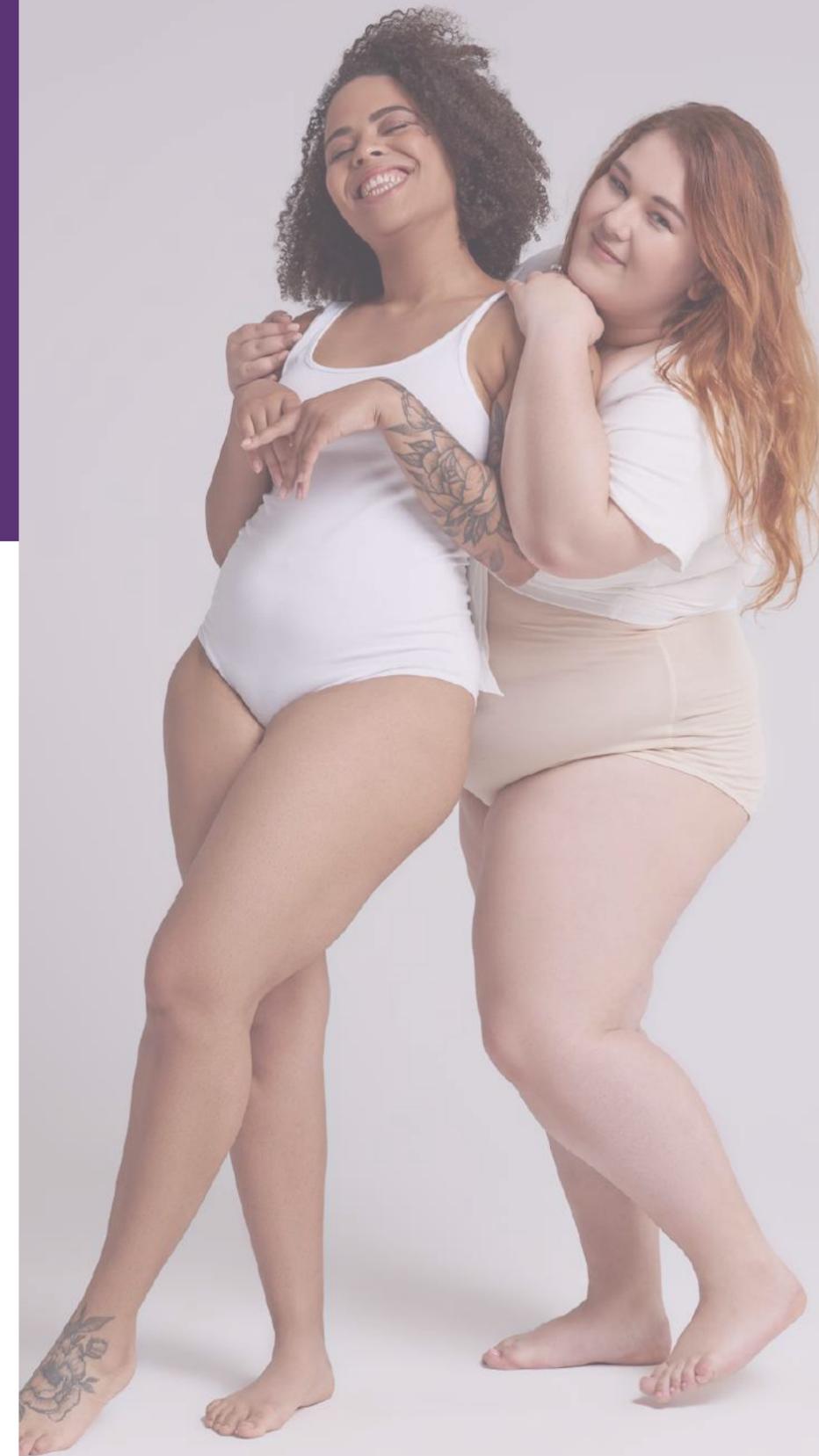
## CONTENIDO

- ROLES Y ESTEREOTIPOS DE BELLEZA
- AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA DETRÁS DEL CULTO AL CUERPO
- PERSPECTIVA DE GÉNERO EN LA CONSTRUCCIÓN DE LA BELLEZA
- EMPODERAMIENTO Y VALOR CORPORAL

## DURACIÓN

120 MINUTOS

 MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS



# CHARLA-COLOQUIO: LENGUAJE INCLUSIVO

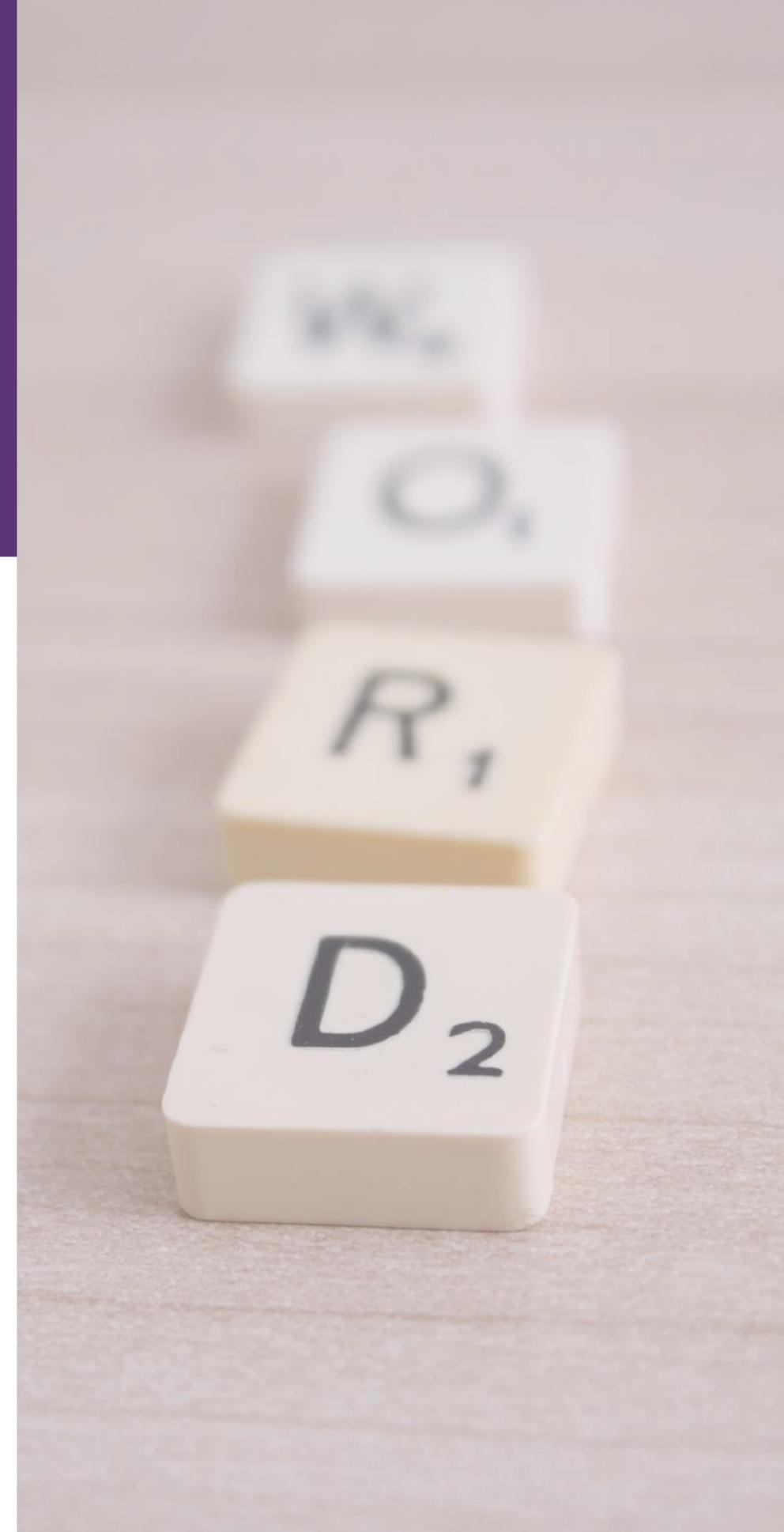
## CONTENIDO

- INTRODUCCIÓN AL LENGUAJE INCLUSIVO
- SEXISMO EN EL LENGUAJE
- TRATAMIENTO DE LA MUJER EN EL LENGUAJE:  
OLVIDO Y DESPRECIO
- SOLUCIONES PARA UN USO NO SEXISTA DEL  
LENGUAJE

## DURACIÓN

120 MINUTOS

 MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS





**Las políticas de igualdad en las organizaciones no solo deben aplicarse por imperativo legal.**

**Hay que verlo como una oportunidad para lograr el avance que necesitamos en la sociedad.**

**Verónica Hernández Torres**

**Educadora Social experta en Igualdad**

# CONFÍAN EN NOSOTROS

EMPRESAS, FUNDACIONES, ADMINISTRACIÓN PÚBLICA...





Calle Doctor Juan Domínguez Pérez,81

Las Palmas de Gran Canaria

616 807 634

[info@tivitycompany.es](mailto:info@tivitycompany.es)

[www.tivitycompany.es](http://www.tivitycompany.es)

