



Fundación
Atenea





Apoyarte
ESPACIO ENTRE MUJERES

APOYARTE

ESPACIO ENTRE MUJERES

EQUIPO APOYARTE

Coordinación: Mario Matías

Orientadora sociolaboral: Belinda Grande Molina.

Psicóloga: Belén Pizarro de la Fuente.

Psicóloga: Ana Alonso Martínez.

Apoyarte

- **Apoyarte** es un espacio **abierto** y **gratuito** que promueve el empoderamiento de las mujeres, fomenta relaciones de igualdad y amplía su red de apoyo incentivando el cuidado mutuo.



Apoyarte: OBJETIVOS

- Dotar de **habilidades** y **recursos** a las mujeres para que afronten de forma óptima las situaciones de crisis, mejorando así su salud y calidad de vida.
- **Acompañar** a las mujeres durante todo su proceso de crecimiento personal facilitando un **espacio de escucha** que favorezca su empoderamiento y autocuidado.
- Generar espacios de **análisis** y reflexión sobre los modelos construidos de maternidad, roles de género y sexualidad.
- **Abordar la violencia de género de forma** transversal, violencia que es resultado de la sociedad patriarcal en la que vivimos.

Valores

Los valores fundamentales de Apoyarte son:

- Respeto a la diversidad.
- Fomento de la igualdad de oportunidades.
- Respeto por la dignidad de todas las personas.
- Fortalecimiento de la participación activa.
- Apoyo a la colectividad.

Apoyarte: AREAS DE INTERVENCIÓN



Apoyarte: DIRIGIDO A

Mujeres:

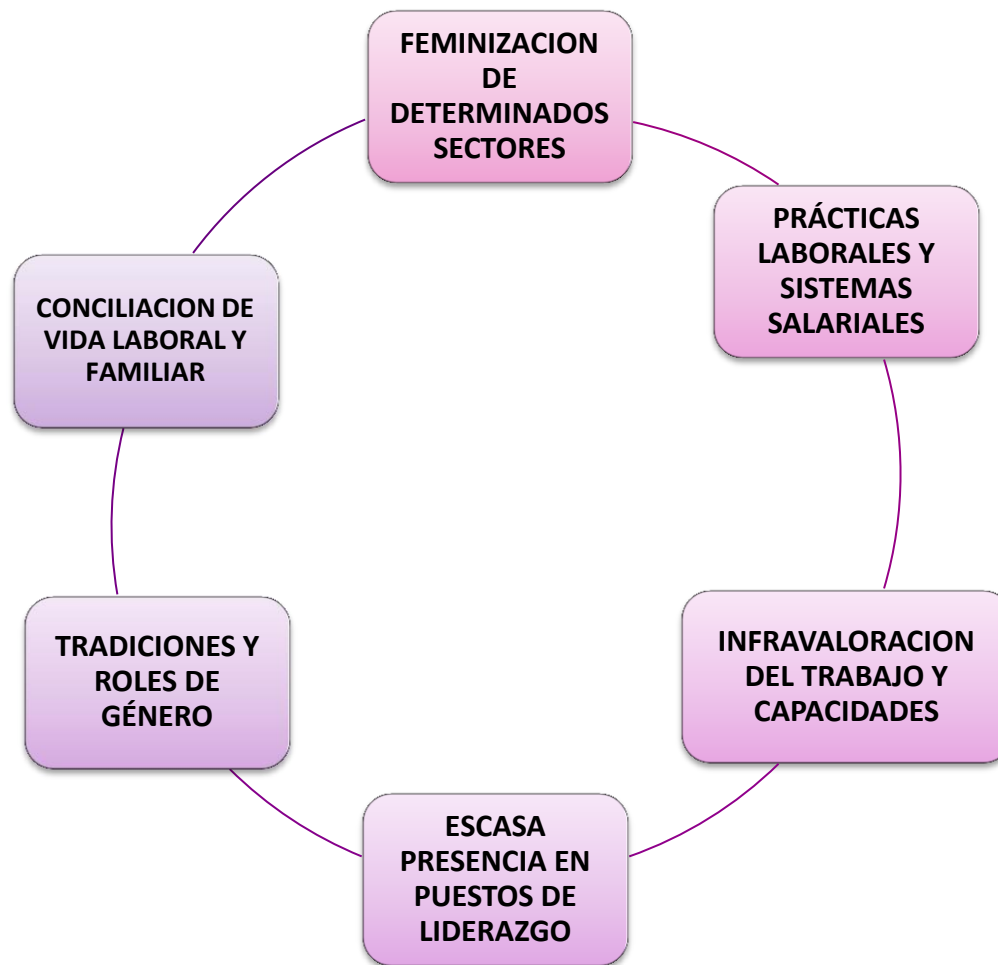
- Con **inquietudes** o que se planteen **cambios** en su vida.
- En situación de **desempleo** o de **precariedad laboral**.
- Que vivencian **malestar** – ansiedad, miedo, dificultades en las relaciones, etc-.
- En especial **vulnerabilidad**
- Con necesidades de apoyo en torno a la **maternidad**.
- Con **sobrecargas familiares**.
- Que están viviendo situaciones de **VIOLENCIA**.

Apoyarte

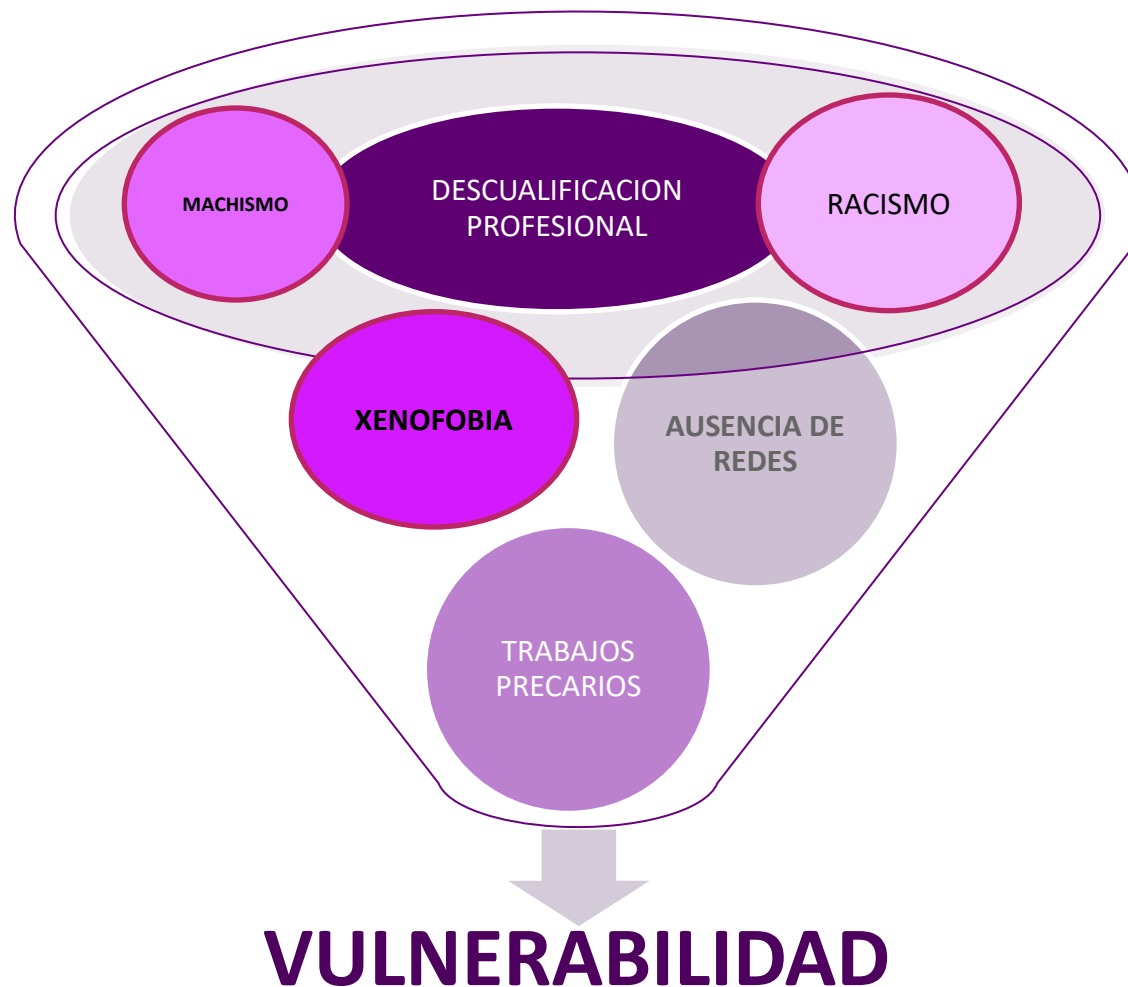
ABORDAJES DE LA **DESIGUALDAD**:

- Empleo
- Procesos Migratorios
- Relaciones Familiares y de género

EMPLEO



MIGRACIÓN



FAMILIA

Realidades familiares:

- Familias monomarentales
- Multiculturalidad, procesos migratorios.
- Convivencia de varias familias en mismo hogar
- Parejas/familias reconstituidas
- Personas mayores a cargo de hijos/as adultos prev. emancipados
- Hijo/as con alternancia de hogar
- **Precariedad económica-laboral-pobreza.**

FAMILIA

Consecuencias:

- Disminución de los recursos económicos, derechos y acceso al trabajo, educación, vivienda y salud.
- Mayor fragilidad de las uniones familiares
- Mayor conflictividad debido a cambios de roles, responsabilidad y reparto de tareas entre géneros.
- Prejuicios frente a nuevas estructuras: ej. diversidad sexual.
- Mayor importancia de la necesidad afectiva y emocional como contrapartida a la pérdida de otras estabilidades.
- Normalización de la transmisión intergeneracional de la violencia

Apoyarte: QUÉ NOS ESTAMOS ENCONTRANDO

- **mujer inmigrante** en edad laboral **sin formación** o con **problemas para la diversificación profesional** aun en caso de contar con titulación universitaria.
- **con menores a cargo**
- siendo la gran mayoría **familias monomarentales o reconstituidas**
- **sin ingresos económicos estables**
- **Con dificultades de acceso a la vivienda o para su mantenimiento de manera independiente**
- **escasa o nula red de apoyo social y familiar**
- en situaciones precarias de **salud física o mental** (con un alto consumo generalizado de psicofármacos)
- Presencia de la **VIOLENCIA** en sus historias de vida.

CONCLUSIONES

- La intervención **psicológica ,social y sanitaria integradas** ofrecen mejores resultados.
- Una intervención con **perspectiva de género** y que lleve a cabo un análisis de la complejidad de vulnerabilidades es la clave para reinterpretar situaciones traumáticas vividas, sentimientos de culpa o vergüenza...
- Los procesos de cambio personal requieren **tiempo y flexibilidad**.
- La **implantación** del proyecto en la zona y su **continuidad** es un valor añadido fundamental. **Apoyarte** ya es **espacio de referencia**
- El trabajo mediante **grupos** mejora los resultados, favorece la creación de **redes** y la **sororidad**
- Utilidad del trabajo grupal con mujeres desde otra perspectiva, que incluya la belleza , para romper con la fealdad de la vulnerabilidad: **ApoyARTE**, Arte y Cultura

Horario, ubicación y datos de contacto

Horario de atención:

- Lunes a jueves de 9.30 a 14.30 - de 15.30 a 18.30
- Viernes de 9.30 a 14.30

Dirección:

C/ Antonia Lancha, 50 – Metro Opañel y Pza. Elíptica

Teléfono de contacto: **91 469 61 53**

E-mail: apoyarte@fundacionatenea.org

MUCHAS GRACIAS



Apoyarte
ESPACIO ENTRE MUJERES