



intress

Mujer

Vivir en el ámbito privado, dedicarse al cuidado de los demás, ser dependiente, ser invisible en altos cargos de la vida profesional, etc. Aspectos que se han asignado a la mujer durante tanto tiempo que se han convertido en demasiadas ocasiones en verdades asumidas. Verdades para hombres y también para mujeres que han interiorizado esos aspectos como algo natural.

Es necesario contribuir a cambiar esta realidad, para que las mujeres puedan desarrollarse plenamente y puedan re-conocerse como personas con todos los derechos y oportunidades. Pero todavía hay mucho trabajo que hacer para llegar a la igualdad real.

Gracias a la diversidad de centros y servicios que gestionamos y al trabajo en red entre ellos, conocemos bien los problemas que vive la mujer y le podemos ofrecer la posibilidad de acudir al recurso que más se adecúe a sus necesidades.

No sólo desde el área de Mujer de Intress, sino también desde todas nuestras intervenciones sociales, trabajamos con la mujer considerándola protagonista de su propio proceso y facilitándole el desarrollo de competencias individuales que favorezcan su autonomía personal y su autoestima.



“Pienso siempre en los demás antes que en mí, ni siquiera me paro a pensar en lo que yo quiero o necesito. Y a veces, aunque lo piense, no lo sé”

M^a José, persona usuaria

Promoción de la autonomía



Las mujeres dedican cuatro veces más tiempo al día que los hombres a tareas domésticas. Según el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, el porcentaje de mujeres en altos cargos de la Administración es de un 28,93% y sólo un 10,13% forma parte de los consejos de administración de las empresas del Ibex 35.

Afortunadamente, cada vez son mayores los compromisos que se están poniendo en marcha desde las administraciones públicas estatales, autonómicas y locales para promover la autonomía de la mujer.

En los centros y servicios de promoción de la autonomía gestionados por Intress pretendemos también que aquellas mujeres que asimilaron que no tenían derecho a esta autonomía, acaben viéndola como parte indisociable de su persona. Por ello creemos necesario facilitar el acceso a la mujer a temas relativos al desarrollo profesional, a temas culturales y a la potenciación de su autoestima. También queremos romper el aislamiento en el que viven muchas mujeres, promoviendo su acceso a las redes de referencia.

“Quiero empezar a tenerme en cuenta, a decir lo que pienso y lo que siento aunque no le guste a los demás. Ahora me da menos vergüenza contarlo”

Patricia, persona usuaria

Puntos de información

Son servicios municipales de proximidad que ofrecen información a las mujeres que viven en la comunidad sobre los recursos de los que disponen para su desarrollo. En ellos se asesora individualmente a las mujeres y a la vez se promueven espacios para su encuentro en común. La mujer puede acudir libremente a estos puntos de información.

Ofrecemos:

- Información y orientación laboral, personal, formativa y sobre aspectos relacionados con la legislación, la discriminación laboral o salarial y la violencia de género
- Promoción de espacios comunes para el asociacionismo femenino y la participación social
- Atención personalizada y grupal
- Cursos formativos y talleres para potenciar herramientas personales, de autoestima, de relaciones afectivas, de sexualidad
- Charlas sobre la situación de la mujer
- Asesoramiento jurídico
- Asesoramiento psicológico
- Atención interdisciplinar individual y grupal

Me han elegido presidenta de la asociación que hemos hecho para Mujeres Separadas. ¡Quién me lo hubiera dicho hace unos años, cuando no quería ni salir de casa por el “qué dirán”.

M^a Luisa, persona usuaria

Centros de atención social a la mujer



Centros dirigidos a mujeres que han sufrido experiencias traumáticas en sus vidas: mujeres con cargas familiares no compartidas, jóvenes carentes de soporte social, víctimas de violencia machista, etc. También son centros abiertos al público en general para la realización de talleres o la asistencia a conferencias.

El acceso para que una mujer sea atendida en el centro viene derivado de Centros de Servicios Sociales, asociaciones y cualquier recurso municipal. También se puede acudir directamente solicitando cita previa.

Ofrecemos:

- Atención psicológica
- Actividades de potenciación de la autoestima
- Información y asesoramiento legal
- Prevención del maltrato
- Actividades grupales como charlas, debates y talleres para el público en general
- Talleres de ocio para madres y sus hijos e hijas
- Programas específicos para mujeres inmigrantes

Es necesario que sigan existiendo los centros para las mujeres. Aquí se sienten entendidas y apoyadas para poder avanzar en su proceso de autonomía

Ana, trabajadora social de Intress

En Intress gestionamos centros en los que desarrollamos talleres creativos y actividades formativas dirigidas tanto a mujeres como a toda la población. Por un lado, favorecemos el desarrollo personal y profesional de la mujer y, por otro, realizamos un trabajo con la comunidad en general desarrollando acciones de impacto, concienciación y visibilidad.

En las actividades formativas para mujeres queremos crear espacios de encuentro entre ellas y potenciar el pensamiento crítico y la conciencia de su género, así como sensibilizar sobre la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres.

Ofrecemos los siguientes cursos y talleres:

- Alfabetización digital para mujeres mayores de 60 años.
- Alfabetización digital para mujeres inmigrantes.
- Música y canto para mujeres a partir de 18 años.
- Encuentros con mujeres públicamente reconocidas (escritoras, actrices, doctoras, cooperantes...)
- Terapias de conocimiento psico-físico (Yoga, Pilates, programas de fortalecimiento del suelo pélvico, etc.)

En cuanto a la comunidad, desarrollamos acciones de sensibilización en las que abordamos temas como la conciliación laboral, la violencia de género o la igualdad de oportunidades.

Entre estas acciones destacamos:

- Cursos de bricolaje y control de la casa
- Cursos de cocina
- Charlas para la detección y la comunicación de la violencia de género
- Teatro para la igualdad, con intercambio de roles de género
- Programa "Tiempo para ti" en el que se ofrecen actividades para menores de 3 a 9 años, en favor de la conciliación laboral de sus padres y madres

www.intress.org

Zona Norte y
Área de Soporte General
Villarroel 45, entlo.
08011 Barcelona
T 932 172 664
F 932 373 634

Zona Centro
María de Molina 64, 1º B.
28006 Madrid
T. 915 621 050
F. 915 612 247

Zona Este
La Rambla 15, 2º 1ª
07003 Palma de Mallorca
T. 971 715 029
F. 971 712 200

 intress@intress.org

 IntressOrg

 IntressOrg

 Intress Asociación