



Alcaldía Municipal Alauca
Departamento de El Paraíso
Honduras C.A.



OFICINA MUNICIPAL
DE LA MUJER

EVENTOS DE PARTICIPACIÓN
DE LA MUJER

Coordinadora de la mujer

Armida Jackeline López

Jackeline López





Alcaldía Municipal Alauca
Departamento de El Paraíso
Honduras C.A.



**CAPACITACIÓN SOBRE EMPODERAMIENTO ECONÓMICO
DE LAS MUJERES Y CAPACITACIÓN SOBRE LIDERAZGO,
AUTOESTIMA E IMAGEN CORPORAL A MUJERES DEL
MUNICIPIO DE ALAUCA.**

El empoderamiento económico de las mujeres es fundamental para lograr la igualdad de género y garantizar sus derechos así como también con el liderazgo femenino se tiene la responsabilidad de dirigir equipos y tomar decisiones estratégicas. La imagen corporal juega un papel muy importante ya que es un aspecto que forma parte de la identidad personal y social, y está estrechamente relacionada con la autoestima. Una buena imagen corporal puede ayudar a sentirse seguro y a tener una autoestima fuerte

OBJETIVOS:

- Fomentar la proactividad y adaptabilidad ya que estas son habilidades esenciales para responder a los cambios constantes de la sociedad.
- Crear un ambiente de autoconfianza, resiliencia y capacidad de tomar riesgos pues son elementos importantes para alcanzar nuevos niveles de liderazgo.
- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para transmitir sensaciones, ideas y estados de ánimo y comprender mensajes sencillos



Alcaldía Municipal Alauca
Departamento de El Paraíso
Honduras C.A.





Alcaldía Municipal Alauca
Departamento de El Paraiso
Honduras C.A.



**CAPACITACIÓN SOBRE PREVENCIÓN Y
SENSIBILIZACIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO Y
CAPACITACIÓN SOBRE IDENTIFICACIÓN DE PREJUICIOS,
ESTEREOTIPOS Y ESTIGMAS.**

La Violencia de Género se trata de un problema que afecta a la humanidad, más destacadamente a mujeres y adolescentes. El impacto que provoca en las personas va desde el ámbito personal y familiar hasta el ámbito social, provocando consecuencias en la salud y en las relaciones sociales.

Desde pequeñas, las mujeres se enfrentan a expectativas y roles predefinidos que les dicen cómo deben comportarse, qué pueden hacer o no pueden hacer. Por ejemplo, se les puede bombardear con imágenes de cómo debe ser su cuerpo, su piel o su actitud

OBJETIVOS:

- Prevenir el fenómeno de violencia de género desde edades tempranas para lograr una mejor calidad de vida, y que los y las jóvenes se desarrollen adecuadamente en lo referente a su autoestima, en la responsabilidad respecto a los temas de educación sexual y en el establecimiento de sus relaciones de pareja.
- Educar a los niños y jóvenes lejos de los prejuicios y estereotipos. Solo así tendremos ciudadanos más tolerantes, respetuosos y capaces de ver las diferencias de género y culturales como algo positivo y enriquecedor.



Alcaldía Municipal Alauca
Departamento de El Paraiso
Honduras C.A.





Alcaldía Municipal Alauca
Departamento de El Paraíso
Honduras C.A.



CLUB DE EMBARAZADAS

En este espacio se realizan reuniones mensuales, con el objetivo de capacitar y aprender a llevar un embarazo y parto sin temor, ni dolor; y, a la vez, mejorar la calidad de la atención pre-natal, promover el parto humanizado, adecuada atención al recién nacido y la lactancia materna.

OBJETIVOS:

- Capacitar a las mujeres gestantes en técnicas de psicoprofilaxis prenatal, ejercicios de relajación y técnicas de respiración, lo cual les ayuda a eliminar los dolores y molestias propias del embarazo, así como a flexibilizar sus músculos, como parte de la preparación para el parto.
- Entregar obsequios a las mujeres embarazadas.



Alcaldía Municipal Alauca
Departamento de El Paraíso
Honduras C.A.





Alcaldía Municipal Alauca
Departamento de El Paraiso
Honduras C.A.

