



Ayuntamiento de
ALCOBENDAS

NOMBRE DEL PROYECTO: "Esta soy yo"

Nº DE ALUMNOS PARTICIPANTES: 40

NIVEL: FP Básica

SINOPSIS DEL PROYECTO:

El autocuidado como prioridad para sentirse bien, ganar autoestima y confianza, alejándonos del control de nuestros cuerpos impuesto por la sociedad. Aprender a mirarnos para comprendernos y no para juzgarnos. Trabajaremos la belleza y el cuidado personal como herramienta terapéutica a través de tres sesiones que impartirán las alumnas de Formación Profesional Básica de Peluquería y Estética a las mujeres de Alcobendas que se apunten al curso.

A demás las alumnas realizarán una visita/taller a la Casa de la Mujer donde podrán encontrar herramientas para cuidar su autoestima y tomar conciencia de las posibles relaciones tóxicas.

NECESIDAD DEL ENTORNO A LA QUE SE ATIENDE:

La colaboración entre la Casa de la Mujer y el Instituto Ágora responde a dos necesidades detectadas:

.- Por una parte se ha detectado entre las alumnas de este ciclo formativo la tendencia a aceptar dentro de las relaciones de pareja situaciones poco sanas o saludables tanto a nivel físico como emocional. A través de este proyecto se realizará una visita/taller de las alumnas a la Casa de la Mujer donde se ampliará el trabajo que las técnicas de igualdad hacen con las alumnas a través del programa "Pon Fin", yendo más allá en busca de una mayor autoestima y concienciación sobre los riesgos de acabar en una relación tóxica o peligrosa.

.- Por otra parte, las alumnas impartirán unos talleres de ayuda a mujeres de Alcobendas. En estos talleres se trabajará la belleza y el cuidado personal como herramienta terapéutica alejándonos del control de nuestros cuerpos impuesto por la sociedad. Gustarse, quererse y saber cuidarse forma parte de esa tarea que busca construir una nueva vida. Reconocer la belleza que hay en nosotros y sentirnos a gusto con el reflejo de esta. Para ello las alumnas ofrecerán sus conocimientos en peluquería y estética enseñando a estas mujeres a maquillarse o peinarse, prepararse para una entrevista de trabajo, hábitos saludables de cuidados para la piel y el cabello, o aquella necesidad que la casa de la mujer defina como necesaria.