

AUTOCUIDADO PARA MUJERES DESDE LA MIRADA DEL FEMINISMO

CURSO

Fecha: sábados 9, 16, 23 y 30 de noviembre de 2019

Horario: de 12:30 a 02:30 horas.

Perfil de público al que va dirigido: público en general interesado en el tema
Entrada libre. Cupo limitado.

Raquel Ramírez Salgado

Doctora en Ciencias Políticas y Sociales (UNAM) y licenciada y maestra en Comunicación (UNAM). Cuenta con diplomas en “Periodismo Preventivo” (Universidad Complutense de Madrid); “El feminismo en América Latina. Aportaciones teóricas y vindicaciones políticas” (CEIICH-UNAM); “Educación a distancia en derechos humanos” (FCPyS-UNAM). Además, tiene una especialidad en “Estudios de Inclusión, Interseccionalidad y Equidad (ESIINE), por la Universidad Libre de Berlín, donde realizó una estancia de investigación durante el semestre de invierno 2016-2017.

Por casi 15 años, ha sido conferencista, tallerista y docente sobre temas de feminismo, derechos humanos, medios de comunicación, educación y empoderamiento de las mujeres en instituciones públicas y privadas. Es creadora y coordinadora del proyecto “Escuela Feminista de Comunicación”.

Objetivo de aprendizaje

Conocer y analizar el concepto de autocuidado desde la propuesta del feminismo para valorarlo como una herramienta ética y política que fortalece la autonomía y la autoestima de las mujeres.

Sesiones

1. 9 de noviembre de 2019. ¿Qué es el autocuidado desde la mirada feminista? Iniciamos revisando la propuesta del autocuidado desde el feminismo, la cual se desmarca del capitalismo y las prácticas de consumo, para vincularse con paradigmas como el desarrollo humano y el buen trato.

2. 16 de noviembre de 2019. Eso que nos dijeron que hacíamos por amor.

En la segunda sesión reflexionaremos sobre cómo la normatividad de género relacionada a los cuidados ha vulnerado el cuidado propio de las mujeres, ya que se nos ha construido como “seres para los otros y las otras”

3. 23 de noviembre de 2019. La calculadora feminista. A través de un ejercicio creado por la facilitadora de este curso, revisaremos los costos materiales de la desigualdad de género y cómo lo anterior ha vulnerado la salud física y mental de las mujeres y las niñas.

4. 30 de noviembre de 2019. El autocuidado es personal y político. Finalizaremos el curso con la elaboración de un diario para el autocuidado, en el que enlistaremos las vías y posibilidades para las mujeres, desde un contexto específico.

Fuentes consultadas

1. Coria, Clara (2012). El sexo oculto del dinero. Formas de la dependencia femenina. Pensódromo.
2. Coria, Clara (2008). El amor no es como nos contaron ni como lo inventamos. Buenos Aires, Paidós.
3. Lagarde, Marcela (2011). Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia. Madrid, Horas y horas.
4. Lagarde, Marcela. Claves feministas para la negociación en el amor. Managua, Puntos de Encuentro.
5. Lagarde, Marcela (2000). Claves feministas para la autoestima de las mujeres. Madrid, Horas y horas.
6. Ramírez Salgado, Raquel. Claves para un manual de autocuidado digital. En prensa.
7. Sanz Ramón, Fina (2016). El buen trato como proyecto de vida. Barcelona, Kairós.

Se entrega constancia de participación con el 80% de asistencia

IMPORTANTE

Queda estrictamente prohibido la reproducción total o parcial de este programa sin previa autorización por escrito del(a) coordinador(a) del programa.

Te invitamos a leer las siguientes **políticas de funcionamiento**, las cuales te ayudarán a tener una mejor estancia dentro del Centro Educativo:

1. Todas nuestras actividades son gratuitas. No es necesario pagar un acceso/boleto en taquilla.
2. Tu inscripción tiene fines informativos, con ella podrás recibir: nuestro boletín mensual, avisos de las actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción **NO ASEGURA TU LUGAR**. Es importante llegar con el tiempo que consideres necesario para alcanzar lugar. Recuerda que todos nuestros espacios tienen un cupo limitado de asistentes.
4. El Centro Educativo está sujeto a la disponibilidad de espacios según la operación del museo. Los espacios pueden cambiar sin previo aviso.
5. Las inscripciones sólo se harán a través de nuestra página web. No se tramitarán inscripciones por otro medio (correo electrónico, teléfono, redes sociales o físicamente en el Centro).
6. Para obtener la constancia de participación es obligatorio cubrir el 80% de asistencias de los cursos de cuatro sesiones; para cursos de tres sesiones debes cubrir el 100%. No aplica para conferencias o actividades únicas. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir todas las actividades del mes.
7. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es con tu firma en las listas. No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
8. El acceso a las aulas será conforme al orden de llegada y estará sujeto a la operación del museo.
9. No se permite apartar ni reservar lugares en las unifilas o en las aulas (te invitamos a no poner mochilas u objetos en lugares que estén desocupados).
10. Está prohibido entrar con alimentos y/o bebidas que puedan caerse o derramarse fácil. Por favor trae tu bebida en un termo.
11. Una vez completo el aforo del aula, por motivos de seguridad **NO SE PERMITIRÁ EL ACCESO** (no puedes permanecer de pie ni sentado en el piso).
12. Está permitido ingresar al aula una vez iniciada la sesión, pero sólo se podrá acceder si hay lugares disponibles.