



Ponemos la Igualdad en el Centro



Talleres gratuitos

# “Jueves de empoderamiento”

Programa para la igualdad y el empoderamiento de las mujeres:

🕒 de 17:00 a 19:00h.

📍 Centro de la Igualdad  
C/ Antonio Guerra Ojeda, nº 2

## 11 de enero

Taller (2 horas)  
“Yo soy, yo puedo,  
yo me empodero”

## 18 de enero

Taller (2 horas)  
“Como negociar  
sin renunciar”

## 25 de enero

Taller (2 horas)  
“Claves y recursos para  
formar parte de los espacios  
de poder”

## 1 y 8 de febrero

Taller (4 horas)  
“El poder de la palabra”

¡Escanea este QR para inscribirte o acude al Centro de la Igualdad!



Para más información:

C.M.I.M.      formacion@diferencia2.es  
955 796 283      956 751 622  
699 072 730



## PROGRAMA PARA LA IGUALDAD Y EL EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES. “JUEVES DE EMPODERAMIENTO”

Dirigido a fomentar el desarrollo de la igualdad y el empoderamiento de las mujeres, dotándolas de herramientas y recursos para la negociación y el liderazgo en clave de género.

Horario: Jueves, de 17:00 a 19:00 horas

Lugar: Centro de la Igualdad (C/ Antonio Guerra Ojeda, nº 2)

Para más información y realizar las inscripciones:

- A través del código QR que aparece en la cartelería o del enlace <https://forms.gle/u76uZUyMzj7ENYUJ7>
- Consultando la web del Ayuntamiento [www.alcaladeguadaira.es](http://www.alcaladeguadaira.es)
- Por teléfono o email contactando con: Centro Municipal de Información a la Mujer (CMIM) - Centro de la Igualdad - Telf.: 955 796 283  
Diferencia2: Tel: 956 751 622 - [formacion@diferencia2.es](mailto:formacion@diferencia2.es)
- Presencialmente acudiendo al Centro de la Igualdad en horario de atención al público (de 9:00 a 13:00 h).

**11 de enero – Taller “Yo soy, yo puedo, yo me empodero”**, para entender que existen diferentes formas de ser y de estar en el mundo, fortalecer la autoestima y conocer modelos y referentes de mujeres y sus aportaciones a la historia de la humanidad.

**18 de enero – Taller “Cómo negociar sin renunciar”**, para visibilizar las consecuencias que tienen los conflictos en nuestras relaciones y potenciar una adecuada gestión de las emociones como instrumento de negociación.

**25 de enero – Taller “Claves y recursos para formar parte de los espacios de poder”**, profundizando en los diferentes tipos de poder y en el perfil de las personas que lo ejercitan y dotando a las participantes de las herramientas necesarias para ejercer el liderazgo.

**1 y 8 de febrero – Taller “El poder de la palabra”**, promoviendo el empoderamiento de las participantes a través del diálogo interno y externo, conociendo cómo influyen las palabras que usamos en nuestra vida diaria y comprendiendo su poder para mantener una mente sana y equilibrada.