



La asociación de Ayuda a la Mujer “Plaza Mayor” organiza el **proyecto gratuito “RURAL EMPOWERMENT”**, cofinanciado a través del Fondo Social Europeo y la Junta de Castilla y León, junto con la colaboración de la Gerencia de Servicios Sociales.

Este proyecto pretende intervenir con **mujeres del medio rural salmantino** que se encuentren en situación de desempleo de larga duración, víctimas de violencia de género, inmigrantes, con cargas familiares, con baja cualificación, etc... Todo ello con el propósito de **mejorar la empleabilidad** de estas mujeres, logrando así una sociedad rural más justa y equitativa.

Para ello se realizarán tutorías individualizadas y talleres de formación con las siguientes temáticas:

### 1. *¿Y TÚ QUE PIENSAS?*

Taller destinado a trabajar la autoestima y el desarrollo personal de las mujeres, además de enfocarnos en la toma de consciencia de los pensamientos que tenemos diariamente y como estos nos condicionan a la hora de enfrentarnos a situaciones de la vida diaria y a las situaciones laborales.

### 2. *EMPODERADAS*

Con esta actividad se pretende fomentar la autonomía y la independencia en el plano individual y colectivo de las mujeres. En esta sesión trabajaremos la autoimagen, el autoconcepto y el autoamor para que se sientan merecedoras de cosas buenas que pueden regalarse en el día a día por ellas mismas y sepan decir no y alejar de sí mismas todo aquello que les hace daño y les perjudica.

### 3. *INFÓRMATE Y FÓRMATE*

Destinado a la búsqueda activa de empleo. En este taller trataremos de proporcionar toda la información que soliciten las participantes referente a la búsqueda activa de empleo. Trabajaremos con ellas como solicitar empleo de manera online en las diferentes plataformas existentes, así como formaciones que quieran realizar, mejora de CV, carta de presentación, autoempleo...



Los diferentes talleres se realizarán el mismo día o en días diferentes según la preferencia del grupo. Igualmente, las participantes podrán elegir que actividades realizar si están interesadas en algunas en particular. Los talleres se realizarán de manera dinámica y participativa.

Además, habrá un **servicio de apoyo complementario, tanto psicológico como jurídico**, para aquellas mujeres que por su situación de vulnerabilidad así lo requieran.

### ***Bolsa de empleo y grupo online de ofertas laborales***

Adicionalmente a los talleres mencionados, las participantes del proyecto que así lo deseen pasarán a formar parte de la bolsa de empleo de la Asociación de Ayuda a la Mujer Plaza Mayor. Igualmente, también podrán formar parte del grupo online de la entidad donde se envían ofertas laborales semanalmente.

### ***Tutorías personalizadas***

Todas las mujeres que quieran realizar consultas específicas podrán hacerlo en tutorías personalizadas con las técnicas de nuestra entidad, ya sea de manera presencial u online.

### ***Material o infraestructuras necesarias:***

Se requiere de una sala o aula de reuniones, con las sillas pertinentes por cada participante, además se tendrá en cuenta el espacio entre cada participante siguiendo la normativa sanitaria vigente por Covid-19. Si es posible, un proyector para poder utilizar técnicas audiovisuales que serán parte de los talleres

#### **ASOCIACIÓN DE AYUDA**

#### **A LA MUJER "PLAZA MAYOR"**

C/EL ARCO 2-6, 2ºF SALAMANCA

TELÉFONO: **923 21 19 00 / 660 28 66 06**

MAIL: [info@asociacionplazamayor.es](mailto:info@asociacionplazamayor.es)

PERSONA DE CONTACTO: MERCEDES

#### **AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS**

#### **CENTRO CULTURAL MUNICIPAL**

C/CAMINO DEL MANZANO S/N

TELÉFONO: **923 20 91 83**

PERSONAL DE CONTACTO:

SILVIA/TITO