

Acadar a igualdade
real entre mulleres
e homes é un fin
que todas e todos
deberíamos
perseguir, pois só
así conseguiremos
unha sociedade
máis xusta.



É participar
é unha boa idea

Programa de Formación e
Tempo Libre para asociacións
promotoras da Igualdade
outubro 2009 / xuño 2010



A Concellería de Igualdade promove anualmente a convocatoria dun programa de formación e tempo libre en colaboración con asociacións promotoras de igualdade da cidade. Os cursos desenvólvense nestas entidades, que son as asociacións de mulleres e vogalías da muller das asociacións veciñais adheridas ao programa.

A Concellería oferta 72 horas de formación durante o período do programa que abrangue desde o mes de outubro de 2009 a xuño de 2010 dirixido especialmente ás mulleres maiores de 18 anos, aínda que no módulo de igualdade de oportunidades poden participar tamén os homes.

As persoas interesadas en realizar algún curso deberán poñerse en contacto coas asociacións e vogalías da muller das asociacións veciñais para solicitar información dos módulos formativos elixidos polas entidades. As inscricións formalizaranse nos locais das asociacións e terán prioridade as mulleres (e os homes no caso do módulo de igualdade) que pertencen ao barrio.

As asociacións poderán cobrar un máximo de 7 € por persoa e curso en concepto de axuda polos gastos do local.

**ser
muller**
é unha boa idea

**Programa de Formación e
Tempo Libre para asociacións
promotoras da Igualdade
outubro 2009 / xuño 2010**

Módulo IGUALDADE DE OPORTUNIDADES

Dirixido a homes e/ou mulleres maiores de 18 anos inscritos/as polas asociacións e vogalías da muller.

Número de horas 12 horas distribuídas en 6 sesións de 2 horas.

Contidos cunha metodoloxía dinámica e participativa trátanse aspectos como dereitos e recursos, achegas das mulleres á Historia, a conciliación, a corresponsabilidade doméstica e familiar, roles e estereotipos de xénero, linguaxe sexista, violencia de xénero, etc.

Módulo HABILIDADES E TEMPO LIBRE

Dirixido a mulleres maiores de 18 anos inscritas polas asociacións e vogalías da muller.

Número de horas 40 ou 20.

Materias ofertadas ás asociacións
Infórmate onde e cando se imparte a túa!
/ Bricolaxe e reparacións domésticas / Técnicas de relaxación / Comunicación e resolución de conflitos / Auto estima, a nosa propia valía / Dietética e nutrición / Taller de memoria / Risoterapia / Masaxe / Afectividade e sexualidade / Hábitos de vida saudable / Informática e novas tecnoloxías / Teatro / Taller de escritura e literatura / Encadernación / Reciclaxe e restauración / Pintura / Marquetería / Decoracións de obxectos / Repuxado e serigrafado / Arte floral / Coiro / Cestería / Percusión e canto tradicional / Coñecemento do medio / Fotografía / Pilates / Ioga / Tai-chí / Aerobic / Ximnasia de **mantemento** / Coidar a quen coida / Habilidades e **motivación** cara á procura de emprego.

Cursos impartidos por profesorado especializado contratado pola Concellería de Igualdade do Concello de Vigo.

Lugar de realización locais das asociacións promotoras da igualdade adheridas ao programa.

INSCRICIÓNS
Asociacións e vogalías da muller das asociacións veciñais

INFORMACIÓN
Concellería de Igualdade do Concello de Vigo
T 986 81 02 84 www.igualdadevigo.org