Taller para el refuerzo de la autoestima de las mujeres - El Mundo Castellón al Día - 14/05/2016

BURRIANA

Taller para el refuerzo de la autoestima de las mujeres

BURRIANA

El Servicio de Atención a la Familia y la Infancia (SEAFI) de Burriana está realizando a lo largo de esta semana el taller para mujeres *¡Porque tú puedes!* en la Casa de la Cultura, que finalizará el lunes 16 de mayo.

Con la colaboración de las *prácticums* del Máster en Intervención y Mediación Familiar de la Universitat Jaume I de Castellón, este taller ha trabajado el refuerzo de la autoestima, autonomía y autocuidado de las mujeres, además de aportarles información objetiva sobre la violencia de género. Entre los principales objetivos del curso, destaca el de facilitar el empoderamiento de las usuarias y que éstas aprendan a identificar si se hallan sumidas en una relación basada en la desigualdad de género para que puedan defender sus derechos.

El contenido del taller ha sido práctico y vivencial y ha incluido sesiones de risoterapia, visualizaciones guiadas y expresión corporal, sin olvidar la parte más teórica, aunque siempre intentando fomentar la participación para hacerlo lo más ameno posible.

La valoración general está siendo muy positiva debido a la implicación y participación de las asistentes, en las cuales se ha observado una gran evolución en aspectos como la adquisición de conocimientos y en la unión y participación del grupo, de modo que el SEAFI se está planteando continuar con la experiencia.