INDICE

PRESENTACIÓN DEL DEFENSOR DEL PUEBLO 7

PRESENTACIÓN DE PROFAMILIA 11

INTRODUCCIÓN 13

PRESENTACIÓN DE LOS FACILITADORES Y DE LAS FACILITADORAS, DE LOS ASISTENTES Y LAS ASISTENTES Y EL TALLER 17
Actividad No. 1: Conociéndonos entre nosotros y nosotras... 17

AUTOESTIMA 20
Actividad No. 2: Conociendo más de mí… 20
Actividad No. 3: Afianzando nuestra autoestima… 21

GÉNERO 25
Actividad No. 4: Un mundo al revés 25
Actividad No. 5: Aproximándonos al concepto de género 27

DERECHOS HUMANOS 30
Actividad No. 6: Acercándonos al concepto de Derechos Humanos... 30
Actividad No. 7: Identificando algunos Derechos Humanos… 34

DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS 42
Actividad No. 8: Recorriendo nuestros cuerpos 42
Actividad No. 9: Pensando los Derechos Sexuales y Reproductivos 45
Actividad No.10: ¿Cómo se aplican los Derechos Humanos en el campo de la sexualidad y de la reproducción? 48
Actividad No. 11: Enfrentándonos a casos específicos de Derechos Sexuales y Reproductivos 61

VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO: VIOLENCIA INTRAFAMILIAR Y VIOLENCIA SEXUAL 63
Actividad No. 12: Conociendo cuáles son las manifestaciones de la violencia contra la mujer… 63
Actividad No. 13: Asumiendo compromisos frente a la violencia en nuestras vidas 70
Actividad No.14: Derrumbando los mitos y prejuicios sobre las distintas formas de violencia 71

MECANISMOS DE PROTECCIÓN Y DENUNCIA EN CASOS DE VULNERACIÓN DE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS, VIOLENCIA INTRAFAMILIAR Y VIOLENCIA SEXUAL. 75
Actividad No. 15: Al encuentro de los mecanismos de protección de los Derechos Sexuales y Reproductivos 75
Actividad No. 16: Conociendo las autoridades y oficinas que pueden apoyar para la defensa de los derechos 104

LA PARTICIPACIÓN DE LAS MUJERES COMO UNA FORMA DE EJERCICIO DE CIUDADANÍA 113
Actividad No. 17: Yo participo, tú participas, nosotras participamos… 113
Actividad No. 18: Identifiquemos nuestros problemas y lancémonos a participar. 116
Actividad Final. ¿Qué me llevé del taller? ¿Cómo me sentí en el taller? 117

BIBLIOGRAFÍA 119

ANEXOS 123