

Fortaleciendo

nuestros conocimientos,
saberes y poderes

Componente
Fortalecimiento
Personal y
Colectivo
de las Mujeres

Programa
Creciendo Juntas



Programa
Creciendo Juntas



323.6082

I59f

Instituto Nacional de las Mujeres

Fortaleciendo nuestros conocimientos, saberes y poderes:
Componente Fortalecimiento Personal y Colectivo de las Mujeres
Programa Creciendo Juntas / Instituto Nacional de las Mujeres. – 1
ed. -- San José: Instituto Nacional de las Mujeres, 2005. -- (Colección
Documentos, no. 30)
30 p.; 20x20 cm.

ISBN 9968-25-080-5

1. DERECHOS DE LA MUJER. 2. POBREZA – CONDICIONES
SOCIALES 3. CIUDADANÍA. 4. CALIDAD DE VIDA. I. TÍTULO.

Coordinación Técnica:

Lorena Camacho de la O

Coordinadora a.i.

Area Ciudadanía Activa, Liderazgo y Gestión Local

Textos:

Olga Patricia Quesada Sancho

Profesional Especialista

Edición:

Lorena Camacho de la O

Olga Patricia Quesada Sancho

Diseño e Impresión:

Diseño Editorial S.A.

www.kikeytetey.com

Fortaleciendo

nuestros conocimientos,
saberes y poderes

Componente
Fortalecimiento
Personal y
Colectivo
de las Mujeres

Programa
Creciendo Juntas



Programa
Creciendo Juntas



Ley 7769 Atención a Mujeres en Condiciones de pobreza

¿Cómo nace el Programa Creciendo Juntas?

1



Fue a partir de los años de 1996-1998 que se crea por primera vez en la historia costarricense el “Programa Integral para Mujeres Jefas de Hogar”, un Programa dirigido a las mujeres jefas de hogar con bajos ingresos económicos. Ante la gran cantidad de mujeres que participaron y la necesidad de contar con un Programa como este, en abril de 1998 en la Administración Figueres Olsen se aprueba la **“Ley 7769 de Atención a Mujeres en Condiciones de Pobreza”**, la cual entra a funcionar

“He aprendido a que valemos mucho y que nadie tiene derecho a lastimarnos, ni nadie es dueño de nuestra vida, tenemos derechos a ser escuchadas, a ser atendidas, a que nos estimen, y que tenemos derecho a superarnos...”

*Acela Rosa
Palma Vásquez.
Grupo Golí.
I etapa 2005*

en Agosto de 1999. Posteriormente en el año 2002 se le llamó “Programa Creciendo Juntas”. El primer Componente que inicia su ejecución es el “Fortalecimiento Personal y Colectivo de las Mujeres” el cual consiste en desarrollar procesos de capacitación mediante un método de aprender y enseñar juntas, que las mujeres tenemos derechos y que éstos deben de hacerse valer para mejorar las condiciones de vida como mujeres, en las familias, en la comunidad, en el trabajo.

Por otra parte decir que, esta Ley u otras Leyes, que se han creado a favor de las mujeres, así como, Convenciones, Decretos, Declaraciones, tanto internacionales como nacionales es fruto del esfuerzos de muchas mujeres que han luchado a través de la historia para ocupar un espacio en igualdad de condiciones con los hombres.



Podemos decir entonces, que este Programa es una opción para aquellas mujeres que deseen superarse y realizar cambios positivos en sus vidas, en el cual la capacitación y la información son herramientas básicas que nos permiten fortalecernos y avanzar como mujeres.

El Programa Creciendo Juntas, lo desarrolla varias instituciones del Estado, las cuales brindan atención a las mujeres, tales como; el Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS), el Instituto Nacional de Aprendizaje (INA), el Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU), el Ministerio de Trabajo (M:T:S:S:), el Ministerio de Educación (MEP) y el Ministerio de Vivienda (MIVAH), los cuales aportan los recursos económicos y humanos para brindar una atención adecuada en la medida de las posibilidades a las mujeres participantes del Programa,

tales como; las personas que trabajan para el mismo, los dineros para el subsidio económico a las mujeres, entre otros.

Haciendo un recorrido histórico de este Programa, tenemos a muchas mujeres que han participado de diferentes comunidades del país, entre ellas, mujeres indígenas, afrodescendientes, rurales, urbanas, con limitaciones físicas, privadas de libertad, en prostitución, con SIDA y otras.

A continuación presentamos un cuadro que muestra el número de mujeres capacitadas a los largo de 6 años que tiene el Programa.



**TOTAL DE MUJERES CAPACITADAS POR AÑO
COMPONENTE DE FORTALECIMIENTO PERSONAL
Y COLECTIVO DE LAS MUJERES**

PROGRAMA CRECIENDO JUNTAS

AÑO	MUJERES
1999	4645
2000	4914
2001	5031
2003	4872
2004	3991
2005	2423
2006	2520
TOTAL:	28396

Fuente: Informes presentados por el Equipo Supervisión Nacional del Programa.Creciendo Juntas.

Es importante decir que, hasta el día de hoy se han capacitado un total de 28,396 mujeres en muchas comunidades en todo el país, en fortalecimiento personal y colectivo.

¿Cuál es el papel que juega el INAMU en el Programa Creciendo Juntas?

2



El Instituto Nacional de las Mujeres como institución pública que por Ley de la República tiene como uno de sus fines, promover programas, proyectos, leyes para que las mujeres de este país puedan gozar de los derechos humanos que les corresponde y en el caso específico del Programa Creciendo Juntas, tiene como responsabilidad de acuerdo a la Ley 7769 de Atención a mujeres en condiciones de pobreza, velar para que la capacitación que se le brinde a las mujeres en fortalecimiento

“... Aprendí también a valorar mis derechos sobre mi cuerpo. A decir No cuando uno no quiere porque nadie puede disponer de mi cuerpo. La mujer tiene derecho a la igualdad, al sufragio, igual que el hombre, a trabajar ,a estudiar...”

Anabelle González.
Grupo Golí.
I etapa 2005

personal y colectivo, sea de una manera comprensible y de calidad, de forma que puedan expresar lo que sienten, sus experiencias, sus vivencias e ir construyendo juntas un espacio para fortalecerse desde lo personal y desde la convivencia grupal, que les permita juntas ir tomando decisiones para mejorar su situación en los espacios familiares, personales, comunales y trabajo. El tema principal de la capacitación es conocer los derechos fundamentales de las mujeres desde los diferentes lugares en que se encuentran o conviven y poder así, dar la posibilidad de ver un mundo donde la convivencia sea más humana, más feliz, con más fortaleza personal, más solidaria y armoniosa.

¿Por qué es necesario un espacio para capacitarnos entre nosotras?

3



A través de la historia a las mujeres se nos ha negado el derecho a la información y a la capacitación, lo que nos ha limitado el hecho de contar con herramientas para decidir sobre lo que tenemos que hacer en los distintos campos de la vida. Es decir este Programa le da la oportunidad a las mujeres de tener un espacio para encontrarnos todas las semanas durante seis meses para compartir nuestras experiencias, nuestras vivencias, nuestros sueños, nuestras angustias y fortalezas, sentir que no estamos solas y que juntas podemos crecer con más fuerza.

“He aprendido muchas cosas que no sabía y ha cambiado mi vida, los consejos de la profesora y también he aprendido a entender a mi compañera y a conocer que somos diferentes”.

Sandra Molina Marin
Reserva indígena
Bribri
I etapa 2005.



Para el caso específico de las mujeres participantes en el Programa Creciendo Juntas, trabajamos aquellos derechos humanos fundamentales y universales que han sido negados en las vidas de las mujeres a través de la historia.

Hablamos entonces de;

- **el derecho a la educación;**
Nos dice que las mujeres tenemos derecho a;
- ▶ una educación no sexista es decir; promueve las relaciones de mutuo respeto y la igualdad entre hombres y mujeres, el desarrollo de aptitudes de cada persona, sin importar si es hombre o mujer, así como la orientación vocacional de acuerdo a las cualidades y aptitudes de cada persona.
- ▶ Derecho a una educación mixta

- ▶ Derecho a becas y subsidios
- ▶ Derecho a contar con guarderías infantiles
- ▶ Derecho a una Educación y Capacitación técnicas
- ▶ Derecho a conocer el papel de las mujeres en la historia
- ▶ Educación libre de acoso sexual

■ **el derecho a la información;**

este derecho nos da la posibilidad a las mujeres de estar informadas sobre lo que sucede o se decide, en el país o fuera de él, región, comunidad, en los grupos organizados. La información nos da poder para tomar decisiones en la vida diaria.

■ **el derecho a la propiedad;**

Este derecho nos da la posibilidad de tener,



- ▶ derecho al crédito,
 - ▶ derecho al ahorro,
 - ▶ derecho a disponer de nuestros bienes,
 - ▶ derecho a ser propietarias de programas gubernamentales,
 - ▶ derecho a bienes gananciales; esto nos dice que las mujeres también tenemos el derecho al igual que los hombres, a los bienes materiales, tales como la tierra, la cosecha, los animales, la casa, los electrodomésticos u otros bienes. A través de la historia las mujeres hemos sido propietarias solamente del 1% de los bienes materiales del mundo.
- **el derecho en las familias;**
Este derecho consiste en;
- ▶ el derecho a una pensión alimenticia,

- ▶ derecho a bienes gananciales,
- ▶ derecho a proteger la vivienda,
- ▶ derecho a herencia,
- ▶ derecho a solicitar el divorcio o la separación judicial,
- ▶ derecho a compartir en igualdad de condiciones la Patria Potestad: es decir, alimentar, dirigir, educar, vigilar y proteger a las hijas /os, administrar los bienes de los menores y representarlos legalmente.

■ **el derecho a una salud integral;**

es el derecho a que las mujeres tengamos una salud completa en todos los aspectos de la vida, en cuanto a una atención médica adecuada, a disfrutar de un ambiente sano y limpio, a una adecuada nutrición, a una vida sin violencia, al esparcimiento y practicar deportes, al descanso, a una vida satisfactoria, a los derechos sexuales y reproductivos.



- **el derecho a una vida sin violencia;**
es el derecho a vivir en un ambiente de paz, armonía, buena comunicación en las familias, en el trabajo, en la calle u otros lugares. Además tener cubierta las necesidades básicas para vivir, como una vivienda digna, la alimentación, el vestido, una buena salud, nos permite estar bien. La posibilidad de ser escuchadas, respetadas, atendidas sin ser agredidas tanto física, sexual, emocionalmente o patrimonial (aquella que está dirigida contra nuestros bienes y pertenencias) a pesar de las diferencias personales entre las personas con las que convivimos en la casa, o bien, fuera de ella.
- **el derecho a organizarnos entre mujeres,**
las mujeres tenemos derecho a organizarnos, es decir a pertenecer a un grupo de mujeres, a un comité, a una

asociación de la comunidad, a formar parte de un partido político, o sea, a crear nuestras propias organizaciones que nos permita fortalecernos, informarnos, prepararnos para defender y luchar por nuestras necesidades ya sean, de trabajo, salud, vivienda, la tierra, la producción, a tener un proyecto productivo, por la no violencia, u otras necesidades sentidas.

■ **el derecho al trabajo;**

todas las mujeres tenemos derecho a tener un trabajo digno que nos paguen por lo que hacemos ya sea un trabajo por cuenta propia o un empleo. Así como a defender nuestros derechos laborales como; igualdad de oportunidades en el empleo, salario igual por trabajo igual, licencia por maternidad, derecho a aguinaldo, derecho a vacaciones, prohibición de despido por motivo



de embarazo o lactancia, derechos al ser despedidas. El realizar un trabajo nos permite tener el dinero necesario para comprar o invertir en aquellas necesidades diarias para nosotras o los y las hijos /hijas.

- **el derecho a tomar decisiones,** éste ha sido uno de los derechos más negados para las mujeres, el cual es decidir sobre qué queremos o hemos querido hacer a lo largo de nuestras vidas. Esto pasa por aquellos cambios que como mujeres hemos a veces soñado pero no hemos podido realizar por diferentes situaciones, ya sea familiares, de trabajo, personales, entre otros.

El fortalecimiento personal y colectivo, permite que durante la capacitación las mujeres reconozcan que tienen capacidades,

habilidades, destrezas, valores personales y grupales que las lleva a fortalecerse como mujeres para tomar decisiones en los diferentes campos de sus vidas. Además, cuando las mujeres conocen las necesidades que tienen en el trabajo, en la comunidad o en la región donde viven, les permite organizarse y luchar juntas para solucionar los problemas que se les presentan. Cuando nos organizamos en la comunidad ya sea mediante comités, asociaciones comunales o grupos de mujeres, podemos lograr más cosas que si luchamos solas. Ya que si varias personas o mujeres nos unimos para la misma necesidad o interés, somos escuchadas y atendidas por las instituciones u organizaciones de la comunidad, como las Asociaciones de Desarrollo Comunal, la Municipalidad, el IMAS, el INA, el INAMU, la C.C.S.S., el CNP, el MAG, el MEP, el M.T.S.S., el MINAE, Ministerio Salud, Oficinas Municipales de la Mujer, entre otras.

¿Para qué fortalecernos
como mujeres?

4



Al igual que nosotras, otras mujeres que han pasado por el Programa, han tenido la oportunidad de informarse de sus derechos y cómo hacer valer estos derechos. Esta posibilidad nos abre las puertas para llegar a saber que las mujeres tenemos derecho a tener derechos y que debemos exigirlos. Ya sea desde nuestras familias, en el trabajo, en la comunidad, en la calle, en la iglesia, u otras espacios en que nos encontremos.

“Me queda mucho de lo que aprendí. Ahora puedo decirle a otras mujeres todo lo que son nuestros derechos”

*Shirley Briton
Mayorga Reserva
indígena Bribri.
I etapa 2005*



Además, a través de la historia, las mujeres hemos ocupado un papel de marginación y desigualdad, que nos hace poco visibles en los espacios privados como las familias, y en los espacios públicos, o sea, la comunidad, el trabajo, la municipalidad, la iglesia, la escuela, las Asociaciones de Desarrollo Comunal, u otros espacios en los cuales nos relacionamos.

De ahí la importancia que como mujeres nos corresponde ir haciendo cambios en las vidas de cada una y como grupo, para que, logremos tener una mayor calidad de vida y así, podamos vivir en una sociedad que nos brinde las condiciones básicas para llegar a gozar de una vida plena y satisfactoria.

El Programa ha sido pensado de tal forma que la primera capacitación que se brinde a las mujeres fortalezca a cada una

de las participantes, para que se reconozca como Sujeta de derechos y pueda ejercer esos derechos en su vida diaria.

El fortalecimiento personal y colectivo les permite a las mujeres crear y apropiarse del conocimiento y el afecto, lo que lleva a cambios en lo personal y como grupo de mujeres orientados a tomar decisiones en los distintos aspectos de sus vidas. El vivir esta experiencia permite en adelante experimentar nuevas formas de relacionarse consigo mismas y con las demás personas, nuevas formas de organizarse, nuevas formas de aprovechar los recursos que se le presentan para alcanzar las metas, o sea, nuevas formas de ser mujeres ligadas a la vida diaria sin discriminación, con experiencias y vivencias más respetuosas y solidarias.

Este fortalecimiento como humanas resulta importante ya que contribuye a que las mujeres puedan ver otras posibilidades



de cambio. Desde este punto de vista el fortalecimiento personal y colectivo de las mujeres se constituye en un camino orientado a provocar cambios en lo individual y en lo grupal que pueda transformar sus vidas como mujeres. El vivir esta



experiencia lleva a que las demás capacitaciones que se brinden en el Programa, por ejemplo, capacitación técnica y formación académica, sea vivida de manera distinta con respecto al mundo en

el que viven, es decir, como mujeres, como personas, con derechos, a una mejor calidad de vida, a un empleo digno, a igualdad de oportunidades en todas las áreas de su vida, con posibilidades de cambio de su vida diaria, desde las mujeres con poder personal para decidir.

¿Para qué sirve el fortalecimiento desde la vida personal y en la convivencia grupal?

5



Las mujeres al reconocer que tenemos derecho a ocupar un espacio distinto en la sociedad empieza a experimentar situaciones que se manifiestan en lo personal, familiar, en el trabajo, en la comunidad, en la calle, u otros, tales como;

- ▶ a tomar decisiones
- ▶ a conocer que somos diferentes
- ▶ a conocer y hacer valer los derechos tanto dentro como fuera del hogar
- ▶ a descubrir sus habilidades

“... Aprendí también a valorar mis derechos sobre mi cuerpo. A decir No cuando uno no quiere porque nadie puede disponer de mi cuerpo. La mujer tiene derecho a la igualdad, al sufragio, igual que el hombre, a trabajar ,a estudiar....”

Anabelle González.
Grupo Golí.
I etapa 2005

- ▶ a emprender proyectos
- ▶ a distribuir el trabajo doméstico entre los y las miembros de la familia
- ▶ a incorporarse al mercado de trabajo
- ▶ a ser más seguras de sí mismas
- ▶ a poner límites en las relaciones familiares
- ▶ a preocuparse más por su salud
- ▶ a participar en capacitaciones
- ▶ a participar en organizaciones
- ▶ a ejercer su liderazgo
- ▶ a ocupar puestos de toma de decisiones
- ▶ a participar en los espacios públicos fortalecidas
- ▶ motivadas a seguir estudiando
- ▶ hacer que se contemplen las necesidades de las mujeres ante las instituciones
- ▶ a optar o buscar un trabajo



- ▶ a espacios para descansar
- ▶ a plantear y exigir denuncias(pensión alimentaria, u otras)
- ▶ a valorarse como mujeres
- ▶ a ser escuchadas, respetadas, atendidas y comprendidas
- ▶ a mejorar su situación económica
- ▶ a aumentar la autoestima
- ▶ a vivir sin violencia
- ▶ a perder el miedo a defender sus derechos
- ▶ a aprender que las mujeres tenemos leyes que nos protegen
- ▶ a expresar las opiniones
- ▶ a tener derecho sobre su cuerpo
- ▶ a compartir en grupos
- ▶ a tener las cosas que nunca había tenido

- ▶ a informar a otras mujeres
- ▶ a salir fuera de su casa
- ▶ a sentirse tranquila
- ▶ a respetar las diferencias de otras mujeres por su condición de edad,color, nivel económico, limitaciones físicas y mentales, migrante, cultura a la que pertenece y otras.





Área de Ciudadanía Activa, Liderazgo y Gestión Local.
Teléfonos 253-8066 Ext.248/262/264
Correo electrónico: ciudadania@inamu.go.cr
Dirección: 100 mts este y 25 mts sur del Taller Wabe,
Granadilla Norte, Curridabat • San José Costa Rica
Apartado Postal: 59-2015
Portal WEB: www.inamu.go.cr