



POR TI,
POR MÍ,
POR
TODAS

empoderamiento de las mujeres

Presentación

Es innegable que las mujeres nos hemos incorporado de forma gradual a los sectores económicos, políticos y culturales de nuestro país. Lamentablemente, los avances no son suficientes para lograr la plena incorporación de las mujeres en igualdad de condiciones.

Por ti, por mí, por todas; presenta brevemente, un panorama del empoderamiento de las mujeres. Además te explicamos lo que es la sororidad, es decir, la alianza de las mujeres con otras mujeres.

La importancia del contenido de este material, que el **Centro de Estudios para el Adelanto de las Mujeres y la Equidad de Género (CEAMEG)** pone en tus manos, busca proveerte de herramientas para fomentar el empoderamiento y el reconocimiento pleno de los derechos humanos de todas las mujeres.

Adriana Gabriela Ceballos Hernández
DIRECTORA GENERAL



EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES

POR TI, POR MÍ, POR TODAS

**Define el éxito en tus propios términos,
consíguelo por tus propias reglas y
construye una vida de la que estés orgullosa.**

-Anne Sweeney

LOS DERECHOS HUMANOS DE LAS MUJERES
COMPRENEN ENTRE OTROS:

- ▶ La educación;
- ▶ Al trabajo;
- ▶ La seguridad social;
- ▶ Una vida en familia;
- ▶ La participación en la vida cultural;
- ▶ El acceso a la vivienda digna y adecuada;
- ▶ La alimentación;
- ▶ Al agua;
- ▶ La atención a la salud.

La falta del reconocimiento de los derechos humanos de las mujeres genera un sin número de limitantes para el libre acceso y disfrute de los mismos.

La inclusión de las mujeres en el ámbito laboral ha cambiado las dinámicas sociales persistentes por décadas, lo que ha traído cambios en los roles sociales y familiares, sin embargo, es en este ámbito donde es más difícil reasignar las responsabilidades familiares.

Las mujeres continúan teniendo doble carga de trabajo, debido a que su inserción en el trabajo remunerado no se ha traducido en la disminución de la carga del trabajo en el hogar.

La incorporación de las mujeres al mercado laboral se ha dado por diversas razones:

- ▶ Mejorar su nivel de vida a título personal;
- ▶ Mejorar el nivel de vida de su familia;
- ▶ Ser el único sostén económico de su familia.

Las estructuras basadas en el género se refieren a las normas, valores y prácticas sociales que definen la desigualdad entre mujeres y hombres en las sociedades. Esas limitaciones incluyen la restricción a la actuación de las mujeres en todos los ámbitos, lo que provoca que se acentúen los estereotipos que relacionan a la mujer o al hombre con determinados roles.

Esto contribuye a acrecentar las desigualdades entre mujeres y hombres, con desventaja para las mujeres, ya que percibe al hombre como principal agente de producción y consecución del salario, considerando a las mujeres en un papel secundario en la obtención de ingresos (Banco Mundial, 2001; Grown 2005).

¿QUÉ ES EL EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES?

Es un proceso por el cual las mujeres transitan de cualquier situación de opresión, desigualdad, discriminación, explotación o exclusión a un estadio de conciencia, autodeterminación y autonomía, el cual se manifiesta en el ejercicio del poder democrático que emana del goce pleno de sus derechos y libertades.

¿CÓMO HACERLO POSIBLE?

El desarrollo económico y desarrollo social debe estar vinculado por **estrategias centradas en el empleo** y el crecimiento que tengan en cuenta el género.

Es esencial que mujeres y hombres estén en condiciones de combinar el trabajo remunerado y el no remunerado. (Berik, 2009).

Un punto importante es la **inclusión de las mujeres en los cargos de toma de decisiones**, especialmente la representación de mujeres en el Poder Legislativo.

La **integración de un Congreso con participación paritaria** es el camino para generar leyes con enfoque de derechos humanos y perspectiva de género, que visibilicen y hagan ejercibles los derechos fundamentales de las mujeres.

¿Sabías que existen instrumentos internacionales que empoderan a las mujeres?

México ratificó en marzo de 1981 la Convención sobre la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW) y en 1998 la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer, mejor conocida como Convención de Belém Do Pará.

El Pacto Mundial de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) y ONU Mujeres señalan que es necesario empoderar a la mujer para:

- Crear sociedades más justas;
- Alcanzar los objetivos de desarrollo, sustentabilidad y derechos humanos;
- Mejorar la calidad de vida de las mujeres y de los hombres, de las familias y de las comunidades,
- Promover prácticas y objetivos empresariales con perspectiva de género.

Principios para el empoderamiento de la mujer

- Promover la igualdad de género desde la dirección al más alto nivel;
- Tratar a toda persona (mujeres y hombres) de forma igualitaria en el trabajo;
- Respetar y defender los derechos humanos y la no discriminación.
- Velar por la salud, la seguridad y el bienestar de todas las trabajadoras y trabajadores;
- Promover la educación, la formación y el desarrollo profesional de las mujeres;
- Llevar a cabo prácticas de desarrollo empresarial, cadena de suministro y marketing a favor del empoderamiento de las mujeres;
- Promover la igualdad mediante iniciativas comunitarias y cabildeo;
- Evaluar y difundir los progresos realizados a favor de la igualdad de género.

¿Sabías que en México hay leyes que promueven el empoderamiento de las mujeres?

La Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres se creó en el 2006 y la Ley General de Acceso de las Mujeres a una vida libre de violencia en el 2007.

También en el año 2011 se reformó la Constitución en materia de Derechos Humanos para establecer el principio pro persona, que obliga a las autoridades a proporcionar a la persona la protección de la manera más amplia.

La igualdad de género debe estar presente en todos los ámbitos de la vida pública y privada:

- ▶ Participación de mujeres y hombres en los procesos de toma de decisiones;
- ▶ Igual acceso y control a las oportunidades, los recursos y los resultados del desarrollo;
- ▶ Igual reconocimiento y status;
- ▶ Mujeres y hombres disfrutan igualmente los mismos derechos humanos;
- ▶ Igual mejoramiento en los estándares de calidad de vida;
- ▶ Reducción de la pobreza;
- ▶ Mejoramiento eficaz y eficiente del crecimiento económico y desarrollo sostenido.

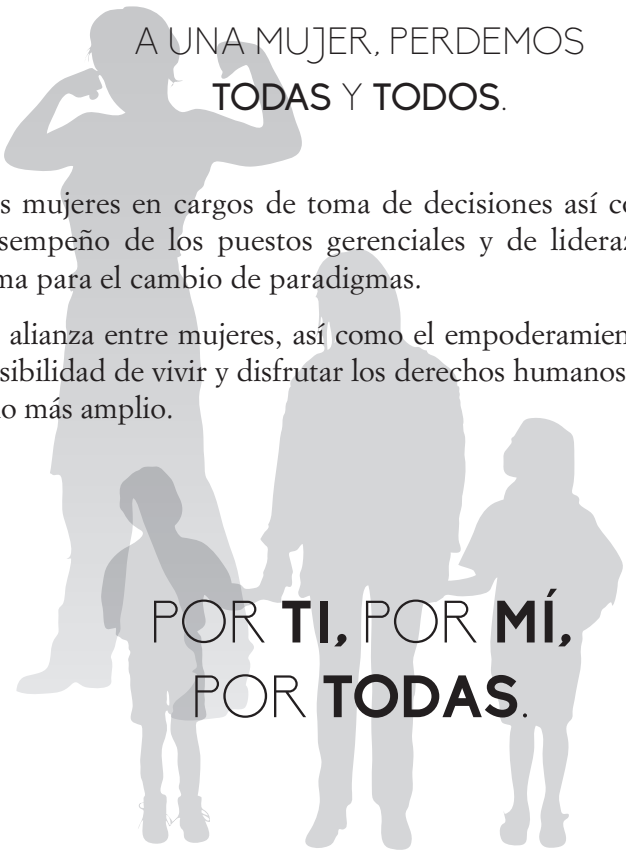
¿POR QUÉ
ES NECESARIO
VISIBILIZAR
EL TRABAJO DE LAS MUJERES?

La participación de las mujeres en cargos de toma de decisiones, en el desempeño de los puestos gerenciales y de liderazgo es un paso fundamental para eliminar los estereotipos discriminatorios.

¿Qué es Sororidad?

La participación del conjunto de mujeres es lo que refleja una estrategia exitosa que se le ha denominado sororidad, que es el pacto político de mujeres que se reconocen entre sí.

No hay jerarquía, sino un reconocimiento de la autoridad de cada una. Está basado en el principio de la equivalencia humana, igual valor entre todas las personas.



AL JERARQUIZAR
U OBSTACULIZAR
A UNA MUJER, PERDEMOS
TODAS Y TODOS.

Las mujeres en cargos de toma de decisiones así como en el desempeño de los puestos gerenciales y de liderazgo es un tema para el cambio de paradigmas.

La alianza entre mujeres, así como el empoderamiento abre la posibilidad de vivir y disfrutar los derechos humanos en el sentido más amplio.

POR TI, POR MÍ,
POR TODAS.



Tips para empoderarse:

APOYA E IMPULSA A MUJERES

PREPÁRATE

TOMA TUS PROPIAS DECISIONES

TRABAJA CON MUJERES

SE AUTOSUFICIENTE

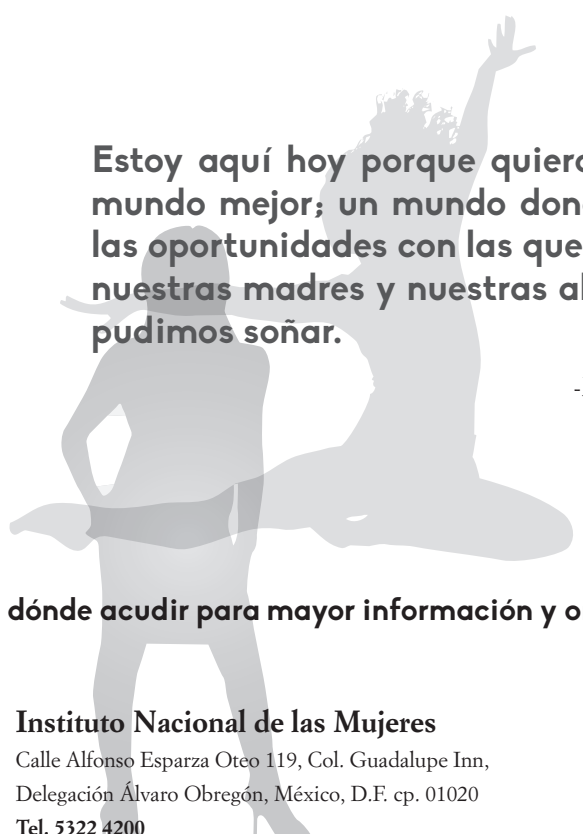
SE PRODUCTIVA

SE INDEPENDIENTE

TOMA LAS RIENDAS DE TU VIDA

**CREA TUS PROPIAS REDES
CON AMIGAS, COMPAÑERAS
Y FAMILIARES**

MEJORA TU AUTOESTIMA



Estoy aquí hoy porque quiero darles un mundo mejor; un mundo donde tendrán las oportunidades con las que nosotras y nuestras madres y nuestras abuelas sólo pudimos soñar.

-Michelle Obama

A dónde acudir para mayor información y orientación?

Instituto Nacional de las Mujeres

Calle Alfonso Esparza Oteo 119, Col. Guadalupe Inn,
Delegación Álvaro Obregón, México, D.F. cp. 01020

Tel. 5322 4200

Lada sin costo: 01 800 0 911 466

Página electrónica <http://www.inmujeres.gob.mx>

ONU Mujeres México

Montes Urales 440, 2º piso, Col. Lomas de Chapultepec,
Delegación Miguel Hidalgo, México, D.F. cp. 11000

Tel. 4000 9701

Página electrónica <http://mexico.unwomen.org>

REFERENCIAS

La política feminista de la sororidad. <http://www.mujeresenred.net/spip.php?article1771>

Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 1 de febrero de 2007.

Principios para el empoderamiento de la mujer. La igualdad es buen negocio.
<http://www.unifem.org.br/sites/800/824/00000827.pdf>



MESA DIRECTIVA

Dip. José de Jesús Zambrano Grijalva

PRESIDENTE

Dip. Jerónimo Alejandro Ojeda Anguiano

Dip. María Bárbara Botello Santibáñez

Dip. Edmundo Javier Bolaños Aguilar

Dip. Daniela De Los Santos Torres

VICEPRESIDENTES

Dip. Ramón Bañales Arambula

Dip. Alejandra Noemí Reynoso Sánchez

Dip. Isaura Ivanova Pool Pech

Dip. Juan Manuel Celis Aguirre

Dip. Ernestina Godoy Ramos

Dip. Verónica Delgadillo García

Dip. María Eugenia Ocampo Bedolla

Dip. Ana Guadalupe Perea Santos

SECRETARÍA

SECRETARÍA GENERAL

Mtro. Mauricio Farah Gebara

Secretario

Lic. Juan Carlos Delgadillo Salas

Secretario de Servicios Parlamentarios



CENTRO DE ESTUDIOS PARA EL ADELANTO DE LAS MUJERES Y LA EQUIDAD DE GÉNERO

Adriana Gabriela Ceballos Hernández

Directora General

Mariano Mejía López

Director de Estudios Jurídicos de los Derechos

Humanos de las Mujeres y la Equidad de Género

Blanca Judith Díaz Delgado

Directora de Estudios Sociales de la Posición y

Condición de las Mujeres y la Equidad de Género

Alfredo Jaramillo Hernández

Marcela Méndez Navarro

Rosa Isela Ortíz Galavíz

Asbeidy Adriana Romero de Nova

Emma Trejo Martínez

Comité Editorial

Marcela Méndez

Diseño

DICIEMBRE 2015

H. Congreso de la Unión,

Cámara de Diputados,

LXIII Legislatura

Av. Congreso de la Unión 66,

Cof. El Parque,

Del. Venustiano Carranza,

C.P. 15960, México, D.F.

Tel: (55) 5036 0000 ext. 59218

<http://ceameg.diputados.gob.mx>

ceameg.difusion@congreso.gob.mx

 **@Ceameg_Oficial**

 **/CEAMEGOficial**

 **Canal:CEAMEG Oficial**



 @Ceameg_Oficial

 /CEAMEGOficial

 Canal:CEAMEG Oficial



CÁMARA DE DIPUTADOS
LXIII LEGISLATURA

CEAMEG

CENTRO DE ESTUDIOS PARA EL ADELANTO DE LAS
MUJERES Y LA EQUITAD DE GÉNERO