



# PROGRAMA SARA 2020 — 2021

MUJERES JÓVENES DE 18 A 35 AÑOS

CALZADA DE CALATRAVA / nº 2

Federación Española de  
Universidades Populares  
Universidad Popular de  
Calzada de Calatrava.  
Centro de la Mujer de  
Calzada de Calatrava  
Centro de Formación  
MOGAR de Calzada de  
Calatrava



639 33 05 78

directorup@calzadadecalatrava.es  
www.calzadadecalatrava.es



## PRESENTACIÓN

En el marco del convenio específico de colaboración entre el INSTITUTO DE LAS MUJERES y la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE UNIVERSIDADES POPULARES (FEUP) se pretende desarrollar el programa SARA, dirigido a la motivación y acompañamiento de mujeres jóvenes (entre 18 y 35 años) para su participación social y laboral.

Hemos dado los primeros pasos para coordinar las acciones con el Centro de la Mujer, cuya colaboración constituye un valor añadido al propio programa. Contaremos con las aportaciones de la responsable del área psicológica, la responsable del área jurídica y la trabajadora social.

El programa SARA se constituye en una oportuni-

dad inigualable para dar formación que mejore la cualificación para el empleo de las mujeres.

Además, dadas las características del Proyecto, se constituye también en una aportación fundamental en lo que hace referencia al desarrollo y crecimiento personal. No se trata por tanto exclusivamente de dar formación y herramientas técnicas que preparen a las mujeres para el empleo, sino que se incide de forma sustancial en dar herramientas y recursos para mejorar la calidad de vida de las mujeres participantes.

El Programa SARA del INSTITUTO DE LAS MUJERES está dirigido a la motivación y acompañamiento de colectivos de



mujeres en situación de especial vulnerabilidad, como son mujeres migrantes, mujeres de minorías étnicas, mujeres de 18 a 35 años y mujeres mayores de 45 años en situación de exclusión, para su integración social y laboral. Se desarrolla a través de la Fundación CEPAIM, Cruz Roja Española, la Fundación Secretariado Gitano y la Federación Española de Universidades Populares.

## INFORMACIÓN GENERAL

**QUIÉN PODRÁ PARTICIPAR?:** Mujeres jóvenes de 18 a 35 años, especialmente aquellas que necesiten apoyo y refuerzo de sus capacidades personales y profesionales.

Tendrán prioridad las mujeres con menor nivel educativo, formativo y con dificultades para acceder a un

empleo.

No es necesario acreditar ninguna formación ni titulación.

Lo pueden hacer mujeres empleadas y desempleadas.

**Lo pueden solicitar mujeres mayores de 35 años también.**

### FECHA PREVISTA DE INICIO

1 de marzo de 2021

### FECHA PREVISTA DE FINALIZACIÓN

30 de junio de 2021.

### HORARIO

16:00 a 21:00 horas de lunes a viernes en el Centro de Formación MOGAR.

### FASES

- MOTIVACIÓN PARA LA FORMACIÓN EL EMPLEO Y EL EMPRENDIMIENTO.. (60 HORAS)
- FORMACIÓN OCUPACIONAL EN HERRAMIENTAS Y RECURSOS PARA LA EMPLEABILIDAD (270 HORAS)
- ORIENTACIÓN LABORAL (60 HORAS)
- PERSPECTIVA DE GÉNERO (Transversalidad)

Aprovecha tus recursos. Conoce tu entorno. Encuentra un empleo

¡Te Acompañamos y apoyamos!

639 33 05 78

directorup@calzadadecalatrava.es  
www.calzadadecalatrava.es



## HERRAMIENTAS Y COMPETENCIAS PARA LA EMPLEABILIDAD DE LAS MUJERES

### LA PRIMERA FASE: MOTIVACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN (60 HORAS)

Trabajaremos las habilidades blandas, entendidas como el resultado de una combinación de habilidades sociales, de comunicación, de forma de ser, de acercamiento a los demás, entre otras; que forjan a una persona capaz de relacionarse y comunicarse de manera efectiva con otros. Este componente es muy apreciado en la actualidad por las empresas.

### LA SEGUNDA FASE: FORMACIÓN OCUPACIONAL. (270 HORAS)

- **CURSO DE RECURSOS DIGITALES BÁSICOS**, (60 horas)
- **CURSO DE RECURSOS DIGITALES AVANZADOS** (60 horas)
- **NIVEL BÁSICO DE INGLÉS**. (150 horas).

Con ello se pretende dotar a las mujeres de una serie de herramientas para la empleabilidad y el emprendimiento, que mejorará de forma significativa su cualificación profesional y facilitará su acceso al mercado laboral o a mayores niveles de formación. Se expedirá un diploma acreditativo de cada uno de los cursos realizados.

Teniendo en cuenta las disposiciones de la Comunidad Europea en relación con la formación, el empleo, la empleabilidad y las competencias para esta, se ha diseñado un proyecto que va a permitir a las mujeres participantes adquirir o mejorar dichas competencias, desde una perspectiva de género.

### LA TERCERA FASE: ORIENTACIÓN LABORAL (40 HORAS)

Resulta de vital importancia el conocimiento de las RRSS, el manejo de internet, las técnicas de búsqueda de empleo, la relación con mujeres emprendedoras, el desarrollo de habilidades de comunicación, la creación de una marca personal, el conocimiento de las potencialidades, el diseño de un itinerario de formación y un itinerario laboral, el conocimiento y la práctica de habilidades relacionadas con las nuevas competencias para los nuevos empleos en el marco de la estrategia Europa 2030.

### PRÁCTICAS NO LABORALES EN EMPRESAS (20 HORAS)

Para terminar el programa, si la situación lo permite se realizarán las PNL en empresas.

### OBJETIVOS

- Fomentar la autoestima y la autoconfianza entre las participantes.
- Aumentar las habilidades sociales y las capacidades de comunicación.
- Trabajar el proyecto profesional de la participante.
- Promover la diversificación profesional.
- Impulsar la participación social de las



11 DE FEBRERO  
DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER Y LA NIÑA EN LA CIENCIA

mujeres en la sociedad española.

Te proponemos participar en el programa SARA, un taller, gratuito, dirigido a mujeres, de 18a 35 años que ayudará a...

Conocernos mejor a nosotras mismas y nuestros recursos personales.

Contar con herramientas para decidir tu camino profesional y para encontrar un empleo, apoyándote en tu búsqueda de un empleo o de mejorar el que ya tienes.

Conocer mejor los recursos que te ofrece la localidad y el entorno, para el empleo y para tu vida cotidiana, y todo ello y más... a la vez que conoces a otras mujeres en tu situación.



**639 33 05 78**
  
 directorup@calzadadecalatrava.es

**PROGRAMA SARA**  
*"Se trata de una herramienta de empoderamiento tanto social como personal fundamental para la mejora de la posición de las mujeres que contribuyen a la consecución de la igualdad real"*



## PROCESO DE SELECCIÓN

En el supuesto de que haya más solicitudes que plazas para participar en el programa, se procederá a realizar un proceso de selección de las mujeres que podrán participar, conforme a las indicaciones publicadas en la convocatoria del Ministerio de Igualdad Instituto de las Mujeres.

El proceso de selección se llevará a cabo del 22 al 24 de febrero.

El programa SARA que vamos a desarrollar este año va dirigido a mujeres jóvenes de 18 a 35 años (Disposición del Instituto de las Mujeres) preferentemente.

En caso de no poder

cubrir las plazas con mujeres jóvenes se atenderá de forma puntual aquellas solicitudes presentadas por mujeres mayores de 35 años y previa autorización del IMIO, podrá, si se considera oportuno, incorporarse al Programa SARA.

PÁGINA WEB DEL INSTITUTO DE LAS MUJERES Y PARA LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES/NOTICIAS/

El estudio "Mujeres y hombres en España" elaborado por el INE en colaboración con el IMIO, actualizado el 7 de mayo del 2020 con datos de 2019, la tasa de empleo de mujeres y hombres en España por grupos de edad señala una diferencia mayor de 11 puntos a favor de los hombres en el grupo de 25 a 54 años (69,9 en mujeres y 81.6 en hombres) y mayor de 14 puntos a favor de los hom-

bres en el grupo de 55 a 64 años (46,9 en mujeres y 61,1 en hombres). Según indica este estudio, "los jóvenes, el género y la edad, las personas según el país de nacimiento y el país de residencia, personas con nivel bajo de educación constituyen poblaciones en situación de desventaja en relación al empleo". Las diferencias se acrecientan si analizamos datos de mujeres por edad, migrantes o

minorías étnicas.

El objetivo fundamental del Programa SARA es mejorar la calidad de vida de las mujeres pertenecientes a estos colectivos ya que se encuentran en situación de especial vulnerabilidad, a través de la mejora de sus competencias, capacidades y habilidades tanto laborales como personales para facilitar su autonomía personal y económica.

## CRITERIOS DE SELECCIÓN

A la hora de seleccionar a las mujeres participantes en el programa SARA, se atenderá a diversos aspectos que tienen que ver con las carencias y las dificultades de las mujeres jóvenes en relación con su integración social, su accesibilidad al empleo y sus especiales dificultades para el desarrollo de su

vida personal o profesional.

Se tendrán en cuenta aspectos como:

- Nivel Educativo.
- Nivel Formativo.
- Experiencia Profesional.
- Situación Laboral.
- Situación Familiar.

- Situación Económica.
- Perteneciente a Minoría Étnica.
- Mujeres Víctimas de VG.

Tendrán prioridad las Mujeres con mayores carencias educativas y formativas y con mayores dificultades para acceder al empleo.



639 33 05 78

directorup@calzadadecalatrava.es

## TRÁMITES PARA REALIZAR LA INSCRIPCIÓN

1º.- Ponerse en contacto con la Universidad Popular por teléfono, whatsapp o correo electrónico.

2º.- Cumplimentar el impreso de inscripción que recibirás en tu Whatsapp o en tu correo electrónico.

3º.- Una vez cumplimentado y firmado, remitir el impreso por correo electrónico o Whatsapp a la Universidad Popular.

*Si tienes cualquier duda o necesitas ayuda nos puedes llamar al teléfono que se indica o enviarnos un correo electrónico*

### PLAZO PARA INSCRIBIRSE

HASTA EL 20 DE FEBRERO DE 2021

MATRÍCULA GRATUITA

DIPLOMA ACREDITATIVO

## MEDIDAS PREVENTIVAS ANTI COVID19, ENTRE OTRAS

#ESTE VIRUS LO PARAMOS UNIDOS



### LA FORMACIÓN ES SEGURA

En la planificación de la formación y teniendo en cuenta las medidas establecidas por el Ministerio de Sanidad y la Consejería de Sanidad de la JCCM; desde la Universidad Popular y el Centro de Formación MOGAR implementaremos las medidas preventivas frente al COVID-19 para la impartición de las sesiones presenciales.

## LA FORMACIÓN ONLINE / UNA ALTERNATIVA

### FORMATO DE LOS CURSOS PRESENCIAL

Si la situación y las disposiciones de las autoridades Sanitarias lo permiten el curso se realizará de forma presencial independientemente de que se puedan incorporar algunos aspectos de forma telemática.

### FORMATO DE LOS CURSOS ONLINE

En caso de no poder realizarse de forma presencial, se solicitará a los Servicios de Empleo de la JCCM autorización para poder impartir la formación en formato online.

Pondremos a disposición de las mujeres participantes que lo necesiten, ordenadores con los requisitos técnicos y el software necesario para la realización de los cursos. Lo único que necesitan es una conexión a internet para lo que en caso de necesidad podrán usar nuestras redes Wi-Fi