



Nº Registro: 03

## PROPUESTA INCLUIDA EN LOS PRESUPUESTOS PARTICIPATIVOS

### 1. DATOS DE LA PROPUESTA

#### 1.1. Nombre de la propuesta

Curso sobre "MI CUERPO – MIS NORMAS"

<b>Clasificación de la propuesta</b>	Gasto corriente – Área de Igualdad
--------------------------------------	------------------------------------

<b>Coste económico</b>	1.158,30€	<b>Valoración técnica (puntos obtenidos)</b>	40
------------------------	-----------	--	----

#### 1.2. Justificación de la propuesta (motivos por los que se quiere proponer)

Se presenta esta propuesta como un curso dirigido a jóvenes en el que, a través de una asesoría especializada en sexualidad, se darán herramientas a las mujeres jóvenes para trabajar su cuerpo en diferentes aspectos.

Es importante realizar esta actividad, ya que hoy en día es imprescindible trabajar para las jóvenes tengan una buena autoestima y conozcan sus propios procesos corporales, así como poder trabajar en torno a una sexualidad responsable y consciente.



### 1.3. Descripción de la propuesta (¿qué se quiere proponer y en qué consiste?)

Es un curso dirigido principalmente a personas jóvenes, pero también a madres y padres, que quieran ahondar en la salud de sus cuerpos y sexualidad. A través de temas como la autoestima, la responsabilidad en la sexualidad, la resignificación del ciclo menstrual, la herencia y los roles sexuales, las participantes podrán trabajar para lograr un empoderamiento individual y colectivo en el que sus cuerpos, vivencias y emociones sean las protagonistas.

Este curso contará con tres talleres dirigidos a la juventud:

- Mapa del cuerpo y de las emociones.
- Mi cuerpo, mi(s) regla(s).
- Sexualidad consciente.

El curso se completa con un cinefórum para personas adultas (cinefórum + debate).

Es una forma fácil de movilizar a las mujeres y hacerlas partícipes de un momento de reflexión colectiva.

### 1.4. Finalidad de la propuesta (¿qué se pretende conseguir?)

El cuerpo, las emociones y la sexualidad son temas que hoy por hoy sigue generando muchos problemas, tanto en la población joven como en la adulta. Poder generar relaciones saludables y respetuosas, a través de la reflexión y un cambio en la relación con nuestros cuerpos, con la sexualidad y las emociones que éstas generan en las personas, es el principal objetivo de este curso.

## 2. OBSERVACIONES

Se propone realizar los talleres en los meses de octubre y noviembre de 2022.