

## **CUESTIONARIO PARA RECOGER BUENAS PRÁCTICAS DE IGUALDAD EN LA GESTIÓN**

**TÍTULO:** "TARDES SALUDABLES PARA MUJERES EN SITUACIÓN DE EXCLUSIÓN SOCIAL"

**OBJETIVOS:**

- Crear un espacio de encuentro y favorecer así el vínculo entre mujeres en situación de exclusión sin presencia de sus familias.
- Sensibilizar y concienciar sobre el conocimiento del propio cuerpo, las relaciones sexuales, así como la importancia de hábitos saludables en la vida cotidiana.
- Afianzar relaciones entre entidades del tercer sector por la igualdad de las mujeres migradas.

**ENTIDAD RESPONSABLE:** Centro de Acogida Lagun Artean

**OTRAS ENTIDADES PARTICIPANTES:** Médicos del Mundo Euskadi

**FECHA DE COMIENZO:** Septiembre 2017

**PERSONA DE CONTACTO:** María Riobello

**TELEFONO DE CONTACTO:** 94 447 24 87 / 688 612 634

**EMAIL DE CONTACTO:** [mriobello@lagun-artean.org](mailto:mriobello@lagun-artean.org)

**DESCRIPCIÓN:**

"Tardes saludables" consiste en un espacio mensual de salud dirigido exclusivamente a mujeres con responsabilidades familiares que conviven en recursos residenciales del Centro de Acogida Lagun Artean.

La iniciativa nace del encuentro entre la entidad Médicos del Mundo Euskadi, que proporciona formaciones específicas de salud para el colectivo mujer migrante y la entidad Lagun Artean, que acompaña a mujeres con familia en riesgo de exclusión social, entre otros proyectos.

En Septiembre de 2017, desde Lagun Artean se identificó la necesidad de crear un espacio único para mujeres que facilitara el vínculo entre ellas y estableciera una vía para compartir experiencias y conocimiento. Así mismo, desde Munduko Medikiak se ofertó la posibilidad de realizar formaciones específicas a mujeres para trabajar salud y género.

De las reuniones entre ambas entidades durante septiembre y noviembre se gestionó la implementación de una experiencia piloto que se detalla a continuación:

- Se decidió que los encuentros formativos tuvieran lugar en uno de los recursos residenciales de Lagun Artean, proporcionando así un espacio seguro y de confianza sentido por las propias mujeres.
- Se organizó el servicio de guardería para que las mujeres estuvieran liberadas y poder así enfocarse en el autocuidado. Este servicio se cubriría por personas participantes de otro proyecto de Lagun Artean (KIDE CISP)
- El horario se escogió en base a la disponibilidad de las mujeres y se delimitó a hora y media por sesión con el objetivo de conciliar con la vida cotidiana.
- Se puso a disposición de las mujeres un “Buzón de salud” para que fueran introduciendo dudas o futuros temas de interés a trabajar.
- Se creó un equipo de mujeres voluntarias en Médicos del Mundo Euskadi con formación sanitaria con enfoque de género y se establecieron los contenidos de las tres primeras sesiones (4,5 horas):
  - o “Sálvate deluxe”, con el objetivo de tener herramientas de actuación en primeros auxilios en el hogar.
  - o “¿Qué es eso de las ITS?” para trabajar salud sexual y reproductiva
  - o “Condóate”, con motivo del 1 de Diciembre, día internacional de la prevención del VIH / SIDA.

A finales de año se realizó una evaluación conjunta de esta primera fase, tanto con las mujeres como entre ambas entidades, siendo esta muy positiva. Se decidió seguir con las formaciones con el mismo formato y se revisaron los nuevos contenidos a trabajar, fruto de las sesiones anteriores y del buzón de salud.

En febrero de 2017, se firma un convenio de colaboración entre ambas entidades, en el cual ambas organizaciones se comprometen a trabajar en red para desarrollar labores de prevención y promoción de la salud de las personas titulares de derechos, y en este caso en concreto con las mujeres migradas en riesgo de exclusión con responsabilidades familiares.

Durante el primer semestre de 2018 (enero a junio), siguiendo el formato establecido hasta el momento, se implementan 6 talleres más (9 horas):

- o “RCP... Y Acción”, con el objetivo de adquirir conocimientos para la actuación en emergencias.
- o “Métodos Anticonceptivos” para desarrollar autonomía de las mujeres en la decisión del uso de medidas preventivas en relaciones sexuales.
- o “Conociendo mi cuerpo” para trabajar fisiología del cuerpo de la mujer
- o “Mujer y salud” desde un enfoque de género, reflexionando acerca de los determinantes de salud específicos de la mujer.
- o “Trabajando el placer” reflexionando sobre sus propios gustos y rompiendo tabúes establecidos.
- o “Ríete de los problemas” como herramienta para trabajar el estrés.

En este momento nos encontramos en la segunda evaluación y en la definición de nuevos temas para el segundo semestre, ya que desde el grupo de mujeres se demanda una continuidad.

## **RESULTADOS (o impactos positivos o reducción de efectos negativos):**

- En estos talleres han participado 12 mujeres de cuatro recursos residenciales diferentes de Lagun Artean (Ramón y Cajal, Ágora, Mugabe y Eceiza)
- El número de personas que participaban iba variando por diferentes cuestiones (salidas del piso, coincidencia con citas médicas, dificultades por el idioma, salud de los y las hijas, conflictos entre las mujeres, etc.).
- Se han realizado 9 talleres de 13 horas y media de duración.
- Se ha consolidado el trabajo en red entre las entidades Lagun Artean y Médicos del Mundo Euskadi en la intervención con mujeres migradas en riesgo o en situación de exclusión social con enfoque de derechos humanos y género.
- En relación al impacto que afecta a la vida diaria de las mujeres en el piso, hemos percibido un grado de unión mayor entre las participantes y la educadora. Son sensaciones sentidas en los momentos que compartimos del día a día; además hemos incrementado los espacios informales fuera de la vivienda relacionados con un disfrute saludable de nuestro tiempo libre (días de playa, en el campo, celebraciones de cumpleaños, etc.).
- Desde el comienzo hasta la finalización del taller hemos compartido momentos con naturalidad de las experiencias vividas en torno a la salud de las mujeres
- Se han incrementado las revisiones en la especialidad de ginecología (3 mujeres)
- Han realizado en Médicos de Mundo pruebas para detectar el VIH (3 mujeres)
- Quincenalmente se rellenan las cajas de material anticonceptivo.
- La evaluación de las mujeres ha sido muy positiva, resaltando:
  - o Aprendizaje e interiorización de prácticas seguras de salud.
  - o Apropiación del espacio seguro y de confianza.
  - o Puesta en valor de un espacio de autocuidado sin hijos e hijas.
  - o Fortalecimiento del vínculo entre ellas, fomentando así la empatía y la mejora en la convivencia.
  - o Cercanía con las formadoras, ya que se han mantenido durante todos los talleres.
  - o Demanda explícita de continuar manteniendo el espacio.
- Se ha repartido materiales en todos los talleres para cada recurso residencial (material preventivo, botiquín, material informativo, etc.)
- Todas las personas implicadas en la implementación de la actividades han sido mujeres: dos técnicas de intervención (una de cada entidad), 1 mujer en prácticas de grado de Educación Social, 2 mujeres en prácticas del Máster de Violencia contra las mujeres y 4 voluntarias de Médicos del Mundo Euskadi (dos enfermeras, una ginecóloga y una trabajadora social experta en género). Cabe mencionar la colaboración de hombres en el servicio de guardería.

## **ASPECTOS INNOVADORES:**

Lo más innovador valorado por ambas entidades es que las acciones formativas se hayan realizado en el propio recurso residencial, para ellas, "su hogar". En muchas ocasiones, la participación en espacios de formación está limitado para estas mujeres y a menudo se encuentran barreras que no son visibles en un primer momento (desconocimiento del idioma, falta de habilidades sociales, responsabilidades familiares, falta de ingresos económicos, poca oferta formativa adaptada a sus

necesidades, escasa red de apoyo social y familiar, etc.). Es por estas razones, que en el diseño de la experiencia piloto se decidió adaptar nuestra intervención a sus necesidades y no al revés.

Otro aspecto a resaltar es que la metodología utilizada se ha adaptado a las características del propio grupo de mujeres, haciéndola divertida, dinámica y accesible. También se ha buscado la participación activa de las mujeres generando un espacio de gestión del conocimiento desde una pedagogía comunitaria, feminista y desde el pensamiento crítico.

Cabe destacar también el trabajo conjunto de ambas entidades y una coordinación consistente y sostenida en el tiempo para que todas las intervenciones hayan sido fructuosas. El trabajo entre ambas entidades no sólo se ha limitado a las acciones formativas, sino que se han contrastado los contenidos previamente en función del seguimiento individual de cada caso, así como su evaluación de impacto en cada una.

### **FACTORES DE ÉXITO:**

- Personal técnico y voluntariado profesional, implicado y con formación específica en género
- Ambas entidades con cultura de género y calidad transversalizada, con una apuesta fuerte por la actividad y con convenio de colaboración firmado entre ambas.
- Recursos asignados por ambas entidades, tanto humanos (dos técnicas implicadas directamente con el apoyo del resto del equipo) como materiales (para la implementación de los talleres).

### **PARTICIPACIÓN:**

- 12 mujeres como participantes (impacto directo) y 13 menores (impacto indirecto)
- 9 mujeres profesionales y voluntarias implicadas en el desarrollo directo y en la implementación de la actividad
- 3 hombres y 2 mujeres en labores de apoyo logístico

El seguimiento a futuro se hará en base a los criterios de intervención individual de cada familia del Centro de Acogida Lagun Artean.

### **INTEGRADA:**

Esta actividad forma parte de la estrategia de cada entidad, respondiendo a los objetivos de intervención de cada una, dentro de sus proyectos en área de inclusión social:

- Por un lado, Médicos del Mundo Euskadi que tiene por objeto, entre otros, desarrollar labores de prevención y promoción de la salud.
- Y por otro lado, la Asociación Centro de Acogida Lagun Artean que tiene por objeto, entre otros, trabajar por una sociedad justa en la que no haya exclusión

En 2017 se realizó una experiencia piloto conjunta con el objetivo de trabajar en red para ofrecer una intervención integral. Después de esta, en 2018 la actividad se ha consolidado en el tiempo, bajo

demanda expresa de las mujeres; evaluando y mejorando después de cada fase implementada. Nuestro compromiso es anual y con carácter flexible y modificable.

### **TRANSFERIBILIDAD:**

En un futuro, en "Tardes saludables" además de Médicos del Mundo Euskadi, se puede invitar a otras entidades colaboradoras para que dinamicen espacios de reflexión y encuentro entre mujeres, buscando así la implicación de nuevas alianzas.

Así mismo, Médicos del Mundo Euskadi también colabora con otras entidades que trabajan con mujeres, ofreciendo formaciones en salud adaptándolas a las necesidades de cada entidad.

### **RECURSOS (personas y recursos económicos/financieros y materiales):**

- Recursos propios de cada entidad:

- Personal técnico de cada entidad contratado.
- Personal voluntario de cada entidad.
- Materiales para talleres.
- Locales

- Recursos públicos: centro cívico

### **MATERIAL QUE ACREDITE LA PRÁCTICA:**

1. Convenio de colaboración firmado (a disposición)
2. Fotografías (a disposición previo permiso de las participantes)
3. Hojas de ruta de cada actividad (a disposición)
4. Listado de asistencia firmado (confidencial)
5. Cartelería

### **TARDES SALUDABLES 2017**



**TARDES SALUDABLES**  
Café y salud

MUNDUKO MEDIKURIA  
Lagun Artean

Lunes 20 de Noviembre	DE
<b>SÁLVATE "DELUXE"...</b>	<b>17:30</b>
Lunes 4 de Diciembre	A
<b>¿QUÉ ES ESO DE LAS ITS?</b>	<b>19:00</b>
Lunes 11 de Diciembre	
<b>CONDONEATE</b>	

## TARDES SALUDABLES 2018



**TARDES SALUDABLES**  
Café y salud - 17:30 a 19:00

  


16 de Enero	RCP y... ACCIÓN!!!
20 de Febrero	MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS
20 de Marzo	CONOCIENDO MI CUERPO
17 de Abril	MUJER Y SALUD
23 de Mayo	TRABAJANDO EL PLACER
19 de Junio	RIÉTE DE LOS PROBLEMAS