

*Lucha contra el  
estigma para  
mujeres con  
enfermedad mental*

## HUELLAS EN LA MENTE



### TALLER DE EMPODERAMIENTO: EL ESTIGMA DE LA ENFERMEDAD MENTAL EN LAS MUJERES

#### PÁGINA WEB

[fceres.es](http://fceres.es)

#### FACEBOOK

[@fundacion.ceres.7](https://www.facebook.com/fundacion.ceres.7)

#### INSTAGRAM

[@fundacioncerestomelloso](https://www.instagram.com/fundacioncerestomelloso)

#### La fundación:

#### FUNDACIÓN CERES CENTRO DE RECURSOS SOCIALES

926507040

[fceres@fceres.es](mailto:fceres@fceres.es)

[prevencion@fceres.es](mailto:prevencion@fceres.es)

C/ Lepanto, 19

Tomelloso (Ciudad Real)

Actividad financiada por la Fundación  
Sociosanitaria de Castilla La Mancha y  
organizada por Fundación Ceres

# El autoestigma

Tiene efectos negativos en las mujeres con enfermedad mental, pudiendo llegar a ser la barrera más grande para su recuperación.

Las repercusiones asociadas al autoestigma más relevantes son una menor calidad de vida, una autoestima y autoeficacia más baja, un empoderamiento y un soporte social inferior y una elevada severidad de la sintomatología psiquiátrica. Además, el autoestigma está relacionado con un funcionamiento social y laboral menor.

## EL TALLER...

Se realizarán talleres prácticos para un grupo de mujeres con enfermedad mental dirigidos a la lucha contra el AUTOESTIGMA Y EL ESTIGMA SOCIAL mediante el empoderamiento de éstas. Los talleres son totalmente gratuitos.



## CONTENIDOS Y ACTIVIDADES

Una de las metas será velar por la participación plena y efectiva de las mujeres y la igualdad de oportunidades de liderazgo a todos los niveles de la adopción de decisiones en todas las áreas de la vida.

Debido a la situación sanitaria actual, Fundación Ceres adaptará el programa y el formato de realización de estas sesiones en modalidad mixta, se podrá optar entre modalidad presencial y modalidad online.

## CONTENIDOS Y ACTIVIDADES

En los talleres se trabajará la desmitificación sobre el género femenino, potenciando el conocimiento de las mujeres sobre sí mismas a través de su cuerpo, sus dolencias y sus emociones aprendiendo cómo otras personas y la propia estructura social influyen sobre las mujeres, padeciendo maltrato psicológico sin ser conscientes de percibir esa violencia. empoderando a éstas para conseguir la normalización, disminuyendo el estigma en salud mental.