



Somos Valientes
Escuela de Empoderamiento de Mujeres

CONTENIDO DE LA ESCUELA

FECHAS: DEL 1 DE AGOSTO AL 15 DE OCTUBRE DE 2022

Nº	MÓDULOS	TEMÁTICAS DEL MÓDULO	DURACIÓN	MODALIDAD	HORARIO Y LUGAR
1	Motivación y liderazgo femenino	<p>Introducción al liderazgo femenino.</p> <p>Mirada contextual de los retos actuales que enfrentan las mujeres en el mundo, desde el ámbito cultural, social, político, psicológico y emocional.</p> <p>Técnicas de auto-motivación y autoestima</p>	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: martes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: martes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
2	Mindfulness	<p>Técnica de Mindfulness, basada en la meditación que consiste en entrenar la atención para ser consciente del presente.</p> <p>Técnicas de autocontrol emocional, manejo de sentimientos.</p> <p>Sesión de meditación.</p>	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: miércoles de 15h30 a 17h30 y sábado de 9h00 a 11h00. Lugar: Casa Somos Carapungo.</p> <p>Grupo 2 Horario: miércoles de 15h30 a 17h30 y sábado de 9h00 a 11h00 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: jueves de 15h30 a 17h30 y sábado de 15h00 a 17h00 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: jueves de 15h30 a 17h30 y sábado de 15h00 a 17h00 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
3	Derechos Humanos, género y poder	<p>Concepto de género y sistema sexo género: roles y estereotipos.</p> <p>Demandas de las mujeres en Ecuador.</p> <p>Características del ejercicio del poder desde un enfoque de género.</p>	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: martes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: martes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
4	Habilidades de negociación	<p>Estrategias para la negociación.</p> <p>Habilidades para negociar: La comunicación y factores de éxito.</p> <p>Negociación desde una perspectiva de género.</p>	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: miércoles de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo.</p> <p>Grupo 2 Horario: miércoles de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: jueves de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: jueves de 15h30 a 17h30</p>

					Lugar: Casa Somos Conocoto Centro
5	Oratoria y construcción de discursos	Estrategias para la construcción del discurso. Lenguaje y oralidad. Técnicas de expresión oral, corporal y emocional.	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: sábado de 9h00 a 11h00 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: sábado de 9h00 a 11h00 Lugar: Casa Somos SanMarcos</p> <p>Grupo 3 Horario: sábado de 15h00 a 17h00 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: sábado de 15h00 a 17h00 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
6	Comunicación no verbal	El poder de la comunicación noverbal. Empoderamiento a través de la imagen personal.	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: lunes de 15h30a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: lunes de 15h30a 17h30 Lugar: Casa Somos SanMarcos</p> <p>Grupo 3 Horario: martes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: martes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
7	Ser emprendedora	Definición de Emprendimiento. Perfil del Emprendedor/a, características del emprendedor/a, tipos de emprendedores /as.	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: miércoles de 15h30 a 17h30 y sábado de 9h00 a 11h00 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: miércoles de 15h30 a 17h30 y sábado de 9h00 a 11h00 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: jueves de 15h30 a 17h30 y sábado de 15h00 a 17h00 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: jueves de 15h30 a 17h30 y sábado de 15h00 a 17h00 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
8	Desarrollo de emprendimientos e innovación	Paso a paso para crear un emprendimiento. ¿Cómo crear un emprendimiento innovador?	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 y miércoles de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo.</p> <p>Grupo 2 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 y miércoles de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: martes de 15h30 a 17h30 y</p>

					<p>juevesde 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: martes de 15h30 a 17h30 y jueves de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
9	Plan de negocio	Modelo Canvas	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: lunes de 15h30a 17h30 y miércoles de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: lunes de 15h30a 17h30 y miércoles de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: martes de15h30 a 17h30 y juevesde 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: martes de15h30 a 17h30 y juevesde 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
10	¿Cómo financiar tu emprendimiento?	Definición del presupuesto Talento humano El conocimiento Factor clave: capital Dónde conseguirdinero Fuentes creativas de financiamiento.	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: sábado de9h00 a 11h00 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: sábado de9h00 a 11h00 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: sábado de15h00 a 17h00 Lugar: Casa SomosAtahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: sábado de15h00 a 17h00 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
11	¿Cómo legalizar tu emprendimiento?	Obtención deRUC o RIMPE. Creación y registro de marca. Legalización de una sociedad	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: martes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Atahualpa.</p> <p>Grupo4 Horario: martes de15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
12	Marketing para emprendedoras	Plan de mercado Ruta para generarventas Métodos deinvestigación para elplan de mercadeo.	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: miércoles de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: miércoles de15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos SanMarcos</p> <p>Grupo 3 Horario: jueves de15h30 a 17h30 Lugar: Casa SomosAtahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: jueves de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>

13	Marketing digital	Introducción al Marketing Digital Herramientas de Marketing digital. (Taller práctico)	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: miércoles de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: miércoles de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: jueves de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: jueves de 15h30 a 17h30 Lugar: Casas Somos Conocoto Centro</p>
14	Redes Sociales para emprendimientos	Beneficios de las redes sociales. Redes sociales principales para emprendimientos	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: sábado de 9h00 a 11h00 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: sábado de 9h00 a 11h00 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: sábado de 15h00 a 17h00 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: sábado de 15h00 a 17h00 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
15	Pauta en redes sociales	Cómo pautar en redes sociales paso a paso. (taller práctico)	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: Lunes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: martes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: martes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
16	Apps para emprendimientos	Manejo de apps gratuitas para diseñar artes para redes sociales. (taller práctico)	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: Lunes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: martes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: martes de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
17	Plan de Marketing para emprendimientos	¿Cómo diseñar un plan de Marketing?	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: sábado de 9h00 a 11h00 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: sábado de 9h00 a 11h00 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: sábado de 15h00 a 17h00 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p>

					<p>Grupo 4 Horario: sábado de 15h00 a 17h00 Lugar: Casa Somos Concooto Cntro</p>
18	<p>Arte experimental de empoderamiento y narración de historias de vida</p>	<p>Taller artístico para fortalecer la libre expresión, a través de la pintura de lienzos. Narración de historias de vida, a través de la generación de material audiovisual con un proceso participativo en cada grupo. (Se producirá 1 minuto por grupo). Exposición de productos artísticos elaborados.</p>	2 horas	Presencial	<p>Grupo 1 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 y miércoles de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Carapungo</p> <p>Grupo 2 Horario: lunes de 15h30 a 17h30 y miércoles de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos San Marcos</p> <p>Grupo 3 Horario: martes de 15h30 a 17h30 y jueves de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Atahualpa</p> <p>Grupo 4 Horario: martes de 15h30 a 17h30 y jueves de 15h30 a 17h30 Lugar: Casa Somos Conocoto Centro</p>
19	<p>Emprendimientos exitosos</p>	<p>Visita guiada a una empresa exitosa local, y sesión de intercambio de experiencias con emprendedores exitosos locales.</p>	5 horas de visita	Presencial	<p>Por definir empresa a visitar</p>

INFORMACIÓN: mariav.suarez@quito.gob.ec