



# ACTIVIDADES

## Guía Complementaria Módulo Construyendo Autonomía y Empoderamiento de las Mujeres

Para copias b/n de hojas de:

- = Actividad 1
- = Actividad 2
- = Actividad 3
- = Actividad 4
- = Reflexión Final

# HOJA ACTIVIDAD 1

¿  
¿Qué me sugiere la frase "primero están los demás"?

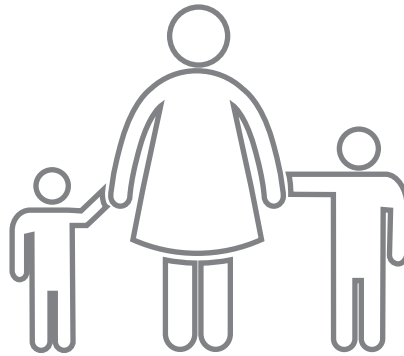
---

---

---

---

---



¿  
¿Qué implicancias tiene esa frase para mi emprendimiento?

---

---

---

---

---

## Reflexionemos

¿En qué situaciones me he postergado a mí misma?

---

---

¿Qué dificultades me trajo?

---

---

Mi emprendimiento representa para mí...

---

---



# HOJA ACTIVIDAD 2



¿A qué le tengo miedo? (que me impida actuar).



¿Cómo influyen mis miedos en la búsqueda de ingresos propios?



¿Cómo influyen mis miedos en el cumplimiento de mis objetivos personales?

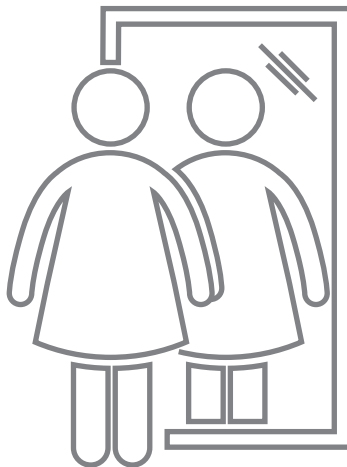


¿Cómo puedo ayudarme a superarlos?

# HOJA ACTIVIDAD 3

¿Qué me gusta de mí?

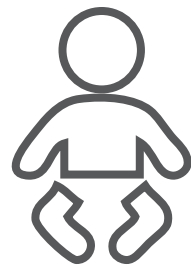
¿Cómo he utilizado o puedo utilizar a futuro esas características en mi emprendimiento?



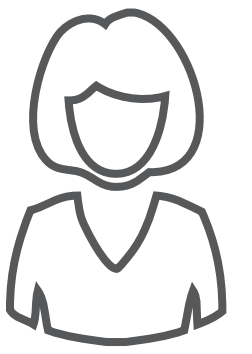
¿Qué contribuye a elevar mi autoestima?

¿Qué cosas valoran los demás de mí?

# HOJA ACTIVIDAD **4** LÍNEA DE LA VIDA



Fecha de nacimiento





Fecha actual



Como cierre del módulo, proponga a las personas participantes una reflexión final (oral u escrita) en torno a los siguientes aspectos.

## REFLEXIÓN FINAL

(10 a 30 min)

	
<p>Las acciones que benefician mi autoestima son</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Las acciones que perjudican mi autoestima son</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>