

## Herramientas reales, apoyo real: El programa de orientación profesional en primer plano

En este número, celebramos un logro clave del proyecto WOMEN UP: el Programa de Orientación Profesional. Esta iniciativa ofrece nueve actividades de coaching interactivas diseñadas específicamente para apoyar a mujeres vulnerables, como madres solteras, refugiadas y migrantes. El programa ayuda a fortalecer la autoestima y a desarrollar habilidades esenciales para la inserción laboral, mediante sesiones flexibles disponibles en línea y presenciales, siguiendo un modelo práctico y fácil de aplicar en la vida diaria. Hasta la fecha, más de 120 mujeres se han beneficiado del programa, se han formado 30 facilitadoras y este ha llegado a numerosos actores clave en toda Europa.

## ¿Por qué es importante el programa de asesoramiento?






El programa de orientación profesional de WOMEN UP es más que una herramienta de capacitación: es un camino hacia el empoderamiento.

Al centrarse en desafíos reales y utilizar métodos de coaching probados, ayuda a las mujeres a dar pasos concretos hacia la independencia y la inclusión.



### Acceso e Idiomas

Todos los módulos incluyen:

-  eBook |  Audiobook |  Cuestionario de Evaluación |  Presentación
- Disponibles en 7 idiomas (Inglés, Español, Francés, Portugués, Ελληνικά, Русский, العربية) en la plataforma WomenUp.
-  Explora los contenidos en:  
[academy.womenup-project.eu](https://academy.womenup-project.eu)

## Módulos de habilidades para la vida: el enfoque de este número



El programa de formación de WomenUp incluye cinco módulos básicos, todos ellos alineados con el marco europeo LifeComp y diseñados para desarrollar competencias personales, sociales y de aprendizaje.

### Módulo 1 – Introducción y barreras de acceso al mercado laboral

Presenta los principales desafíos que enfrentan las mujeres vulnerables para acceder al empleo y explora cómo el marco LifeComp guía a educadores y capacitadores para abordar estos problemas.

### Módulo 2 – El área personal: Autodesarrollo y bienestar

Se centra en la autorregulación emocional, la adaptabilidad y el bienestar. Los participantes aprenden a gestionar el estrés, desarrollar la resiliencia y mantener el equilibrio en su vida personal y profesional.

### Módulo 3 – El área social: Comunicación y colaboración

Mejora las habilidades interpersonales y sociales, como el trabajo en equipo, la empatía y la comunicación eficaz, ayudando a las mujeres a construir conexiones comunitarias y redes de apoyo más sólidas.

### Módulo 4 – El área de aprendizaje: Mentalidad de crecimiento y aprendizaje continuo

Fomenta en los participantes la curiosidad, la perseverancia y la apertura al aprendizaje. Este módulo capacita tanto a educadores como a estudiantes para ver el cambio como una oportunidad.

### Módulo 5 – Estrategias de capacitación para educadores

Ofrece herramientas didácticas prácticas, técnicas de entrenamiento y metodologías inclusivas que los educadores y trabajadores sociales pueden utilizar para brindar un mejor apoyo a las mujeres en diversos contextos.

Permanece conectado/a en:

Website: [www.womenup-project.eu](http://www.womenup-project.eu)

Facebook: [WomenUp Project](https://www.facebook.com/WomenUpProject)

Email: [info@womenup-project.eu](mailto:info@womenup-project.eu)

Empoderamiento en acción: porque el cambio comienza cuando las mujeres tienen las herramientas y la confianza para forjar su propio futuro.



Co-funded by  
the European Union

[womenup-project.eu](http://womenup-project.eu)

