

LA VIOLENCIA ESTÉTICA Y LA GORDOFÓBIA COMO UN SISTEMA DE OPRESIÓN SOCIAL

ACTIVIDAD VÍA STREAMING Y PRESENCIAL

Fecha: sábado 2, 9, 16 y 23 de marzo de 2024

Horario: 12:00 pm a 13:50pm

Perfil de público al que va dirigido: Público interesado en el tema, público en general.

Entrada libre. Cupo limitado.

Libertad Hernández

Licenciada en Psicología por la UMSNH. Activista en contra de la gordofobia y a favor de la crianza respetuosa y body positive, siendo éstas dos líneas las de su principal trabajo. Como profesionalista desde hace 5 años de que se tituló ha tenido trayectoria en el ámbito de la psicología en diversas áreas como la educación, el acompañamiento terapéutico y como tallerista, se ha desempeñado como líder de proyectos como Psicomamá dónde se brindan asesorías, acompañamiento y talleres de crianza respetuosa, ASPyN dónde se realiza acompañamiento psicológico para personas que desean trabajar temas de alimentación intuitiva y gordofobia y en APYS dónde brindaba acompañamiento terapéutico a población de jóvenes y adultos. Actualmente trabaja en el acompañamiento terapéutico de manera privada.

Cuenta con amplia experiencia en el diseño, y presentación de talleres de diversos temas psicológicos de forma independiente, en instituciones privadas como la escuela UTEL, empresas como AT&T e instituciones públicas como un congreso sobre maternidades en la UNAM.

Ha destacado como una mujer líder, empática y fiel a sus creencias por las cuáles lucha día a día.



Objetivos de aprendizaje

- Entender e identificar las expresiones de gordofobia dentro de nuestra sociedad.
- Reconocer la gordofobia internalizada para poder generar cambios en el entorno.
- Analizar las consecuencias biopsicosociales de la gordofobia en los alumnos que la padecen en su día a día.
- Reflexionar y construir herramientas para poder hacer frente a la gordofobia dentro del aula.

Sesiones

Sesión 1. sábado 2 de marzo: "Perspectiva histórica de la belleza y los cuerpos".

La sesión consiste en reflexionar y poder entender las diferentes conceptualizaciones de la belleza y lo que significa un cuerpo bello, entendiendo como ha sido un sistema que nos ha mantenido en opresión a todos, pero específicamente y de manera más fuerte a las mujeres.

Sesión 2. sábado 9 de marzo: "Gordofobia violencia disfrazada de preocupación".

Muchas veces las personas que están a nuestro alrededor nos invitan a modificar cosas de nuestros cuerpos en nombre de la salud sobretodo en cuestiones de su tamaño, invitándonos siempre de manera "preocupada" a que bajemos de peso

Sesión 3. sábado 16 de marzo: "Esferas sociales impactadas por la gordofobia y la violencia estética".

La gordofobia va más allá del simple temor de ser personas gordas o la violencia que viven las personas que habitan cuerpos grandes, existe un impacto en diversas áreas que es importante saber identificar, entender y reconocer para evitar que se sigan replicando, de la mano de la gordofobia existe la violencia estética la cual atraviesa diferentes tipos de corporalidades.

En la presente sesión conoceremos más a detalle de cada esfera social que es impacta y así mismo se plantean herramientas con las cuales podemos accionar independientemente del tamaño de nuestros cuerpos.



Sesión 4. sábado 23 de marzo: "Nuestra autoestima no es simplemente cuestión de actitud".

La sesión número 4 es una sesión reflexiva y participativa a través de la cual se busca dar voz a la mayoría de los participantes de tal modo que podamos levantar la voz en contra de un sistema estético de lo bello o bonito que nos ha mantenido históricamente oprimidas.

Del mismo modo poder entender que la autoestima no es cuestión simplemente de actitud y existen muchos otros factores que la benefician o afectan.

Al finalizar la sesión se pretende brindar herramientas de autoconocimiento, respeto corporal y entendimiento de la diversidad ajena y propia en beneficio de poder habitar nuestros cuerpos desde nuestra propia libertad.

Se entrega constancia de participación con el **80%** de asistencia



IMPORTANTE

Te invitamos a leer las siguientes **políticas de funcionamiento**, las cuales te ayudarán a tener una mejor estancia dentro del Centro Educativo:

1. Todas nuestras actividades son gratuitas. No es necesario pagar un acceso/boleto en taquilla.
2. Tu inscripción tiene fines informativos, con ella podrás recibir: nuestro boletín mensual, avisos de las actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción **NO ASEGURA TU LUGAR**. Es importante llegar con el tiempo que consideres necesario para alcanzar el lugar. Recuerda que todos nuestros espacios tienen un cupo limitado de asistentes.
4. El Centro Educativo está sujeto a la disponibilidad de espacios según la operación del museo. Los espacios pueden cambiar sin previo aviso.
5. Las inscripciones sólo se harán a través de nuestra página web. No se tramitarán inscripciones por otro medio (correo electrónico, teléfono, redes sociales o físicamente en el Centro).
6. Para obtener la constancia de participación es obligatorio cubrir el 80% de asistencias de los cursos de cuatro sesiones; para cursos de tres sesiones debes cubrir el 100%. No aplica para conferencias o actividades únicas. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir todas las actividades del mes.
7. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es con tu firma en las listas. No podrán justificarse las asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
8. El acceso a las aulas será conforme al orden de llegada y estará sujeto a la operación del museo.
9. No se permite apartar ni reservar lugares en las unifilas o en las aulas (te invitamos a no poner mochilas u objetos en lugares que estén desocupados).
10. Está prohibido entrar con alimentos y/o bebidas que puedan caerse o derramarse fácilmente. Por favor trae tu bebida en un termo.
11. Una vez completo el aforo del aula, por motivos de seguridad **NO SE PERMITIRÁ EL ACCESO** (no puedes permanecer de pie ni sentado en el piso).
12. Está permitido ingresar al aula una vez iniciada la sesión, pero sólo se podrá acceder si hay lugares disponibles.

