

CORPORACIÓN  
**CAMBIO**  
SOSTENIBLE



**DIGITALMENTE SEGURAS**

con el apoyo de:



**DERECHOS  
DIGITALES**  
América Latina

# ¿Qué es Digitalmente Seguras?

Es una propuesta innovadora que busca fortalecer a mujeres con actividades online y offline, en materia de formación y conversación en temas como la inclusión digital (acceso a oportunidades), seguridad digital y conocimiento en derechos.

A través de:

Actividades virtuales

Actividades artísticas

Foros y conversatorios



# El éxito de ser mujer

**Las mujeres desde cada singularidad y desde su historia personal han edificado su éxito desde diferentes ámbitos de la vida, como lo son las experiencias laborales, los emprendimientos, las labores del cuidado que aportan al crecimiento personal y colectivo, los logros educativos y el aprendizaje. De esta manera el éxito de ser mujer es tan variado y tan potente como las mismas mujeres.**



**Siendo el éxito de las mujeres tan diverso y tan dinámico, esta cartilla busca reunir, exponer y facilitar tanto la importancia de cada labor que construye el plan de vida, como las posibilidades, claves y rutas para el acceso efectivo a empleabilidad, emprendimientos, aprendizaje y resignificación de labores del cuidado.**

**Lo anterior para resaltar que el éxito está en cada mujer y que la información que encontraran en este documento, sólo será una herramienta para potenciarlo.**

# 8 TIPS

1. Invierte en tu desarrollo personal

2. Fija objetivos claros y realistas

3. Se sorora y perseverante

4. Confía en tus metas, en los procesos y sobre todo confía en ti

5. Ser asertiva juega un papel importante en la vida

6. Busca un balance

7. Comparte su historia, sus conocimientos y saberes

8. Busca ser feliz y está orgullosa de su historia

## PARA MUJERES

## EXITOSAS



# ÁMBITO LABORAL

**Al hablar del tema laboral, es necesario reconocer que existen diferentes espacios para su desarrollarlo; estos son:**

## **1. El mercado formal:**

En este se encuentran empresas, corporaciones, organizaciones, asociaciones, entre otros espacios en los que hay que realizar un proceso de postulación a un cargo en específico (Generalmente se aplica a partir de una hoja de vida).



### **Páginas seguras para revisar ofertas laborales o postular hojas de vida:**

1. Universia Laboral, Colombia.
2. Portal de empleo del Gobierno de Colombia.
3. Opción empleo
4. Google empleos
5. Aliado laboral.com

## Claves para una buena Hoja de vida:

1. **Datos actualizados de contacto.**
2. **Busca que tu perfil profesional describa tus mejores habilidades.**
3. **Foto fresca, pero presentable.**
4. **Prioriza la información que pondrás, adecuando tu experiencia, estudios y saberes al cargo al que aplicarás.**
5. **Revisa que no tengas faltas de ortografía ni mala redacción.**
6. **Muéstrate cómo eres y cree en ti.**



**HOJA DE VIDA**

Nombre: delo

Edad: 20 años

Intereses: Animales y el mundo natural, Ilustración, Animación, Manga, Cultura japonesa, repostería, polémicas éticas y morales, viajes.

Competencias: académicas, diseño, dibujo, pintura, escultura, fotografía y manejo de programas para edición de imágenes y videos.

Manejo de Idiomas:

- Ingles B1
- Japonés N5

Me gustaría aprender más sobre: Animación, ilustración editorial también sobre el funcionamiento de la industria del anime y el manga, comprender un poco más los comportamientos humanos.

Experiencia laboral: Decorador de tortas temáticas en negocio casero

Tipo música: J-POP y J-ROCK

Puesto dentro de un grupo de trabajo: Jefe de área creativa, ilustrador, edición y postproducción.

## ¿Qué revisar en una postulación al mercado formal para que sea segura?

1. **Que te pidan ir a entrevistas o capacitaciones en espacios informales, inadecuados o viajar a lugares sin contexto o garantías claras.**
2. **Que haya información sobre el lugar que te ofrece el empleo cuando lo buscas y que la fuente de la oferta sea confiable.**
3. **Que no te pidan dinero para aplicar al proceso de selección.**
4. **Que no te soliciten información personal de más o firmas sin fundamento.**

## 2.Mercado informal:

**En este se encuentra la venta, comercialización o prestación de algún servicio a título personal. Está centrado en los emprendimientos, las pasiones que permiten ingresos y/o el intercambio de beneficios.**

### Medios online para distribuir tus emprendimientos

- Instagram
- Facebook Marketplace
- Grupos barriales creados en Facebook.
- Distribución de fotografías y catálogos en “estados” de WhatsApp.
- Voz a voz en grupos online de mujeres conformados en las diferentes redes sociales.



# Emprendimientos y claves para emprender

- 1. No te muevas solo por dinero
- 2. Valora tu trabajo, no lo regales
- 3. No te rindas, persigue tu meta
- 4. Anticípate a lo que está por llegar
- 5. Separa tus finanzas de las de tu negocio
- 6. Sé honesto
- 7. Conviértete en un líder
- 8. Escucha a tus clientes
- 9. Delega pero mantente al frente del negocio
- 10. Aprende de los errores

El marketing en redes sociales puede ayudar a elevar tu audiencia y convertir a personas interesadas, en clientes potenciales de una forma significativa. Un contenido relevante y diseñado para tu audiencia es clave para aumentar la presencia que tiene tu marca dentro de los medios digitales.





## ÁMBITO EDUCATIVO

**El fortalecimiento de los procesos educativos de las mujeres en todas sus diferencias y diversidades están ligados no solo a los procesos académicos formales; todo aquel proceso que brinde la posibilidad de ampliar los saberes, conocimientos y opiniones de las mujeres deben ser reconocidos para el desarrollo de un proyecto de vida digno**

La igualdad de género es para la UNESCO una prioridad mundial estrechamente ligada a los esfuerzos de la Organización para promocionar el derecho a la educación y lograr los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).



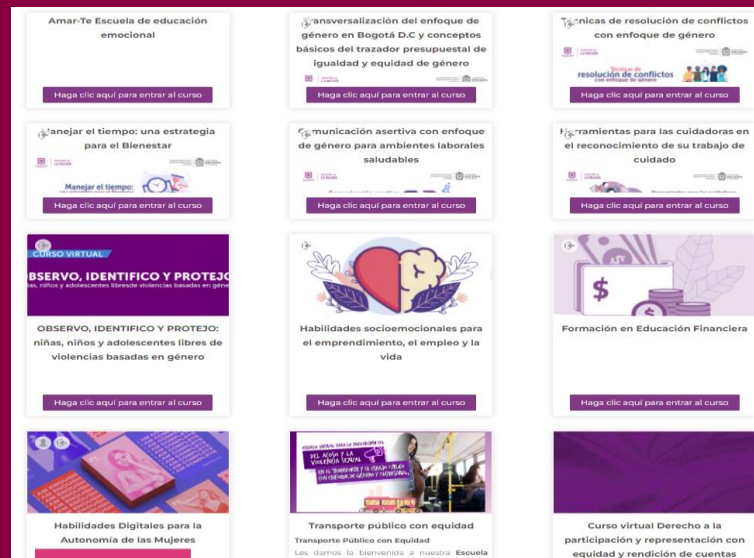
1. **¿Estás fuertemente motivado?** Esto es quizás lo más **importante** y el éxito en tu proceso de aprendizaje depende en gran medida de tu motivación

2. Ten mucha paciencia, **todos los procesos de aprendizaje requieren tiempo** y el tuyo no será la excepción.

3. siempre **es mejor tener una rutina de aprendizaje establecida en ciertos horarios.**

4. **Nunca dejes nada para el final.** En un curso virtual es muy fácil retrasarse y dejar las cosas para última hora, en donde los resultados casi siempre son desastrosos

5. Sé muy crítico con lo que lees y con lo que estás aprendiendo. **Si algo te genera dudas lo mejor que puedes hacer es buscar otras fuentes de información** o preguntarle a un experto para aclarar tus inquietudes.



**Accede a cursos como estos en:**

1. <http://capacitaciones.sdmuje.gov.co/>
2. <https://www.crehana.com>
3. <https://www.domestika.org/>
4. <https://casadelamujer.org/>



## ¿QUÉ SON LOS TRABAJOS DE CUIDADO?

El trabajo de cuidado es el conjunto de actividades necesarias para proveer bienestar a las personas; “comprende todas las actividades no remuneradas que se realizan en el hogar, relacionadas con el mantenimiento de la vivienda, los cuidados a otras personas del hogar o comunidad y el mantenimiento de la fuerza de trabajo remunerado” (Tribín, Ramírez, Mojica, Santamaría, Tenjo, & Camelo, 2021). Puede considerarse como una labor remunerada o no, y puede realizarse dentro o fuera de los hogares.

### Cuidado Directo

El cuidado directo hace referencia al grupo de tareas que implican la interacción entre personas o de atención directa hacia alguien que lo demanda. Entre los ejemplos están el cuidado de niños y niñas, de personas con discapacidad, de adultas mayores o de personas que estén enfermas (ONUMujeres, 2018; Rodríguez, 2015).

### Cuidado Indirecto

El cuidado indirecto hace referencia a los trabajos de cuidado relacionados con el mantenimiento habitacional de los hogares o comunidades (trabajos domésticos). Se puede materializar en acciones como la limpieza del hogar, la preparación de los alimentos, las compras para el hogar, entre otras



## ¿Quiénes somos mujeres cuidadoras?

- Cuidadoras con discapacidad.
- Cuidadoras adultas mayores.
- Cuidadoras NINI (ni estudian ni trabajan remuneradamente).
- Cuidadoras lesbianas, bisexuales y trans.
- Cuidadoras lideresas sociales.
- Cuidadoras negras y afro.
- Cuidadoras palenqueras y raizales.
- Cuidadoras indígenas.
- Cuidadoras campesinas y habitantes de zonas rurales.
- Cuidadoras y rescatistas de animales de compañía.



### Accede a mayor info en:

1. [http://www.sistemadecuidado.gov.co/docs\\_/estrategia-cuidado-cuidadoras\\_/documento-cuidado-cuidadoras\\_.pdf](http://www.sistemadecuidado.gov.co/docs_/estrategia-cuidado-cuidadoras_/documento-cuidado-cuidadoras_.pdf)
2. <http://www.sistemadecuidado.gov.co/>

### ALGUNOS SERVICIOS DE SIDICU

- Educación para terminar primaria y bachillerato
- Talleres de educación socio-ocupacional
- Cursos de formación en alianza con la Universidad Nacional y con el SENA
- Cursos para crear y manejar un negocio propio
- Orientación y capacitación para personas cuidadoras

# AGRADECEMOS TU PARTICIPACIÓN



**DIGITALMENTE SEGURAS**

con el apoyo de:



*La mujer no debe aceptar, debe desafiar. No debe ser intimidada por quien se ha construido sobre ella; debe reverenciar a la mujer que hay en ella con fuerza de expresión. Margaret Sanger.*



# DIGITALMENTE SEGURAS

con el apoyo de:



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons  
Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0  
Internacional.



Licencia Creative Commons Attribution 4.0 Internacional (CC BY 4.0)

