



## **Transformando vidas: el impacto de los proyectos de mujer de Cáritas Diocesana de Mérida-Badajoz**

- **421 mujeres han participado en 2023 en estos proyectos que suponen un espacio de seguridad, apoyo y fortaleza.**
- **La salud mental es una de las necesidades que más ha aflorado en los últimos años.**

**Cáritas Diocesana de Mérida-Badajoz. 05 de marzo de 2024.** En el trabajo por la igualdad de género y el empoderamiento de la mujer, Cáritas Diocesana de Mérida-Badajoz ha emergido como un faro de esperanza, impulsando proyectos que generan un impacto positivo en la vida de las mujeres atendiendo las necesidades y demandas que surgen en las acogidas de las Cáritas parroquiales.

Actualmente, en la diócesis de Mérida-Badajoz existen **25 proyectos** situados en 19 municipios de nuestra provincia: Ahillones, Almendralejo, Azuaga, Badajoz, Burguillos del Cerro, Campanario, Fuente del Maestre, La Coronada, La Roca de la Sierra, Los Santos de Maimona, Llerena, Mérida, Monesterio, Montemolín, Montijo, Puebla de Sancho Pérez, Villafranca de los Barros, Villagarcía de la Torre y Zafra. **En ellos han participado 421 mujeres durante el año 2023.**

“Estos proyectos, -comenta **Teresa Castellanos**, coordinadora del área de Animación Comunitaria- pretenden **mejorar la salud integral y la participación de las mujeres de zonas rurales y urbanas que se encuentran en situación de desigualdad, vulnerabilidad y/o exclusión**”. Se desarrollan acciones de acompañamiento personal y grupal socioeducativas, formativas y culturales que favorezcan la promoción de hábitos saludables, posibilitando una mejora de la vida de las participantes y sus familias en el entorno en el que viven.

### **Promoción y desarrollo integral de la mujer**

Las actividades que se realizan varían mucho, dependiendo de la realidad en la que se encuentren y atiendan. Van desde el acompañamiento personal y grupal para la mejora de calidad de vida, la promoción de la salud integral y el incremento de la empleabilidad, favoreciendo la adquisición de hábitos saludables y la prevención de enfermedades físicas y psicológicas, hasta actividades que potencian y mejoran los conocimientos, habilidades y

capacidades de las mujeres, mediante la realización de talleres y actividades formativas, culturales y de tiempo libre.

Aunque en la mayoría se desarrollan uno o dos talleres, encontramos otros proyectos como son el proyecto de Fuente del Maestre, el de Villafranca de los Barros, Llerena o el de la Cáritas parroquial de San Pedro de Alcántara en Badajoz, donde desarrollan un buen número de talleres enfocados en **economía doméstica, salud, alfabetización cultural y digital, talleres creativos, de empleo, actividades socioculturales, acompañamientos personalizados, entre otras**. Además, en el proyecto de Fuente del Maestre se complementa con un taller continuado con los hijos de las mujeres que participan en el proyecto y en el que en ocasiones hacen acciones conjuntas madres e hijos.

También existen muchos otros proyectos, sobre todos los del ámbito rural, que están enfocados en la dinamización y la sensibilización de la población en la que se llevan a cabo.

#### **Las tareas de los cuidados**

*“En los últimos años, y a raíz de la pandemia por Covid-19, una de las necesidades que más ha aflorado ha sido en torno a la **salud mental**”,* alerta Castellanos, por lo que se ha ido priorizando el trabajo con estas mujeres a través de grupos de apoyo, escucha e incluso charlas con profesionales de la salud mental, como psicólogos, psiquiatras o pedagogos.

Es por esto que los programas de Cáritas Diocesana de Mérida-Badajoz dirigidos a las mujeres han crecido en alcance y profundidad, puesto que estos talleres no solo dotan a las mujeres de habilidades prácticas, sino que también **les brindan la confianza y el empoderamiento necesarios para fortalecer sus vidas**. Generalmente estas mujeres se encuentran en un estado de soledad o viudedad, lo que hace que se alejen de la comunidad y de las personas, perjudicando su autoestima.

Debido a ello, **un aspecto fundamental de los proyectos de mujer de Cáritas Diocesana de Mérida-Badajoz es su enfoque en la inclusión y la igualdad de oportunidades**. Se trabaja activamente para eliminar las barreras que enfrentan las mujeres en el acceso a la educación, relaciones sociales, atención médica y mejora personal. Además, se promueve la participación activa de estas mujeres en la toma de decisiones dentro de sus comunidades, empoderándolas para ser agentes de cambio en sus propios entornos. “El impacto de estos proyectos es innegable, **cada mujer experimenta una transformación personal enorme**”, indica Teresa Castellanos.

Es por eso que desde Caritas Diocesana de Mérida-Badajoz se reconoce la importancia del apoyo emocional y psicológico para las mujeres que han enfrentado situaciones difíciles, como la violencia doméstica o la marginación social, por lo que **cada uno de los talleres que se desarrollan suponen un espacio de seguridad, apoyo y fortaleza.**

En un mundo donde la desigualdad de género sigue siendo una realidad persistente, los proyectos de mujer de Caritas Diocesana de Mérida-Badajoz son un rayo de esperanza, con un enfoque holístico y centrado en la dignidad y el potencial de cada mujer. Caritas está allanando el camino hacia un futuro más justo e igualitario para todas.

