

TOOLKIT DE GÉNERO PARA EL 8M

Herramientas y propuestas de actividades para realizar en tu espacio de trabajo, con tus equipos y/o amistades





Introducción

Con este material buscamos acercar información, conocimientos, herramientas y algunas propuestas lúdicas que te permitan a ti, y a otras compañeras, colegas y amigas reflexionar y pensar **¿Por qué es importante Conmemorar el 8M?**

Desde Nodos no queremos que, por falta de recursos, u otras circunstancias, las personas de las empresas, y en especial las mujeres, no tengan acceso a materiales que les permitan tener un momento para pensar los temas de género y su impacto en el mundo laboral y su desarrollo profesional.

Confiamos en que este material abierto y gratuito para toda las organizaciones, mujeres y colaboradores en LATAM sirva para abrir esas conversaciones que acompañen a las empresas en su camino hacia la equidad e igualdad de género.

Atentamente,

Equipo de Nodos Consultora

www.nodosconsultora.com



¿Qué es el 8M y por qué es importante?

El 8M, o Día Internacional de las Mujeres, se conmemora cada 8 de marzo en todo el mundo. Es una fecha de reconocimiento y visibilización del movimiento de las mujeres por sus derechos, la igualdad de género y la eliminación de las diversas formas de violencia y la discriminación en todos los ámbitos de la sociedad. Su origen se remonta a los movimientos de mujeres trabajadoras del siglo XIX y XX, y fue oficializado por la ONU en 1977.

Es importante conmemorar esta fecha porque nos permite visibilizar y trabajar en las desigualdades de género, denunciar la violencia en todas sus formas, reconocer avances y desafíos pendientes en equidad, y fomentar la participación social para impulsar el cambio hacia una sociedad más igualitaria.

Este *toolkit* tiene el objetivo de brindar recursos, estrategias y herramientas para que organizaciones, instituciones y personas, en especial las mujeres, puedan conmemorar el 8M de manera significativa, promoviendo la equidad de género y la reflexión sobre los derechos de las mujeres.

El 8M no es un día de celebración, sino de reflexión y acción por un mundo más justo e igualitario.





Historia del 8M: breve recorrido histórico y contexto actual

¿Una fecha impuesta por la ONU? ¿La conmemoración de trabajadoras fallecidas en un incendio? ¿El aniversario de una huelga? ¿Una Conferencia feminista?

El 8M, que hoy convoca a millones de mujeres a las calles de todo el mundo, tiene una larga historia, aunque no siempre es clara. El origen del día se encuentra en la Segunda Conferencia Internacional de Mujeres Socialistas en Copenhague, en agosto de 1910. Sin embargo, a veces, se le adjudica al incendio de una fábrica en 1911; otras, a una huelga de trabajadoras en 1857; al movimiento de las mujeres rusas en 1917; o, en definitiva, a la decisión en 1977 de la Organización de las Naciones Unidas de establecer un **Día Internacional de la Mujer**.

Todas estas versiones coexisten y tienen una parte de verdad porque **la historia por la emancipación de las mujeres ha sido compleja y tiene un largo recorrido**, lleno de hitos y grandes nombres. El 8M conmemora no sólo un evento sino este suceso de eventos que hacen a la historia del movimiento de liberación de las mujeres.

(Tomado de: [La verdad sobre los orígenes del 8M.](#); [Historia y origen del 8M como Día Internacional de la Mujer](#))



Hitos del 8M

1857 ESTADOS UNIDOS

Un grupo de trabajadoras de una fábrica textil salió a las calles de Nueva York para exigir mejores condiciones laborales y mejores salarios. Las mujeres ganaban menos por los mismos trabajos que los varones.

1907 ALEMANIA

Primera Conferencia Internacional de Mujeres Socialistas, en la búsqueda del derecho al voto.

1909 ESTADOS UNIDOS

Cerca de 15.000 mujeres salieron a las calles de Chicago y Nueva York para conmemorar el primer Día Internacional de la Mujer, promovido por una organización de Mujeres Socialistas.

1910 DINAMARCA

La Conferencia Internacional de Mujeres Socialistas se reunió en Dinamarca para proponer la creación de un día simbólico para la reivindicación de los derechos de las mujeres.

1910 EUROPA

Alemania, Austria, Dinamarca y Suiza conmemoraron el 19 de marzo como el Día Internacional de la Mujer.

1911 ESTADOS UNIDOS

El 25 de marzo, un incendio en la fábrica Triangle Shirtwaist, en Nueva York, acabó con la vida de 123 mujeres que trabajaban en pésimas e inseguras condiciones.

1917 RUSIA

La Revuelta de las Mujeres del Pan. Miles de mujeres salieron a protestar para exigir comida y el fin de la escasez provocada por la I Guerra Mundial. Fue tal el impacto, que ese 8 de marzo inició la Revolución Rusa. Estos acontecimientos ayudaron a hacer visible la importancia de la reivindicación de los derechos de las mujeres, y fue el inicio para convocarlas a movilizarse y manifestarse públicamente por la garantía de sus derechos.

1975 ESTADOS UNIDOS

La ONU declaró ese año como el Año Internacional de la Mujer y desde entonces la organización incluye los problemas de las mujeres en su agenda.

1977 ESTADOS UNIDOS

La ONU declaró el 8 de marzo como el Día Internacional de la Mujer. A partir de ese momento y años tras año, las mujeres salen a las calles de todo el mundo para levantar su voz, exigir los derechos que aún les son negados y conmemorar a todas aquellas que ya no están aquí.

Fuente: [¡TODAS SOMOS IMPARABLES!](#)



Principales demandas, avances y retos pendientes en derechos de las mujeres

A lo largo de la historia, las mujeres han luchado por el reconocimiento de sus derechos, logrando avances significativos en diversas áreas, aun cuando todavía queda camino para avanzar.

- **Derechos laborales:** Se han establecido normas para la equidad en el empleo, el acceso a licencias de maternidad. Sin embargo, cuando se hace doble clic en estos temas, las mujeres tienen menos acceso a espacios de trabajo, y cuando deciden tener familia, esto se convierte en un alto en su desarrollo de carrera.
- **Igualdad de género:** Se han implementado leyes y políticas que buscan garantizar la equidad en distintos ámbitos, como la educación, la política y el trabajo. La Igualdad no quiere decir que son iguales a los hombres, sino que tienen los mismos derechos que los hombres, y en este sentido el mismo acceso a los beneficios, así como las mismas responsabilidades.



- **Violencia de género:** Se han creado marcos legales contra la violencia de género, incluyendo leyes de protección y campañas de sensibilización. Sin embargo, las mujeres son quienes principalmente reciben acoso y violencia en los ámbitos de trabajo. Los micromachismos y el acoso sexual sigue siendo una realidad en la vida de millones de mujeres.
- **Brecha salarial:** Aunque persiste, algunos países han implementado medidas para garantizar salarios equitativos entre mujeres y hombres en trabajos de igual valor. Sin embargo ya sea que por el mismo trabajo se recibe menos pago, o por motivos vinculados con las tareas de crianza y cuidado, o porque la mayor parte de las mujeres están en puestos y roles que tienen menor pago que los varones, las llamadas "áreas soft", esto hace que las mujeres, en general, reciban menos ingreso económico que sus pares varones.
- **Acceso igualitario y equitativo a los espacios de toma de decisiones:** Las mujeres, a pesar de tener las credenciales, los currículos, la preparación y trayectoria necesaria, por diversos motivos, siguen sin lograr romper el Techo de Cristal y no desarrollarse hacia puestos de liderazgo y dirección. Principalmente por sesgos inconscientes, pero también por motivos conscientes de quienes lideran ¿en dónde está entonces el cuento del mérito para lograr el desarrollo personal?
- **Acceso a derechos:** Se han logrado avances en salud sexual y reproductiva, participación política y educación para las mujeres y niñas. Pero las brechas siguen existiendo. Se calcula que se necesitan más de 100 años para eliminar esas brechas que existen entre mujeres y varones. Por ello debemos seguir trabajando para el igual acceso a todos los derechos de todas las personas, y en especial de las más desprotegidas.



¿Qué NO es y qué SÍ es el 8M?

- **No es un día para felicitar a las mujeres por “ser mujeres”, pero si para conmemorar y reconocer los avances y las brechas**
 - Ejemplo: "¡Feliz día de la mujer!" vs. "Hoy recordamos el movimiento de las mujeres por sus derechos para seguir trabajando en la equidad e igualdad"
- **No es un día comercial, pero si es un llamado a la reflexión y al compromiso**
 - No a la mercantilización del día (ofertas, descuentos, flores) vs Juntémonos y conversemos, reflexionemos y propongamos mejoras en los ámbitos laborales
- **No es un día de acción solo para las mujeres, los varones también deben sumarse**
 - Sin sacar del centro a las mujeres, el trabajo por la igualdad de género nos involucra a todas las personas.

**¡Si es un día de
memoria y acción!**



Conmemorar el 8M de manera efectiva

- **Buenas prácticas en empresas e instituciones:**
 - Sensibilización y formación en equidad de género.
 - Revisión de políticas internas (licencias, brecha salarial, conciliación).
 - Políticas de Reclutamiento Inclusivo y Consciente.
 - Compromiso de los equipos de liderazgo.
 - Protocolos de actuación para la prevención y acompañamiento en casos de violencia de género.
 - Comunicación neutra, inclusiva y no violenta.
- **Acciones individuales y colectivas:**
 - Participación en actividades comunitarias.
 - Reflexión y aprendizaje continuo sobre género y derechos humanos.
 - Creación de espacios de diálogo en el entorno laboral.





Actividad: Conversación entre personaje de Virginia Woolf, en 1929, y nosotras en la actualidad

Introducción

Les proponemos construir un diálogo, entre ustedes en la fecha actual, con mirada de mujeres modernas, con derechos adquiridos, carreras profesionales iniciadas, y un contexto sociocultural que les ubica como ciudadanas, con la personaje: Judith Shakespeare, construido por Virginia Woolf, escritora británica (1882-1942), en su libro “Una habitación propia” (1929).

Esa era una época donde las mujeres no podían ser propietarias, y como el no poder ser agentes de sus propios bienes, cuerpos, pensamientos y deseos, les imposibilitaba a todas las mujeres el poder crear, desear y construir un mundo para ellas mismas.

Metodología propuesta

Dejamos en la siguiente página algunas citas textuales del libro, y al lado un análisis sobre esa frase. Toma esas citas, esa será la “voz” de esa mujer de 1929 Judith Shakespeare, y escribe una respuesta y reflexión, desde la voz de una mujer en la actualidad, donde puedan dialogar cómo las cosas han cambiado, y cuáles no para las mujeres.

Pasos:

1. Construye el personaje ficticio que dialogará con el de Virginia, ¿cómo?, respondiendo las siguientes preguntas: ¿qué edad tiene?, ¿a qué se dedica?, ¿tiene familia (pareja, hijas/os, es soltera) ?, ¿en dónde vive?, ¿qué le gusta hacer?
 2. Construye un dialogo entre esa mujer creada por ustedes y las frases que dejamos abajo del libro “Una habitación propia”, donde dialoguen sobre: ¿qué cosas han mejorado de esa época a ahora en especial en lo referido al trabajo, el manejo de la propia economía y la independencia personal?, ¿cuáles son los desafíos que ahora siguen enfrentando las mujeres haciendo foco en el trabajo, manejo de la propia economía y la independencia personal?, y ¿qué no se han podido cambiar y que ideas tienen para mejorarlo, en especial en los retos en el trabajo y la independencia personal?
 3. Si pueden escriban el dialogo y después léanlo en voz alta y conversen entre ustedes sobre las ideas para seguir trabajando, en las organizaciones, por una mirada más equitativa, justa e igualitaria para las mujeres.
- *Nota: si el espacio lo permite, sumen a hombres a esta actividad, para que ellos no sólo escuchen y aprendan, sino también sumen su reflexión y grano de arena.*



Cita del Libro	Análisis del texto
“Una mujer debe tener dinero y una habitación propia para poder escribir novelas”	La narradora, después de estudiar la historia de varias mujeres, reflexiona lo que se necesita para poder escribir, por ejemplo, un espacio de privacidad, dinero que les permita no depender de un hombre, una voz sin coerción y así poder desarrollar su independencia de pensamiento.
“Y pensé en aquel anciano caballero, que ahora está muerto, pero que era un obispo, creo, y que declaró que era imposible que ninguna mujer del pasado, del presente o del porvenir tuviera el genio de Shakespeare”.	La narradora se enoja cuando recuerda lo que un obispo había dicho, implicando que las mujeres son menos capaces que los hombres. Pero ella realiza una investigación para demostrar que está equivocado, que han existido mujeres con la misma capacidad que hombres escritores, pero el contexto ha desestimado, silenciado y despreciado a las mujeres escritoras. Ella, al examinar los períodos y contextos históricos descubre la desigualdad de oportunidades entre varones y mujeres. Ella termina diciendo que no es por falta de talento, sino por falta de tiempo libre, de dinero y de contención social.
“Las cartas no contaban. Una mujer podía escribir cartas sentada a la cabecera de su padre enfermo. Podía escribirlas junto al fuego mientras los hombres charlaban sin estorbarles”.	Ella reflexiona sobre qué géneros literarios les es permitido escribir a las mujeres (sobre todo si es sobre la familia o el amor romántico), y en cuáles están vetadas. Similar a, cuáles tipos de profesiones, roles, jerarquías les está permitido estar a las mujeres, y en cuáles sufren estigmas.
“Yo creo que esta poetisa que jamás escribió una palabra y se halla enterrada en esta encrucijada vive todavía. Vive en vosotras y en mí, y en muchas otras mujeres que no están aquí esta noche porque están lavando los platos y poniendo a los niños en la cama”.	Acá Virginia Woolf retoma la voz del ensayo, hablando de ese personaje que ella creo. Y acá reflexiona sobre el peso que tiene ser mujer a la hora de desarrollar una carrera artística (o cualquier otra profesión). Así, en esta parte casi final, Woolf dice que esa poeta vive en todas las mujeres y que podrá renacer cuando estas escriban: consigan independencia económica y un cuarto propio y construyan una tradición juntas. Es un final esperanzador, donde convoca a que una abre el camino de otra, pero muchas abren el camino de todas. Y ella subraya que existen mujeres que están desarrollando tareas en el hogar y que no disponen del tiempo ni del dinero para estudiar en la universidad.

Frases para compartir el 8M

Te regalamos una serie de frases para compartir en tus redes sociales, o con amistades.

Haz Control-clic sobre las imágenes para acceder al material visual y poder descargarlas.



Que este 8M sea de reflexión a través de frases potentes



“Enamórate de ti,
de la vida y
luego de quien
tú quieras”.

Frida Kahlo

Por Nodos Consultora

Que este 8M sea de reflexión a través de frases potentes

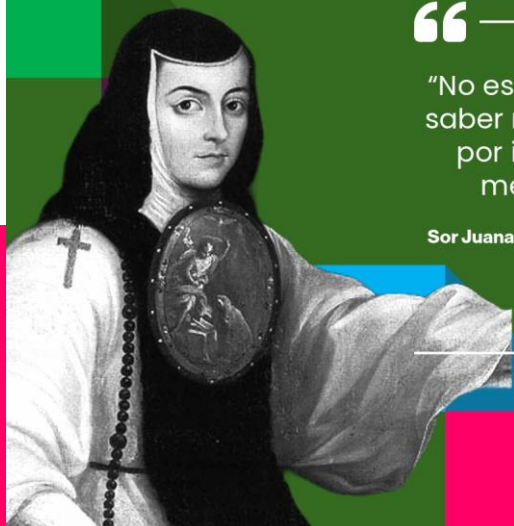


“Levanto mi voz, no
para gritar, sino
para que se
escuche a quienes
no tienen voz”.

Malala Yousafzai

Por Nodos Consultora

Que este 8M sea de reflexión a través de frases potentes

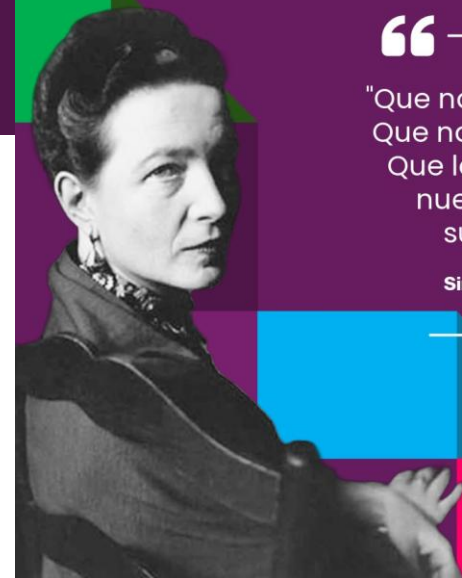


“No estudio por
saber más, sino
por ignorar
menos”

Sor Juana Inés de la Cruz

Por Nodos Consultora

Que este 8M sea de reflexión a través de frases potentes



“Que nada nos defina.
Que nada nos sujete.
Que la libertad sea
nuestra propia
sustancia”.

Simone de Beauvoir

Por Nodos Consultora



Videos para reflexionar el 8M

Compartimos una serie de videos sobre el 8M con algunas preguntas o consignas que puedes utilizar para reflexionar en equipo.

Para ir al vínculo de cada video haz Control+Clic sobre la imagen.



Inspirando el futuro sin estereotipos

- ¿Qué creemos que son los estereotipos de género?
- ¿Cómo educamos a nuestros hijos e hijas?
- ¿Qué efectos creemos que tienen éstos en las infancias?
- ¿Qué tan latentes son los estereotipos de género en mi vida?
- ¿Qué podemos hacer para educar sin estereotipos de género?



Videos para reflexionar el 8M

La brecha de sueños



- En mis palabras ¿Qué es la brecha de sueños?
- ¿Qué quería ser de adulta/o en mi infancia? ¿lo logré?
- ¿Qué juguetes me regalaron? ¿Qué juguetes regalo a infancias cercanas a mí?
- ¿Qué efectos creemos que tiene la brecha de sueños para las mujeres en la vida profesional?
- ¿Qué podemos hacer para cerrar la brecha de los sueños?

Campaña sobre la brecha salarial



- En mis palabras ¿Qué es la brecha salarial?
- ¿Por qué está mal la brecha salarial?
- ¿Qué consecuencias tiene la brecha salarial en las mujeres?
- ¿Sabes si hay brecha salarial en tu trabajo?
- ¿Cómo hacemos para romper la brecha salarial?



Videos para reflexionar el 8M



Carga mental

- En mi hogar ¿Quién lleva la carga mental?
- ¿Qué tareas realizamos mi pareja y yo?
- ¿Cuánto tiempo le dedicamos a las tareas de cuidado y del hogar cada quien?
- ¿Cómo promover la corresponsabilidad en el hogar?



Campaña sobre violencias hacia las mujeres

- La violencia sexual la viven diferente hombres y mujeres ¿qué formas de violencia conocemos que pasan más a las mujeres?
- El acoso callejero y sexual, tiene consecuencias en cómo las mujeres se comportan, ¿cuáles serían esas consecuencias?
- ¿Qué estrategias podemos usar hombres y mujeres para detener las violencias hacia las mujeres?





Glosario

Dejamos algunas definiciones, pero muchas más las encontrarás en nuestro Glosario en la sección de Género.

Haz Control+Clic en el vínculo que se encuentra abajo para acceder a él

[Glosario](#)

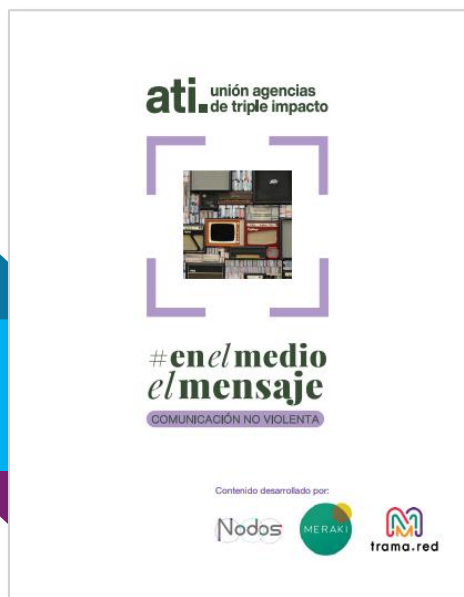
- **Género:** refiere a los roles, comportamientos y expectativas construidas culturalmente que se esperan e imponen a las personas según el sexo asignado al nacer. No es un rasgo biológico sino histórico, social y cultural.
- **Igualdad de género:** se alcanza cuando todas las personas reciben un trato equitativo, acceden a los mismos derechos y beneficios y a las mismas oportunidades y responsabilidades independientemente de su identidad de género u orientación sexual.
- **Estereotipos de género:** conjunto de representaciones sociales, comportamientos y roles esperados en mujeres y varones. Estos estereotipos suelen ir acompañados de prejuicios que generan desigualdad y discriminación.



Comunicación neutral, inclusiva y no violenta

Presentamos algunos ejemplos sobre cómo promover una comunicación neutral, inclusiva y no violenta.

Haz Control-clic en la imagen para acceder al Toolkit de comunicación inclusiva y no violenta.



Colectivos y Abstractos: “el presidente” vs “la **presidencia**” o “los gerentes” vs “la **gerencia**” (equipo / plantilla / dotación / la dirección / la tutoría...)

Persona / Personal: “el candidato” vs “la persona candidata” / “vendedora” vs “personal de ventas”

Uso de artículos y Pronombres:

Omitirlo: “los representantes de la empresa” vs “representantes de la empresa”.

Quien / Quienes: “los usuarios del servicio” vs “**quienes** usan el servicio”

Uno vs Alguien/Cualquiera/Cada/Nadie: “cuando uno trabaja” vs “cuando **alguien** trabaja” / “**cualquiera** que trabaje” / “**cuando** trabajamos”.

Mayoría, minoría: “**muchas** personas hacen ejercicio” / “la **minoría** no ejercita”

Formas Dobles: “las y los trabajadores” – “las trabajadoras y los trabajadores”
– “El/la” – “estimado/a” – “candidata(o).”

Impersonales: NO HOMBRE como sinónimo de humanidad.

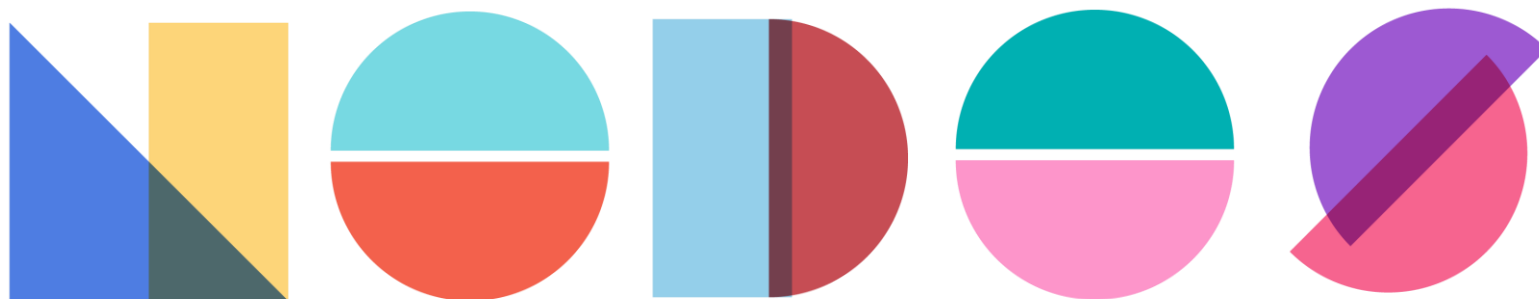
- Sociedad, personas, ser humano...



Efemérides con perspectiva de género

ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO
	11 - Día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia	07 - Día de la Visibilidad Lésbica (Argentina) 08 - Día Internacional de la Mujer	26 - Día de la Visibilidad Lésbica	09 - Día Internacional de la madre 28 - Día Internacional de Acción por la Salud de la Mujer	03 - Día de Ni una menos
JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
09 - Día de la Visibilidad Lésbica (Chile) 25 - Día Internacional de la Mujer Negra Latinoamericana y Caribeña	29 - Día de la Visibilidad Lésbica (Brasil)	05 - Día Internacional de la Mujer Indígena 14 - Día Latinoamericano de la Imagen de las Mujeres en los Medios de Comunicación	11 - Día Internacional de la niña 15 - Día Internacional de las mujeres rurales	25 - Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer	





info@nodosconsultora.com
www.nodosconsultora.com



NodosConsultora



@Nodosconsultora



@ConsultoraNodos



Nodosconsultora