

CONCLUSIONES

I CONGRESO INTERNACIONAL



MUJER Y MONTAÑA - TENERIFE 2022

ÁREA DE MUJER Y MONTAÑA



PSP / TU FORMA
DE VIDA.



“TAMBIÉN EN LA MONTAÑA...”

I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

2

...EL LUGAR DE LA MUJER
ESTÁ ARRIBA”





ÍNDICE

1. Ideas de fuerza
2. Valores de la montaña
3. Propuestas de igualdad efectiva entre mujeres y hombres



1. *IDEAS DE FUERZA*



La **montaña** proporciona la oportunidad de generar un **compromiso** íntimo y personal con, por y para las **mujeres**.

La **montaña** como espacio de **sororidad** entre mujeres.

Las **experiencias** en la montaña aportan sensación de profunda **libertad**.

La **montaña** es una **elección** de las mujeres.

El **deporte** en la montaña contribuye a la **salud** global de la mujer.

Los valores de la montaña en el **empoderamiento** de la mujer son transferibles a la vida cotidiana, transformadora de la realidad de la mujer y de su **entorno social**.

Rendimientos similares bajo **diferentes parámetros** (ej: Silvia Vidal porta 25 kg. pesando 45 kg. y un chico porta esos 25 kg. pero pesando unos 100 kg.).



2. VALORES DE LA MONTAÑA





Sororidad

I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

7

Respeto por todo lo que
te rodea





Humildad

I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

8

Compañerismo





Experiencia
vital- personal-
enriquecedora

I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

9

Experiencia personal
que nutre





Dentro de la experiencia de la montaña es importante con quién se comparte esa experiencia; los encuentros que se han tenido, de quién se ha recibido ayuda: las personas, los amigos, las amigas...

I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

10

La montaña como
espacio para liderar y
crecer





La montaña es
un espacio por
conquistar

I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

11

La montaña como
espacio donde ser libre





Las trabas que ha habido y hay en el camino, han servido para reforzar la pasión de las mujeres por la montaña: los obstáculos proporcionan un aliciente para conseguir metas y superar nuevos retos

I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

12

Ir a la montaña es un
regalo





La edad no es un
obstáculo para
que las mujeres
cumplan sus
sueños en la
montaña

I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

13



3. PROPUESTAS DE IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES





Fomento de la
visibilidad de la
mujer
montañera.

I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

15

Medidas que refuercen
la autonomía:
formación específica
para mejorar en la
montaña (talleres,
cursos, encuentros).





Legitimación de las mujeres en la vida deportiva por sus logros y por su presencia dentro de nuestras federaciones.

I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

16

Posibilitar la capacitación de las mujeres para asumir responsabilidades y liderazgo que le permitan ocupar el espacio que les corresponde como personas dentro de una sociedad.





Las Federaciones y los clubes deben promocionar el papel de la mujer socia y federada como parte de esta organización.

I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

17

Integrar la perspectiva
de género en el diseño
de los proyectos
deportivos.





I Congreso Internacional de
Mujer y Montaña - Tenerife
2022

18

Derribar barreras educacionales
que limitan, fomentando una
participación igualitaria.

Se deben promover estos
deportes en la gente
joven ya que son
deportes de salud y
empoderamiento.



ORGANIZADOR



PATROCINIOS



Santa Cruz de Tenerife
AYUNTAMIENTO



Gobierno
de Canarias



TEIDE
PARQUE NACIONAL

tenerife!
despierta emociones!



FUNDACIÓN
SANTA CRUZ
SOSTENIBLE



Federación Tinerfeña
de Montañismo
FIMT

TENERIFE
OUTDOOR
Te equipamos para la aventura.