

# MUJER EMPODERADA



Una mujer empoderada es aquella que tiene el poder en su vida, que se sabe dueña de sus decisiones, que se reconoce como la responsable de su vida y que por ende, entiende que solo ella decide su destino. Este término comenzó a utilizarse por primera vez durante la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer, que se realizó en Beijing (China) en 1995 y que contó con 17.000 participantes y 30.000 activistas, quienes tras varias semanas de debate, lograron que los representantes de 189 gobiernos se comprometieran en pro de un cambio en favor de los derechos de las mujeres.

# 5 Características de las mujeres empoderadas

## Tienen una buena autoestima

Entienden que el respeto comienza en ellas. Están seguras de su potencial y poseen una muy buena percepción de sí mismas, porque saben que de ello depende su éxito. Son emprendedoras en cualquier disciplina o proyecto, que saben cuándo algo no les conviene, por lo que no temen decir que no.

## Conocen su mundo emocional

Han experimentado un profundo proceso de autoconocimiento, que les hace desarrollar una gran inteligencia emocional. Las mujeres empoderadas saben respetar sus límites y son poseedoras de una profunda empatía, que les ayuda a conectar con los demás.

## Son líderes

En cualquier área en la que estén, se convierten en empresarias exitosas que destacan por su capacidad de comunicación y empatía con otras personas, porque saben demostrar sus aptitudes profesionales, pero sobre todo; enseñan con su propio ejemplo de vida.

## Procuran su bienestar y el de su comunidad

Las mujeres empoderadas buscan hacer networking (ampliar una red de contactos profesionales), en especial con otras mujeres que están en el mismo camino que ellas, además de acompañar con sus recursos y conocimientos a las diferentes iniciativas que existen en la actualidad para atender el problema de la desigualdad y violencia de género.

## Saben que son responsables de sus vidas

La mujer empoderada ha abandonado desde hace mucho tiempo el papel de víctima, aunque combate abiertamente el machismo, la discriminación racial y cualquier otro tipo de exclusión. Son conscientes de que cada decisión que tomen marcará un antes y un después, y que ya no vale culpar a nadie de sus propios fracasos.

La clave para convertirnos en mujeres empoderadas es conocernos y entender que somos las únicas que nos podemos brindar el poder de reconocernos como individuos independientes, que nuestra relación con los hombres no sea de sometimiento, sino de entendimiento y respeto mutuo.



Fuente: <https://www.ieie.eu/5-cualidades-de-las-mujeres-empoderadas/>

## DE TU INTERÉS



**La librería de recursos de marketing más grande de habla hispana.**

Más de 1.000 artículos de ayuda para marcas, negocios y profesionales que necesiten potencializar sus resultados a través del Marketing, la Publicidad y las Ventas Online. Convierte más con Vilma Núñez.

**¡Ver Aquí!**

**Hábitos atómicos que tienes que probar antes del año 2024.**

Mira este vídeo con 6 pequeños hábitos que han cambiado vidas y que podría cambiar la tuya. Recomendaciones fáciles de implementar y que requieren un esfuerzo mínimo, para todos los públicos.



**¡Ver Aquí!**



**Becas Online English Courses.**

Refuerza tu inglés y mejora tus perspectivas laborales con una de las 5.000 becas disponibles. Estudia desde casa a tu ritmo y nivel, durante 16 semanas. Además obtendrás un certificado de asistencia del British Council.

**¡Ver Aquí!**

# MUJERES COMO TÚ

## Daniela Rivera Ingeniera en Prevención de Riesgos en Minera Spence



¿Cómo conoció el programa Tu Oportunidad?

Stephanie, una compañera de oficio, me invitó. Me dijo que había un programa que daba las herramientas para ingresar a los trabajos, para mejorar la comunicación online, arreglar el currículum y el flujo de una entrevista. Y bueno, gracias a este programa encontré trabajo.

¿Cómo enfrentaste tu entrevista de trabajo?

Realicé varias entrevistas de trabajo, tres aproximadamente, y en la última postulé al cargo de ingeniera de ejecución en prevención de riesgos. Apliqué todos los tips que se me enseñaron para poder estar segura de mí misma y de mis capacidades. Me sentía más segura porque pude analizar mi currículum.

Mi actual trabajo es de ingeniera en prevención de riesgo, para una empresa contratista de minera Spence. Me contrataron como prevencionista y trabajo en mantenimiento mecánica: montaje y desmontaje, armado de andamios y hartas tareas críticas dentro de la minería.

Este programa me ayudó a tener esa confianza en mí misma y a darme cuenta que no tengo límites, que puedo postular a cualquier cargo y tengo que sentirme segura de mis competencias, de mis habilidades técnicas, de mis habilidades blandas, etc.

¿Cuáles son los tips que le daría a las mujeres que buscan empleo?

Yo les diría que es importante tener un currículum, el cual conozcan bien, y se preparen tanto para preguntas en la entrevista, como preguntas de su trayectoria laboral. Es muy importante participar en un taller donde las ayuden a perfeccionar su currículum, hacer entrevistas psicológicas, que lo hagan. Siempre los tips son importantes, porque a veces tenemos todas las competencias técnicas, pero el nerviosismo que tenemos al enfrentar una entrevista, hace que todas esas competencias técnicas no puedan salir a la luz o no se vean reflejadas al momento de realizar esta entrevista en el proceso de selección y reclutamiento.

¿Recomienda el programa Tu Oportunidad?

Sí, lo recomiendo. Es una instancia donde hay un grupo de mujeres en donde no hay críticas ni envidia. Hay mucho apoyo, una red de apoyo familiar.

Es un espacio de confianza y aprendizaje. Este programa cambia de forma positiva en nosotras como mujeres y nos da esa confianza de decir, sí podemos hacerlo, no tenemos límites.

¡Si quieres compartir tu historia en esta sección, déjanos tus datos y nos pondremos en contacto contigo!

[tuoportunidad@aiep.cl](mailto:tuoportunidad@aiep.cl)

## CONOCE A NUESTRAS MENTORAS

# Verónica Dattoli Arenas

Ingeniera en Administración de RR.HH,  
Jefa de Desarrollo Organizacional

Ciclista de ruta, hace años parte de Women's Cycling Chile (Wocch), donde participa en salidas a distintas rutas y carreras nacionales. Además, le gusta leer, caminar, viajar y hacer Snowboard.

En términos profesionales, ha construido áreas de RR.HH, en el ámbito de Desarrollo Organizacional, donde ha puesto a prueba todos sus conocimientos dándole un sentido real al trabajo y esfuerzo que ello conlleva. Así mismo, sus logros personales se enfocan en poder ayudar y colaborar en términos de empleabilidad con su comunidad de ciclistas, donde voluntariamente administra la red de Empleo.

Como Mentora en ONU Mujeres Chile, para el programa Tu Oportunidad, se desarrolla en el tema de la empleabilidad. "Creo que es importante dar foco a este proceso, que para algunas personas se torna complejo y frustrante. Entregar Tips y herramientas para enfrentar ese momento, compartir experiencias y sobre todo ayudarlas a enfrentar ese proceso, es una experiencia en donde las llevas a analizar y autoconocerse en términos personales y profesionales".

Una de sus fortalezas ha sido poder ayudar a otras personas, lo que descubrió trabajando en RR.HH. Es parte de su esencia poder ayudar, apoyar y enseñar a otras mujeres en el programa **Tu Oportunidad**, y "hacer esto con mujeres de todo Chile ha sido un tremendo desafío y una experiencia muy linda que me ha llenado el corazón, sobre todo cuando he escuchado a alguna de las chicas decir que gracias a lo que aprendieron en la mentoría, han podido avanzar en términos profesionales. Eso es impagable!!"

"Me da mucha alegría saber que hay muchas mujeres con hambre de aprender, de empoderarse y tomar las riendas de su vida personal y profesional. Es muy lindo cuando nos cuentan sus historias de esfuerzo y perseverancia. Solo les podría decir que sigan así, crean en uds y lo capaces que son para hacer todo lo que se propongan!!!"



Verónica Dattoli Arenas

## AVISOS CLASIFICADOS

### KMITASTORE Camitas para Mascotas

Tenemos:

Camas para mascotas, diferentes modelos y tamaños, para los regalones de la Casa.

Búscanos por Instagram.



Síguenos  
 @kmitastores

### DIGI EXPO REGALOS Tienda de Regalos

Vitrina de regalos, exclusivos, con cobertura nacional y presencia continua en la web.

Productos de propia autoría.

DIEXPOREGALOS.CL



Síguenos  
 @digiexporegalos

**EXPO** online  
**empleos**  
**AIEP**



Tu Oportunidad  
Small Chance Education

**05 y 06**

**Diciembre**

Más de 1.000 oportunidades laborales

#### IMPORTANTE:

Este es un espacio de difusión en apoyo al emprendimiento femenino y es responsabilidad exclusiva de cada negocio cumplir con la oferta realizada.

Si quieres mostrar tu emprendimiento en esta página no dudes en completar el siguiente formulario:

Inscríbete [AQUÍ](#)