



ÍNDICE

- 01** Presentación del programa
- 02** Enfoque metodológico
- 03** Los cinco itinerarios
- 04** Calendario de formaciones
- 05** Contenido de las sesiones
- 06** Red de Mentoras Financieras Rurales
- 07** Perfiles colaboradores
- 08** Guía práctica para ponentes
- 09** Guía práctica para alumnas
- 10** Frases clave del programa

01 · PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

LAS CUENTAS, CUENTAN

Programa de alfabetización financiera y digital para mujeres rurales

La exclusión financiera y la digitalización obligatoria en el medio rural no son fenómenos neutros: afectan de forma desigual a las mujeres y generan dependencia económica, invisibilidad administrativa y vulnerabilidad estructural.

La alfabetización financiera y digital es una herramienta de prevención y superación de la violencia económica. Fortalece la autonomía, la capacidad de decisión y el acceso efectivo a derechos.

El programa se organiza en cinco itinerarios —entender, defenderse, lo digital, conseguir recursos y pasar a la acción— y culmina con la creación de una Red de Mentoras Financieras Rurales.

Posicionamiento

Proyecto de igualdad de género, intervención contra la violencia estructural, acción de justicia territorial (rural) e innovación en alfabetización crítica y situada. La metodología sigue el enfoque de investigación-acción participativa (IAP) y de formación en cascada.

02 · ENFOQUE METODOLÓGICO

Cuatro principios guían cada sesión del programa. Ponentes y alumnas comparten este mismo enfoque:

No culpabilizar

El sistema no está pensado para ellas; el punto de partida nunca es la falta de capacidad de las participantes.

Partir de la experiencia

Información situada a partir de historias reales que validen los saberes previos, en una conversación horizontal.

Nombrar sin imponer

Humanizar el concepto de “violencia económica”, evitar tecnicismos y usar ejemplos cotidianos.

Aprender haciendo

Cada sesión incluye una acción concreta —revisar títulos de propiedad, crear una cuenta digital, hacer un trámite, revisar gastos o usar la IA para chequearlos— siempre con una dimensión comunicativa y dialógica.

03 · LOS CINCO ITINERARIOS

Itinerario 1 · Entender por qué nos pasa

Objetivo: Identificar y nombrar las desigualdades económicas normalizadas y tomar conciencia crítica.

Itinerario 2 · Defenderse

Objetivo: Reducir la dependencia bancaria y la vulnerabilidad, y defenderse frente a los abusos.

Itinerario 3 · El mundo digital

Objetivo: Evitar la exclusión administrativa y garantizar el acceso efectivo a derechos.

Itinerario 4 · Conseguir recursos

Objetivo: Conocer y acceder a vías de financiación y a la economía social.

Itinerario 5 · Pasar a la acción (talleres)

Objetivo: Consolidar la autonomía y la capacidad de decisión, y construir red.

Red de Mentoras Financieras Rurales

El itinerario 5 culmina con el lanzamiento de esta red: las participantes que completan el programa obtienen un reconocimiento como mentoras comunitarias.

04 · CALENDARIO DE FORMACIONES

Cada bloque mensual se imparte en tres sesiones, en las fechas indicadas. Fechas y ponentes pendientes de confirmación se señalan expresamente.

OCTUBRE 2026 · 13 / 14 / 15		
01	Cuando el dinero no está a tu nombre	Lucía Benítez
02	La economía también vive en los pueblos	Economista rural / especialista en desarrollo rural
03	Contenido transversal de crecimiento personal	Luis López
NOVIEMBRE 2026 · 10 / 11 / 12		
04	Las cuentas de casa también son economía	Socióloga / economista feminista
05	Contenido transversal audiovisual o redes sociales	Vanessa Perondi
06	Humor, feminismo... y pasta	Susana Ginesta
DICIEMBRE 2026 · 1/2/3 O 9/10/11		
07	Habla con tu banco	Mercedes Laínez
08	Que no te la cuenten	Luis López
09	Banca sin barreras	Mercedes Laínez
FEBRERO 2027 · 2/3/4 O 9/10/11		
10	Tus gestiones sin sucursal	Carmen Beato
11	La Administración también está en el móvil	Carmen Beato
12	IA para la vida cotidiana	Luis López
MARZO 2027 · 9 / 10 / 11		
13	Crowdfunding y nuevas formas de financiación	Marta de Abril Cintado
14	Cómo invertir sin volverse loca	Lucía Acosta
15	Contenido transversal audiovisual o redes sociales	Vanessa Perondi
ABRIL 2027 · 6 / 7 / 8		
16	Cooperativas y dinero	Ponente por confirmar · FAECTA
17	Comunicar para conseguir apoyo	Teresa Suárez
18	Contenido transversal de crecimiento personal	Luis López
MAYO 2027 · 11 / 12 / 13		
18	Del problema al proyecto	Por confirmar
19	De la hucha al Bizum	Por confirmar
20	Contenido transversal audiovisual o redes	Vanessa Perondi
JUNIO 2027 · 8 / 9 / 10		
21-23	Contamos juntas — Proyecto final	Equipo del programa

05 · CONTENIDO DE LAS SESIONES

Itinerario 1 · Entender por qué nos pasa

Sesión 01 — Cuando el dinero no está a tu nombre

Lucía Benítez

Contenidos: Violencia económica y patrimonial, trabajo invisible, pensiones, herencias y control económico. Titularidad de cuentas y propiedades: a nombre de quién están y quién recibe las ayudas.

Dinámica: Mapa de la autonomía económica.

Resultado: Toma de conciencia crítica; paso de la invisibilidad a la presencia.

Sesión 02 — La economía también vive en los pueblos

Economista rural / especialista en desarrollo rural

Contenidos: Qué es la exclusión financiera, por qué desaparecen las oficinas, cómo afecta a la despoblación y qué supone vivir sin banco, con especial impacto en mujeres y personas mayores.

Resultado: Comprensión del contexto territorial.

Sesión 03 — Contenido transversal de crecimiento personal

Luis López

Contenidos: Sesión transversal de crecimiento personal, común a los distintos bloques del programa. Contenido específico pendiente de definir por la coordinación.

Sesión 04 — Las cuentas de casa también son economía

Ponente local o socióloga / economista feminista

Contenidos: Economía de cuidados y economía invisible, carga mental y económica de las mujeres, cómo valorar el trabajo doméstico, estrategias de ahorro y cómo negociar en casa.

Dinámica: “Todo lo que hago y no se paga”.

Resultado: Revalorización del trabajo invisible; cuestionamiento de los roles tradicionales.

Sesión 05 — Contenido transversal audiovisual o redes sociales

Vanessa Perondi

Contenidos: Sesión transversal de contenido audiovisual y redes sociales del programa. Contenido específico pendiente de definir por la coordinación.

Sesión 06 — Humor, feminismo... y pasta

Susana Ginesta

Contenidos: El dinero como tabú femenino; la culpa por gastar, por cobrar y por pedir; el síndrome de la buena chica; chistes, refranes y frases hechas sobre mujeres y dinero; autoestima, negociación, precariedad y cuidados.

Formato: Monólogo, dinámicas y participación.

Resultado: Desmontar estereotipos desde el humor y abrir “esa conversación pendiente”.

Itinerario 2 · Defenderse

Sesión 07 — Habla con tu banco

Mercedes Laínez

Contenidos: Productos financieros, comisiones, hipotecas, reclamaciones y cómo negociar.

Sesión 08 — Que no te la cuenten

Luis López

Contenidos: Fraudes, estafas, manipulación comercial, publicidad financiera y sesgos. Cómo evitar los fraudes dirigidos especialmente a mujeres mayores.

Sesión 09 — Banca sin barreras

Mercedes Laínez

Contenidos: Qué hacer cuando desaparece la sucursal, alternativas, derecho a la atención presencial y derechos de la clientela.

Resultado: Autonomía y defensa frente a abusos.

Itinerario 3 · El mundo digital

Sesión 10 — Tus gestiones sin sucursal

Carmen Beato

Contenidos: Certificado digital, Cl@ve, Carpeta Ciudadana, y acceso a Salud, Hacienda y Seguridad Social.

Sesión 11 — La Administración también está en el móvil (taller práctico)

Carmen Beato

Contenidos: Certificado digital sin miedo, Carpeta Ciudadana, Cl@ve, Seguridad Social, Hacienda, SAE, Catastro, DGT y Salud Responde. Cómo evitar desplazamientos innecesarios y recuperar la autonomía administrativa.

Práctica: Resolver casos reales: Bizum, transferencias, pago de recibos y citas. Cada participante sale con al menos tres trámites realizados.

Resultado: Acceso efectivo a derechos. Título alternativo: “Tus derechos también son digitales”.

Sesión 12 — IA para la vida cotidiana

Luis López

Contenidos: Cómo usar herramientas de IA para entender una factura, revisar una hipoteca, preparar una reclamación, comparar préstamos, entender una subvención y revisar los gastos domésticos.

Itinerario 4 · Conseguir recursos

Sesión 13 — Crowdfunding y nuevas formas de financiación

Marta de Abril Cintado

Contenidos: Crowdfunding, crowdlending, donaciones y comercio electrónico.

Sesión 14 — Cómo invertir sin volverse loca

Lucía Acosta

Contenidos: Microcréditos, ayudas, calendarios y errores frecuentes.

Sesión 15 — Contenido transversal audiovisual o redes sociales

Vanessa Perondi

Contenidos: Sesión transversal de contenido audiovisual y redes sociales del programa. Contenido específico pendiente de definir por la coordinación.

Sesión 16 — Cooperativas y dinero

Ponente por confirmar · FAECTA

Contenidos: Cooperativismo, grupos de consumo, compras compartidas y economía circular.

Sesión 17 — Comunicar para conseguir apoyo

Teresa Suárez

Contenidos: Marca personal, cómo explicar y presentar un proyecto, redes y financiación.

Itinerario 5 · Pasar a la acción (talleres)

Sesión 18 — Contenido transversal de crecimiento personal

Luis López

Contenidos: Sesión transversal de crecimiento personal, común a los distintos bloques del programa. Contenido específico pendiente de definir por la coordinación.

Sesión 18 — Del problema al proyecto

Por confirmar

Contenidos: Investigación-acción participativa (IAP), cómo detectar necesidades, cómo diseñar soluciones y cómo trabajar con asociaciones.

Sesión 19 — De la hucha al Bizum (taller intergeneracional)

Por confirmar

Contenidos: Las mayores enseñan economía doméstica; las jóvenes enseñan herramientas digitales. Aprendizaje mutuo.

Sesión 20 — Contenido transversal audiovisual o redes sociales

Vanessa Perondi

Contenidos: Sesión transversal de contenido audiovisual y redes sociales del programa. Contenido específico pendiente de definir por la coordinación.

Sesión 21-23 — Contamos juntas (taller final)

Equipo del programa

Contenidos: Diseño de plan personal: qué quiero cambiar a partir de ahora, recursos disponibles y con quién puedo contar. Acompañamiento y cierre.

Resultado: Empoderamiento, agencia personal y horizonte de cambio. Lanzamiento de la Red de Mentoras Rurales.

06 · RED DE MENTORAS FINANCIERAS RURALES

Puede convertirse en el elemento más diferenciador del proyecto. Las participantes que completen el itinerario tras la formación y las prácticas obtendrían un reconocimiento como mentoras comunitarias, capaces de acompañar a personas mayores y a otras mujeres en tareas como:

- Utilizar la banca digital.
- Realizar trámites con la Administración.
- Comprender contratos y productos financieros.
- Solicitar ayudas y subvenciones.
- Prevenir fraudes y estafas.

Conecta directamente con la metodología de IAP y la formación en cascada, y aporta un resultado tangible, sostenible y fácilmente transferible a otros municipios rurales.

07 · PERFILES COLABORADORES

Perfiles que refuerzan la legitimidad y el carácter territorial del proyecto:

- Técnica de consumo (OMIC o Junta de Andalucía): derechos de las personas consumidoras, reclamaciones y contratación de servicios.
- Representante de banca ética (p. ej. Fiare o Coop57): alternativas al sistema financiero tradicional, finanzas éticas y economía social.
- Gerente de un Grupo de Desarrollo Rural (GDR): ayudas LEADER, emprendimiento y oportunidades para mujeres rurales.
- Técnica de la Agencia Tributaria o de la Seguridad Social (o gestora especializada): trámites electrónicos y obligaciones básicas para autónomas y pequeños proyectos.
- Experta en IA aplicada a la vida cotidiana: uso responsable de herramientas de IA para comprender documentos, comparar productos financieros y facilitar la administración electrónica.
- Representante de una asociación de personas mayores: para incorporar la experiencia vivida y no diseñar los talleres solo desde una perspectiva técnica.

08 · GUÍA PRÁCTICA PARA PONENTES

Antes de tu sesión, ten en cuenta el espíritu del programa:

- No culpabilizar: el punto de partida nunca es la falta de capacidad de las participantes.
- Parte de la experiencia: usa historias reales e información situada, en conversación horizontal, no en formato de clase magistral.
- Nombra sin imponer: evita tecnicismos, humaniza los conceptos y usa ejemplos cotidianos.
- Cierra con una acción concreta que las participantes puedan aplicar ese mismo día.

Antes de la sesión

Duración y formato: A confirmar con la coordinación del programa según la sesión.

Materiales: A confirmar — indicar a la coordinación si necesitas proyector, impresiones u otro material.

Contacto de coordinación: _____

El día de la sesión

- Llega con margen para preparar la sala y saludar a las participantes antes de empezar.
- Empieza situando el contenido en la vida cotidiana, no en la teoría.
- Deja tiempo para preguntas y para compartir experiencias propias del grupo.
- Cierra recordando la acción concreta de la sesión.

09 · GUÍA PRÁCTICA PARA ALUMNAS

Este programa es un espacio pensado para ti: no hace falta saber de finanzas ni de tecnología para participar. El sistema no está pensado para nosotras — el punto de partida nunca es lo que no sabemos.

Qué te vas a encontrar

- Sesiones cercanas, sin tecnicismos, con ejemplos de la vida real.
- Espacio para compartir tu experiencia: aquí no hay preguntas “tontas”.
- En cada sesión harás algo concreto: revisar un documento, crear una cuenta, resolver un trámite real.
- Al terminar el programa podrás formar parte de la Red de Mentoras Financieras Rurales.

Información práctica

Lugar: _____

Horario: _____

Qué traer: _____

Contacto: _____

10 · FRASES CLAVE DEL PROGRAMA

Frases para materiales de comunicación y campaña:

“Las cuentas, cuentan... y quién las controla también.”

“No es que no sepamos, es que no nos lo han puesto fácil.”

“Tener cuenta propia también es tener voz.”

“La brecha digital también es desigualdad.”

“Por qué cerrar bancos también afecta a las mujeres.”

“Aprender a usar el móvil también es autonomía.”

