



Sequoia, donde las mujeres vuelven a empezar

Hablamos con Ingrid, superviviente de violencia de género, que ha encontrado trabajo y una nueva vida personal y profesional gracias a un proyecto de la Fundació Formació i Treball

Gema Martín Borrego. Cáritas Española



Cuando Ingrid Vilanova entró en un aula de la Fundació Formació i Treball —empresa de inserción de Cáritas Barcelona—, se encontraba criando a sus tres hijos en soledad y en riesgo de exclusión, y todavía arrastraba las consecuencias de haber sufrido violencia de género. “Al principio fue muy difícil compaginar ser madre con volver a tener objetivos personales —recuerda—; pero el acompañamiento del equipo me ayudó a avanzar en una nueva etapa de mi vida”.

La oportunidad le llegó a través del Servei d’Ocupació de Catalunya (SOC), que la derivó al Proyecto Sequoia de la Fundació Formació i Treball. Se trata de un programa de inserción laboral para mujeres que han sufrido violencia de género o de trata y explotación sexual. El proyecto, impulsado por la Generalitat de Cataluña y financiado con fondos europeos Next Generation, busca algo más que formar para el empleo: acompañar a estas mujeres en la reconstrucción de sus vidas.



Una segunda oportunidad

Ingrid recuerda lo que supuso para ella entrar en el programa: "Yo estaba desempleada y había agotado todas mis opciones económicas. El hecho de que la formación estuviera becada me permitió cubrir parte de los gastos básicos de mi familia".

El itinerario, de unos siete meses de duración, comprende tres fases: acogida y competencias digitales, orientación laboral y formación. "Queríamos un proceso largo y cuidado, que les diera tiempo a adaptarse, recuperar confianza y mejorar sus habilidades personales y sociales", explica Laura Baqués, responsable del proyecto. "El empleo es fundamental, pero igual de importante es que vuelvan a sentirse personas profesionales y empoderadas, que construyan una red social y que recuperen la autonomía perdida", añade.

En cuanto a las formaciones, el personal del proyecto eligió "actividades económicas en auge, y algunas masculinizadas para evitar reproducir los estereotipos", continúa Laura. Así, entre otros, se ofrecieron cursos de auxiliar de comercio, con un perfil polivalente de reposición, almacén y atención al cliente; mantenimiento de placas fotovoltaicas; auxiliar de cocina; o "front end", una formación en desarrollo de webs muy demandada, que permitía hacerla online y facilitó la conciliación a las mujeres monomarentales.

Volver al trabajo

"Una vez terminado el itinerario, se realiza la intermediación entre las personas participantes y las empresas, un punto que ha sido clave para el éxito del proyecto", asegura Laura.

En efecto, los resultados han acompañado al Proyecto Sequoia: el 46 % de las mujeres participantes —un centenar— consiguió empleo, sobre todo en los sectores de comercio y cocina. Y eso que la inserción laboral no siempre es sencilla. "Las empresas no están preparadas para recibir a personas en esta situación. Por eso trabajamos la sensibilización y la intermediación, para que este proyecto no sea solo un curso, sino una verdadera oportunidad de cambio",



subraya Baqués.

Así fue para Ingrid Vilanova. El paso por el curso fue un antes y un después. Tras concluir su itinerario, siguió formándose y logró incorporarse como administrativa en el centro donde había estudiado. Y allí sigue. "Más que satisfecha, me siento orgullosa", afirma. "Gracias al proyecto dejé de sentirme una víctima y comencé a sentirme fuerte. La violencia no nos define; somos nosotras quienes decidimos cómo escribir el siguiente capítulo".

Romper el aislamiento

Ahora Ingrid ayuda a otras mujeres. Más de la mitad de las participantes del proyecto llevaban más de un año sin trabajar y un 62 % tenían algún problema de salud física o psicológica. "Llegan con mochilas muy pesadas y, muchas veces, aisladas. La violencia suele cortar redes familiares y de amistad", explica Baqués.

Ese vacío lo llena, en parte, el propio grupo. "Conoces a otras mujeres que han pasado por lo mismo y entiendes que no estás sola. Se crean vínculos que te ayudan a seguir", recuerda Ingrid. Laura Baqués lo corrobora: "Al principio se comparaban entre ellas, pero, poco a poco, empezaron a cooperar y apoyarse. Ese cambio grupal es uno de los mayores logros, porque les ayuda a recuperar la confianza en otras personas y en sí mismas".

Un futuro en construcción



Hoy, con 42 años, Ingrid compagina su empleo con nuevos estudios. "Quiero seguir trabajando y formándome, cumpliendo metas. Quiero ser un ejemplo para otras mujeres que se encuentran en situaciones parecidas a la mía y demostrarles



que, con esfuerzo, todo es posible”.

Su testimonio resume el espíritu de Sequoia: reconstruir vidas a partir de la formación, el empleo y la dignidad. El balance que hace Laura Baqués del proyecto es también muy bueno; tanto que se plantean hacer uno similar a raíz de lo aprendido hasta ahora. “Ha sido una herramienta de transformación social y personal para las mujeres. La combinación de apoyo emocional, formación y acceso a oportunidades laborales ha contribuido a la reconstrucción de su autoestima y a su independencia económica, factores esenciales para su recuperación”.

Además, el proyecto ha generado un efecto positivo en su entorno y ha sensibilizado sobre la violencia de género y la necesidad de crear espacios de trabajo seguros e inclusivos.

Este trabajo también ha tenido un fuerte impacto en el equipo. “Acompañar a mujeres que han sufrido violencia es un proceso complejo y desafiante, y escuchar sus historias genera emociones difíciles de manejar. Pero ver cómo recuperan su autonomía y se reconfiguran como mujeres fuertes y resilientes me recuerda constantemente el propósito de mi trabajo”, concluye Laura.