



DEL MITO DEL AMOR ROMÁNTICO A LA VIOLENCIA DE GÉNERO, HAY UN PASO

Centro de la Mujer del Ayto. de La Solana



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE IGUALDAD



ENERO: Natalia María G^{ra} Abadillo Notario (Programa Empu-G)
Antonio José Lara Ruiz Sta. Quiteria (Programa Empu-G)

FEBRERO: Luis Miguel Montalvo G^{ra} de Mateos
Ana María G^{ra} Abadillo León

MARZO: María Sánchez Martín Albo

ABRIL: Lucía Fernández Gómez

MAYO: Ruper Lara del Olmo
Jose Julián Araque García de la Reina

JUNIO: Virginia Camillo (Programa Empu-G)
Daniel Torres Parra

JULIO: Natalia Navarro Rodríguez Brusco
Alonso Velasco Rodríguez Brusco

AGOSTO: Toñi Delgado Martínez
Joaquín Gómez Pimpollo García Catalán

SEPTIEMBRE: María José del Olmo González Carretero

OCTUBRE: Pedro Torres Torres
Manoli Lara del Olmo

NOVIEMBRE: Eva Tercero (Programa Empu-G)
Cristian Nechi (Programa Empu-G)

DICIEMBRE: Gabi Torres Serrano

*Las mascarillas utilizadas en el calendario fueron confeccionadas por el grupo "Voluntarios de La Solana" durante la crisis del COVID-19



centro de la
mujer



MITO: "El amor es ciego, impulsivo e incontrolable"

ENERO

2021

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

LA REALIDAD ES: En una relación es necesario tener los ojos y el corazón abiertos para conocer a la otra persona, ver lo que pasa con tu relación y cómo la puedes mejorar. Si vives el amor ciegamente vivirás en la oscuridad y en las sombras de tu relación. Este mito puede llevar a que ni siquiera se vean graves conflictos de pareja.

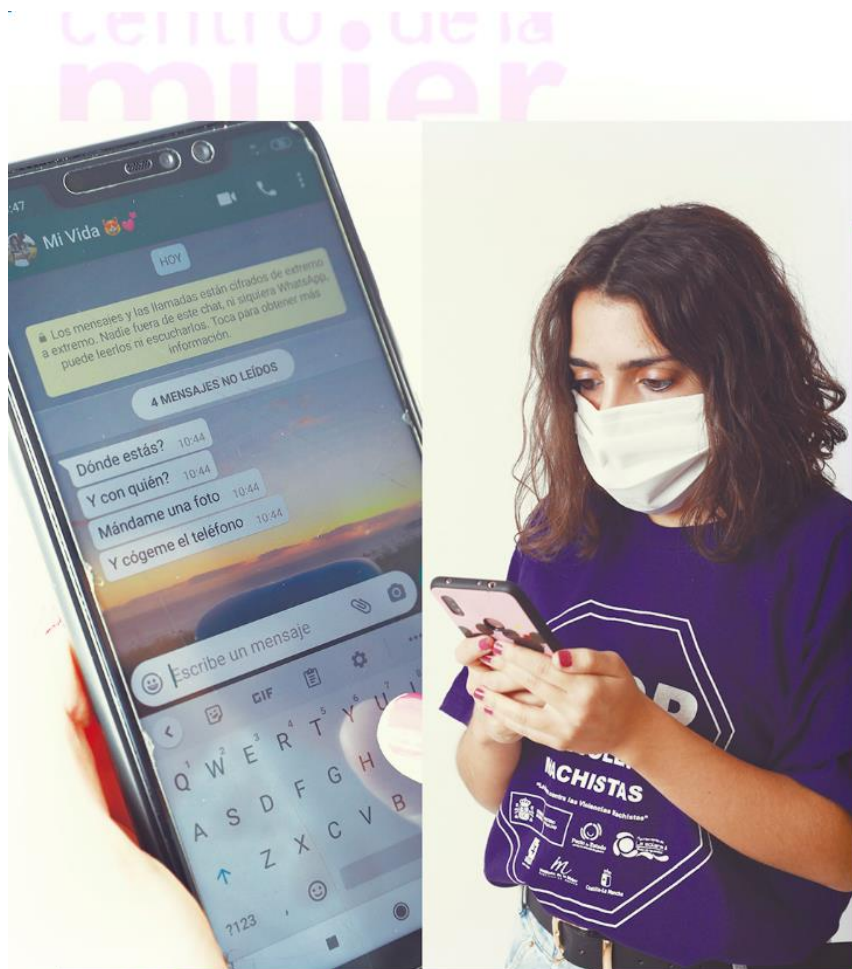


MITO: "Mi media naranja, mi alma gemela, el amor de mi vida..."

FEBRERO 2021

1	2	3	4	5	6 Día Internacional de tolerancia cero con la mutilación genital femenina	7
8	9	10	11 Día Internacional de la mujer y la niña en la ciencia	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22 Día de la Igualdad Salarial	23	24	25	26	27	28

LA REALIDAD ES: No existe tu media naranja, porque tú ya eres una naranja entera. No somos mitades esperando ser completadas por una pareja. Tener pareja o no, es una decisión personal, pero nunca un requisito para ser felices. Tu felicidad, sólo depende de ti y el amor más sano empieza por uno/a mismo/a.



MITO: "Los celos son una prueba de amor...
Es celoso porque me quiere y se preocupa por mí"

MARZO

2021

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

LA REALIDAD ES: Los celos no significan que tu pareja te quiera más, por lo contrario, son sinónimo de inseguridad, obsesión y dependencia. Los celos son control, y el control es una forma de ejercer poder que no debemos tolerar. Una relación sana de igual a igual, debe basarse en la libertad y la confianza.

centro de la
mujer



MITO: "Yo puedo cambiarle con mi amor,
cambiará gracias a mi amor incondicional"

ABRIL 2021

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		
Día de la visibilidad lésbica						

LA REALIDAD ES: No podemos cambiar a la otra persona con nuestro amor, pensando que, como en el cuento, "si beso al sapo se convertirá en mi príncipe". El amor no trata de cambiar a nadie, sino de compartir.

Aceptar este mito puede hacer que aguantemos actitudes intolerables y que nos hacen daño. Lo mejor es alejarse de una relación así.



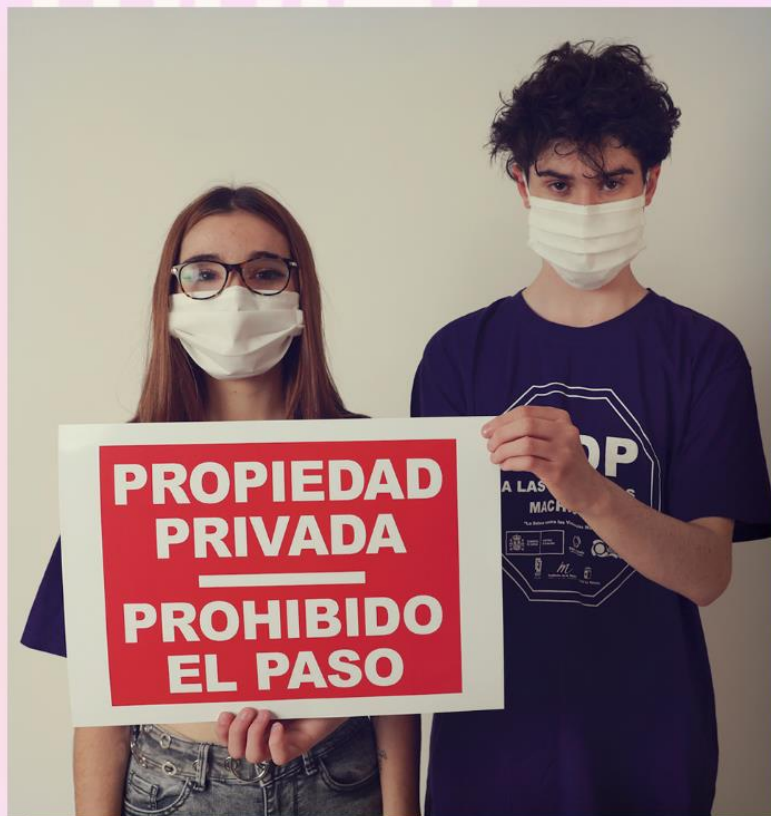
MITO: "Los polos opuestos se atraen."

MAYO 2021

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28 Día Internacional de acción por la salud de las mujeres	29	30

LA REALIDAD ES: Puede ser que los polos opuestos se atraigan, pero otra cosa es que funcionen juntos. La realidad parece demostrar que cuantas más cosas se tienen en común, mejor se entienden las parejas, y será más probable que la relación funcione y se mantenga en el tiempo.

centro de la
mujer



MITO: "El amor es posesión, eres mía, soy tuya."

JUNIO 2021

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21 Día Internacional de la Educación no sexista	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

LA REALIDAD ES: Esta creencia nos puede llevar a considerar que, la pareja es una posesión y no un ser libre e independiente. Bajo este mito normalizamos algunos comportamientos egoístas, injustos y represivos hacia la pareja y las relaciones pasan a basarse en la coacción, la sumisión y en desequilibrios de poder.



MITO: "En el amor somos sólo uno, siempre juntos, importa más el nosotros que el yo."

JULIO 2021

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22 <small>Día Internacional del trabajo doméstico</small>	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

LA REALIDAD ES: Este mito se sustenta en la idea de que, si estás verdaderamente enamorado/a, tenéis que estar siempre juntos, renunciar a tu intimidad... Para disfrutar de un amor saludable, es importante pasar tiempo en pareja, pero también es necesario equilibrarlo con otras facetas de tu vida, familia, amistades, aficiones... proporcionará un mayor equilibrio individual y enriquecerá tu relación de pareja.

centro de la
mujer



MITO: "Esperaré a mi príncipe azul, él vendrá a salvarme, fueron felices y comieron perdices."

AGOSTO 2021

2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

LA REALIDAD ES: Este mito lo tenemos presente desde la infancia, a través de los cuentos: la princesa es delicada, dulce y bella, mientras que el príncipe es fuerte, protector y al final de la historia se enamora de ella y la salva. Este mito puede influir en nuestras relaciones, idealizando la relación y aceptando cualquier conducta de nuestra pareja, aunque nos pueda hacer daño.

centro de la
mujer



MITO: "El amor lo puede todo, el amor todo lo cura, le perdono porque le quiero."

SEPTIEMBRE 2021

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23 <small>Día Internacional contra la explotación sexual y la explotación sexual de mujeres y niñas</small>	24	25	26
27	28	29	30			

LA REALIDAD ES: El mito de la omnipotencia nos lleva a pensar que gracias al amor podemos superar cualquier tipo de obstáculo externo. Esto nos puede llevar a la falsa creencia de que la violencia en la pareja desaparecerá con el tiempo gracias al amor. Pero en nombre del "amor" no podemos perdonarlo todo, y no es suficiente por sí solo para que nuestra relación funcione.

centro de la
mujer



MITO: "El amor verdadero es eterno, entre tú y yo el amor es para siempre, la pasión es eterna..."

OCTUBRE 2021

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11 Día Internacional de la niña	12	13	14	15 Día Internacional de la Mujer Rural	16 Día de las Escritoras	17
18	19 Día Mundial contra el Cáncer de mama	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

LA REALIDAD ES: El amor no tiene por qué ser eterno, y el tiempo, las circunstancias y la evolución personal pueden hacerlo variar. Si deseas una pasión duradera y un amor sólido es importante construirlo en pareja de una manera sana y recíproca. Aún así, lo natural es tener picos o etapas en la relación.

Centro de la
mujer



MITO: "El amor es sufrimiento, quien bien te quiere te hará llorar, amores reñidos son los más queridos."

NOVIEMBRE 2021

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19 Día Internacional de las Mujeres Emprendedoras	20	21
22	23	24	25 Día Internacional contra la Violencia de Género	26	27	28
29	30					

LA REALIDAD ES: Aceptar este mito puede llevarnos a normalizar actitudes intolerables en la relación, como ofensas, insultos, golpes... pensando que "hay que aguantar por amor". El amor no es sufrimiento. Quien bien te quiere no te hará llorar, quien bien te quiere, te respeta y te acepta tal y como eres. Si alguien te quiere de verdad, no te hará daño.

centro de la
mujer



MITO: "El amor es entrega total, mi vida eres tú, moriría por tí."

DICIEMBRE 2021

		1 Día del Sufragio Universal Aniversario del voto femenino en España	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

LA REALIDAD ES: Este mito supone que amar es entregarse completamente sin límites de ningún tipo, sintiéndonos en la obligación de colmar las necesidades y expectativas de la pareja y creyendo que debemos hacerla feliz. El amor no significa tener que olvidarse de uno/a mismo/a o renunciar a nuestros propios deseos y proyectos. No somos responsables de la felicidad de la otra persona ni ella de la nuestra.