



Programación de noviembre 2018

CONMEMORACIÓN 25N

"A batalha da vida é a batalha da paz".

María Lamas, escritora, periodista y activista feminista portuguesa.

ESCUELA DE EMPODERAMIENTO¹

TEATRERAS

Laboratorio de investigación y creación teatral

En este laboratorio escénico exploraremos nuevos relatos e identidades, pondremos en escena la vida de mujeres olvidadas y denunciaremos el machismo.

Aprenderemos técnicas de expresión corporal, teatro, danza libre y performance.

Nos acercaremos y pondremos en escena textos de dramaturgas.

Nos dejaremos inspirar por otras disciplinas artísticas, como la fotografía, la pintura, la Poesía, el cine y por el trabajo de otros colectivos artísticos.

Todos los miércoles desde el 6 de noviembre

Horario: de 17.00 a 19.00 horas

TALLER DE FOTOGRAFÍA Y RESILIENCIA: EL ARTE DE RE-HACERSE

Aprenderemos a leer imágenes fotográficas y a crearlas para expresar lo que queremos.

Estimularemos nuestra creatividad y crearemos a partir de nuestro cuerpo y emociones.

Realizaremos fotografías en torno a la RESILIENCIA de modo individual o grupal y las mostraremos en una presentación final.

Facilita: Eva Sala, especialista en fotografía participativa y terapeuta corporal.

Miércoles 7, 14, 21 y 28 de noviembre

Horario: de 17.00 a 19.30 horas

CÓMO RE-PRESENTARSE EN UN PROCESO DE SELECCIÓN DE PERSONAL

Este taller te servirá para:

...Presentarte a un proceso de selección de personal.

...Entrenarte en herramientas como el elevator pitch, currículum, carta y entrevista de selección.

...Tomar conciencia sobre ti misma, tus objetivos, las barreras internas y externas de género que te limitan.

...Conocer el mercado laboral (oportunidades y obstáculos).

...Identificar y valorar tus aportaciones al puesto de trabajo (competencias técnicas y transversales).

¹ Actividades dirigidas a mujeres. Es necesario inscripción para participar en cualquier actividad.

Martes 13, 20 y 27 de noviembre

Horario: de 10.30 a 12.30 horas

HAZTE EL AMOR Y NO LA GUERRA: TALLER DE EMPODERAMIENTO EN SEXUALIDAD

Reflexionaremos sobre el lugar que ocupa el placer en nuestra vida y los permisos que le damos.

Trabajaremos el autoconocimiento corporal para aumentar el disfrute.

Nos concienciaremos sobre la importancia del sano egoísmo para favorecer el propio placer sin culpa.

Facilita Mónica Quesada, pedagoga experta en sexualidad

Martes 13 y 27 de noviembre y 11 de diciembre

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

EL BUEN TRATO SE APRENDE: RELACIONES EN IGUALDAD

El buen trato implica actitud, es decir, pensamientos y acciones que favorecen relaciones interpersonales igualitarias. Se promueve la implicación en la construcción de relaciones sanas, motivando el rechazo a todo tipo de violencia ejercida contra las mujeres.

En este taller aprenderemos:

- Herramientas para “Quererse”
- Claves para que me traten bien
- Claves para tratar bien

Jueves 15 y 22 de noviembre

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

TALLER DE ESCALADA EN RODÓDROMO: HASTA LA CUMBRE POR MIS DERECHOS

Es habitual sentirse perdida y asustada cuando están en juego nuestros derechos. En este taller, a través de la fuerza física y control mental que requiere la escalada:

- Aprenderemos a no perder la calma cuando nos enfrentamos a un procedimiento jurídico.
- Aprenderemos a confiar en nosotras mismas y en el proceso, en lugar de enfocarnos en el conflicto.
- Exploraremos nuestros miedos, aprenderemos a dialogar con ellos, y analizaremos cuáles son fundados y cuáles son fruto de nuestro imaginario.

Lunes 19 y 26 de noviembre

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

AUTOESTIMA Y GÉNERO NIVEL III: DECIR “NO” ES UNA HABILIDAD: CÓMO PONER LÍMITES

Poner límites en las relaciones interpersonales significa hacer saber a las demás personas que se tienen deseos y necesidades diferentes a las suyas. Esta habilidad promueve el respeto hacia una misma (autoestima) y que el resto nos respete.

En este taller aprenderemos:

- ¿Por qué nos cuesta poner límites?
- ¿Cuáles son las principales dificultades?
- ¿Para qué es importante saber decir “NO”?

Requisitos de inscripción: mujeres que hayan realizado el nivel I y II de Autoestima.

Jueves 29 de noviembre.

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

ESCUELA DE EQUIDAD²

VISITA AL REINA SOFÍA: Exposición Dorothea Tanning

En la obra de Tanning, **pintora y escultora surrealista**, los seres femeninos dominan un universo de puertas abiertas y revelaciones, provocando el caos en un espacio tradicionalmente doméstico, que al mismo tiempo vibra y despierta una curiosidad extraña.

¿Nos atrevemos a entrar en sus estancias habitadas por extrañas criaturas?

Lunes 12 de noviembre

Horario: de 10.30 a 12.30 horas

Lugar: Museo Nacional Reina Sofía. C/ Santa Isabel, 52

FEMINISMO PARA HOMBRES

¿Cómo los hombres hemos construido nuestra identidad de género?

¿Cómo nos comprometemos contra la violencia machista?

En este taller:

- Aprenderemos a identificar y soltar privilegios para coger responsabilidad.
- Entrenaremos conductas pro-feministas en diferentes niveles: personal, grupal y

² Actividades dirigidas a la población en general. Es necesario inscripción para participar en cualquier actividad

comunitario.

- También conoceremos experiencias reales de trabajo de hombres pro-feministas para inspirarnos y construir alternativas colectivamente.

Facilita Raúl Rodríguez Gregorio

Viernes 16 y 23 de noviembre

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

DELITOS CONTRA LIBERTAD SEXUAL Y PUNTOS VIOLETA

La calle y la noche también son nuestras.

¿Quieres que las fiestas de Villaverde, y la noche en general, estén libres de acoso callejero y agresiones machistas?

Para informarnos sobre este tipo de delitos y cómo participar en los puntos violeta, ven a este encuentro en el que contaremos con la abogada del Espacio de Igualdad Clara Campoamor y las compañeras del Servicio de participación de Villaverde.

Martes 20 de noviembre

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

JORNADA ARTÍSTICA CONTRA LAS VIOLENCIAS MACHISTAS Y POR LAS RELACIONES DE BUEN TRATO.

Con motivo del día Internacional contra la violencia de género, el 25 de noviembre, el Espacio Planta-Forma en Género de Villaverde, que aglutina a varias entidades y recursos del distrito que trabajan por la igualdad de género, organizamos una jornada para denunciar las violencias

machistas y apostar por las relaciones de buen trato.

La jornada empezará con la presentación de diferentes trabajos artísticos en diferentes formatos (expresión corporal y video arte, rap, proyección de cortos, etc.).

Viernes 2 de noviembre

Hora: 10.00 a 13.30 horas

COMUNIDAD DE CRIANZA o cómo tener hijxs sin dejar de ser persona

¿Hay mil actividades a las que te gustaría acudir pero no tienes con quien dejar a tus hijxs?

¿Sabías que en Villaverde ya se ha formado un grupo de crianza conforma por mamás y papás con el objetivo de ayudarse mutuamente?

Vendrán a contarnos desde su experiencia qué es una comunidad de crianza y nos darán ideas para la autogestión de un nuevo grupo en función de las necesidades que tengáis las personas asistentes.

Jueves 29 de noviembre

Horario: de 17.30 a 19.00 horas

CLUB DE LECTURA

Nos reunimos una vez al mes para comentar e intercambiar opiniones sobre un libro o artículo que habremos leído previamente. Disfrutaremos de la lectura enriqueciéndonos con las aportaciones de las demás.

Viernes 30 de noviembre

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

I ENCUENTRO ESTATAL DE MUJERES RADIANTES

Ven con nosotras a este primer Encuentro cuyo objetivo es acercar proyectos radiofónicos producidos o liderados por mujeres de las diferentes radios comunitarias del estado español para crear un espacio compartido en el que intercambiar experiencias y conocerse.

Este encuentro está impulsado por el proyecto colectivo Compartiendo Ondas de la Asociación Comunitaria Bugarvilla, Radio Enlace y Onda Merlín Comunitaria en colaboración con la URCM.

Viernes 16 y sábado 17 de noviembre

Lugar: Espacio de Igualdad Carne Chacón. C/ Matapozuelos, 2

OTROS SERVICIOS:

ATENCIÓNES INDIVIDUALIZADAS

- ➡ Asesoría jurídica
- ➡ Apoyo psicológico
- ➡ Acompañamiento para el desarrollo profesional
- ➡ Servicio de Prevención de violencia de género

Pide cita previa en el teléfono del Espacio o a través de Línea Madrid (en el 010 o Internet: www.madrid.es/citaprevia).



MÁS INFORMACIÓN

www.madrid.es/igualdad



Madrid Igualdad



[EspaciodelIgualdadClaraCampoamor](https://www.facebook.com/EspaciodelIgualdadClaraCampoamor)



[@EI_CCampoamor](https://twitter.com/EI_CCampoamor)