



PROGRAMACIÓN DE JUNIO 2019

"¿Existe un buen modo de categorizar los cuerpos? Las categorías nos dicen más sobre la necesidad de categorizar los cuerpos que sobre los cuerpos mismos." (Judith Butler)

Este mes conmemoramos y celebramos la lucha por la diversidad y visibilidad de colectivo LGTBI con actividades especiales. Sin olvidarnos del Ecofeminismo.

ACTIVIDADES ABIERTAS

EJE DE EMPODERAMIENTO*

* Las actividades de este Eje van dirigidas a mujeres mayores de 18 años en toda su diversidad.

RUTA ETNOBOTÁNICA: DESCUBRE LAS PLANTAS CON TUS SENTIDOS

En el solsticio de verano las mujeres serranas recogían plantas medicinales para todo el año. Te proponemos un taller práctico en esas fechas para recolectar plantas y aprender a reconocerlas no sólo con la vista, sino también por su aroma, sabor, tacto... Daremos un paso etnobotánico y después degustaremos infusiones tradicionales de la sierra de Madrid. Realizaremos la actividad en EnRama "Ecosistemas que cuidan", ubicado en Cabanillas de la Sierra: El taller estará dinamizado por Laura Aceituno, doctora en etnobotánica dedicada a la investigación de los usos tradicionales de las plantas. Traete comida para compartir!!!

Miércoles 19 de junio
Salida a las 10,40 horas: Intercambiador Plaza de Castilla, Autobús 191 dirección Buitrago de Lozoya.

ESPACIO SALUD, PLACER Y BIENESTAR

El espacio Salud, Placer y Bienestar es un espacio abierto donde las participantes podrán plantear todas sus dudas y preocupaciones sobre salud, obteniendo respuestas a través de charlas dirigidas por profesionales.

Será un espacio abierto donde acudir cada mes, previa inscripción.

Este mes se hará una revisión de la **fatiga crónica** y otras dolencias para observar cómo son categorizadas por la ciencia.

También ofreceremos técnicas sobre relajación y escucha activa del cuerpo.

¡Te esperamos!

Jueves 6, 13 y 27 de Junio
De 11,00 a 13,00 horas

PÍLDORAS DE COACHING PARA EL AUTOLIDERAZGO

¿Sabes lo que quieres o necesitas para sentirte mejor en distintas áreas de tu vida hoy y ahora?

¿Reconoces tus poderes y recursos o sólo miras hacia tus aspectos más vulnerables?

En este taller vamos a reflexionar juntas para explorar rincones de nuestro interior que están esperando a ser desvelados para comprendernos y conocernos mejor.

Vamos a confrontar nuestro aparente "conformismo" instalado en creencias falsas sobre nosotras mismas, para activar el deseo de querer poder.

¿Te animas a ser la arquitecta de tu vida?

Miércoles 5, 12 y 19 de Junio
De 17,30 a 19,30 horas

TALLER DE BATUKADA

iEmpoderándonos a ritmo de Batukada!

El Espacio de Igualdad Juana Doña tiene su batukada de mujeres!

Aunque tradicionalmente el mundo de la música, en especial la percusión, ha estado protagonizado por hombres, las mujeres estamos irrumpiendo con fuerza en los ritmos y en las calles. Hemos llegado para quedarnos y animamos a otras mujeres a conocer esta vía para nuestro empoderamiento personal y colectivo.

Jueves 6, 13, 20 y 27 de Junio

De 17,30 a 19,00 horas

GRUPO CERRADO

Apuntate si quieres porque hay lista de espera

TALLER DE IDAS Y VUELTAS

¿Te gustaría disfrutar del arte y la cultura contemporánea?

Desde CentroCentro nos invitan a abrir un espacio donde encontrarnos semanalmente y hablar sobre arte, ciudad y, desde ahí, sobre nosotras.

La idea es configurar un grupo de aprendizaje y mantener este espacio de conversación y encuentro durante el próximo curso. En él estarán invitadas distintas artistas para trabajar con nosotras.

Con intención de presentar este proyecto y poder darle forma te invitamos a este primer taller previo durante el mes de junio en el que conoceremos CentroCentro, visitaremos algunas piezas de las exposiciones y dialogaremos a partir de ellas.

Viernes 7, 14, 21 y 28

De 11,00 a 13,00 horas

Lugar: CentroCentro, Plaza Cibeles, 1A,

TALLER DE COSMÉTICA NATURAL Y CONSCIENTE

Este taller compartirá recetas naturales para elaborar productos dirigidos a la higiene personal y a la belleza.

El taller ofrece también claves desde el ecofeminismo para favorecer hábitos saludables para nosotras y el medioambiente. Asimismo, ofrecerá un espacio de reflexión en torno al concepto de “belleza” y dará claves para favorecer el bienestar en prácticas cotidianas como el consumo, la alimentación o la relación con el entorno.

Miércoles 12, 19 y 26 de Junio

De 17,30 a 19,30 horas

Imparte: Victoria Hermida, ingeniera forestal y experta en plantas y cosmética natural

GANCHILLO REVOLUCIONARIO: TEJIENDO SOSTENIBILIDAD

Espacio de encuentro entre tejedoras donde compartimos saberes y experiencias. Nuestro objetivo: generar reflexión en el espacio público a través de nuestros tejidos. Caminamos juntas hacia la sostenibilidad, la equidad y la paz. Te animas a sacar al aire libre nuestros tejidos?

Viernes 7, 14, 21 y 28

De 17,30 a 19,30 horas

ESCUELA DE PARTICIPACIÓN Y LIDERAZGO

En este espacio facilitaremos elementos de reflexión y de práctica que nos permitan ejercer el liderazgo en nuestro entorno social; reflexionaremos sobre las construcciones de género y su incidencia en las relaciones de poder en el espacio público-privado frente a un liderazgo inclusivo, participativo y horizontal; y reflexionaremos sobre nuestras necesidades e inquietudes, adquiriendo herramientas para una nueva etapa en nuestras vidas.

- **Video Fórum: La mujer de la montaña**
Martes 4 de junio
De 11,30 a 13,00 horas
- **¿Qué importancia das a tu bienestar?**
Martes 11 de junio
De 11,30 a 13,30 horas
- **¿Tienes un espacio propio?**

Martes 18 de junio
De 11,30 a 13,00 horas

- **Participando en nuestro barrio**
Martes 25 de junio
De 11,30 a 13,00 horas

Mujeres mayores de 50 años

EMPODERA-T

Tras el taller de Conoce-t llega esta segunda parte más vivencial. Profundizaremos sobre:

- ⇒ Autoestima y emociones
- ⇒ Identificación de necesidades y expresión de límites
- ⇒ Mandatos de género
- ⇒ Sexo-género y su influencia en la autoestima
- ⇒ Autocuidado

Lunes 17, 24 de junio y 1, 8 de julio
De 17,30 a 19,30 horas

Mujeres que hayan realizado el taller de conoce-t o autoestima feminista en el espacio

SEMBRANDO ECOFEMINISMO “El huerto de Juana Doña”

¿Quieres lanzarte a la aventura de crear juntas un jardín comestible, un pequeño oasis en la ciudad... en nuestro Espacio de Igualdad? Lánzate con nosotras a esta aventura donde aprenderemos, compartiremos y acercaremos las relaciones entre lo rural y lo urbano. ¡Caminando juntas hacia un mundo sostenible!

Viernes 14 Y 21 de junio
De 17.30 a 19.30h

Imparte: Berta Alonso, dinamizadora medioambiental

TALLER DE ARTE TERAPIA Y NATURALEZA

“El arte, la naturaleza, el cuerpo y la psique humana están tan íntimamente relacionadas que es imposible pensar en uno sin recordar al otro” McLuhan

Un espacio y un tiempo para conectarnos con la naturaleza, explorar los sentidos y encontrarnos con nosotras mismas a través del arte y la experiencia creativa. Arteterapia y naturaleza se dan la mano en esta experiencia, buscando ahondar en nuestro autoconocimiento, aprendiendo a cuidarnos y habitarlos.

Miércoles 19 y 26 de junio
De 11,00 a 13,00 horas

TALLER DE FOTOBORDADO AL NATURAL

La conciencia ambiental implica transformación y en este taller vamos a trabajar esa transformación de la realidad con la fotografía y el bordado.

¿quieres trabajar con una metodología ecológica, transformadora y creativa?

Vente con tus fotografías a crear otras realidades posibles con los hilos y las agujas.

Jueves 6, 13 y 20 de junio
De 16,30 a 19,30 horas

ESCUELA DE EQUIDAD

Las actividades de este Eje van dirigidas a toda la población y a familias en toda su diversidad.

CUARTO MÓDULO DEL CURSO “COORDENADAS FEMINISTAS” SOBRE VIOLENCIAS MACHISTAS

El curso “Nuevas Coordenadas feministas” finaliza en el Espacio de Igualdad Juana Doña. Este mes nos acercaremos a las violencias machistas a través de la mirada psicológica, jurídica y antropológica que nos permita visibilizar este fenómeno y comprender qué parte del mismo se queda “fuera” y “dentro” de las definiciones oficiales.

Este modulo finalizará con una Performance ideada por el propio Espacio de Igualdad, en

colaboración con Madrid Salud y otros recursos de la zona.

Martes 4, 11, 18 y 25 de junio
De 17,30 a 19,30 horas

Actividad dirigida a profesionales o personas activas en asociaciones y entidades

CURSO COMPLETO (se admiten inscripciones en reserva en este módulo)

VIDEO COLOQUIO "MSTRUACIÓN. FIN DEL SILENCIO"

Si la regla sigue siendo un tabú en occidente, en la India la cosa se complica aún más. Hay lugares en los que las mujeres no pueden acceder a templos, tocar alimentos, comer o dormir junto a otras personas mientras están con el periodo, se les llega a vetar el acceso a espacios públicos al ser **consideradas "impuras" por sangrar.**

El corto cuenta con el testimonio en primera persona de mujeres indias que hablan de la **vergüenza asociada a la regla** en su sociedad y la falta de acceso a los productos sanitarios a los que deben enfrentarse cada mes... Posteriormente se hará un coloquio respecto a este tema.

Lunes 10 de junio
De 17,30 a 19,00 horas

MUJERES Y MEDIOAMBIENTE

Debatir los temas de actualidad con básicos conocimientos de partida facilita la formación de opinión y, sobre todo, la reflexión sobre todas aquellas cuestiones que nos afectan directamente como sociedad

¿Afectan los problemas del medio ambiente por igual a mujeres y a hombres?; ¿son las mujeres agentes de cambio?; ¿hay relación entre feminismo y ecologismo?

Imparte: Mónica Parrilla, responsable de Equipo de Género de Greenpeace

Martes 18 junio
De 17,30 a 19,30 horas

CHARLA. "QUE HAY DETRÁS DE MI FACTURA DE LA LUZ"

Una persona experta en energía viene a explicarnos cual es el precio real de la luz y por qué el importe de nuestra factura aumenta y aumenta año tras año.

Durante la charla se informará sobre cómo calcular mejor los costes, cómo abaratar la factura y también sobre la importancia de la sostenibilidad medioambiental en relación a las energías.

No te lo pierdas, puedes empezar a pagar menos desde este momento.

Lunes 24 de junio
De 17,30 a 19,30 horas

Imparte: Cooperativa SOM Energia

ACTIVIDADES PARA FAMILIAS: PROGRAMACIÓN ESPECIAL MES DEL ORGULLO Y LA DIVERSIDAD

¿Quieres pasar un rato divertido en familia? ¿te apetece celebrar el mes de la diversidad con nosotras?

El E.I. Juana Doña te ofrece actividades para trabajar con familias la diferencia y la riqueza que ésta aporta. También os mostraremos las actividades en las que colaboramos con el Intermediae. Os esperamos.

CUENTACUENTOS Y TALLER FAMILIAR DE ILUSTRACIÓN "MONSTRUO ROSA" CON SU AUTORA, OLGA DE DIOS

Conoceremos a Monstruo Rosa de la mano de su autora e ilustradora, Olga de Dios.

Mediante este cuento transmitiremos el valor de la diferencia y trabajaremos la Diversidad. Peques y mayores haremos ejercicios para explorar las posibilidades que el dibujo tiene para la diversidad.

Edad de los menores: a partir de 4 años
Viernes 14 de Junio
De 17,30 a 18,45 horas
Aula 4, Casa del Reloj

Imparte: Olga de Dios, autora e ilustradora de cuentos

EL HUERTO ESTÁ DESPIERTO

La importancia del respeto y el cuidado a la tierra y el medio ambiente está en el centro de esta obra.

Son las mujeres representadas en los personajes de la abuela y la niña las encargadas de sostener y transmitir la sabiduría primitiva de los cuidados y conservación de la vida. Ellas son las que advierten, frenan y ayudan a tomar conciencia a los personajes masculinos de la importancia de la naturaleza representada en el huerto.

También se habla de la importancia de reciclar y compostar para devolver a la tierra sólo aquello que de ella procede.

**Viernes 28 de Junio
De 17,30 a 18,30 horas
Aula 4, Casa del Reloj**

Imparte: Titeres CON cabeza

JORNADAS PARA ADOLESCENTES "MUESTRATE"

Las Jornadas *Muestrate* son propuestas elaboradas por los propios estudiantes de secundaria para generar respuestas ante el Bullying.

Sus propuestas utilizan el arte y la creatividad como canal de expresión. Si quieres acercarte a lo que lxs jóvenes piensan y hacen ante el Bullying...acércate a conocerlo!

**Viernes 14 y sábado 15 de Junio
Lugar: Terrario Intermediae y Cineteca
(consultar programación Intermediae)
De 16 a 21 horas**

CONCIERTO Y PROYECCIÓN PARA LA INFANCIA/ 50° ANIVERSARIO DE LA LLEGADA A LA LUNA

50 años de la llegada a la Luna... pero la magia del cine mudo llegó mucho antes. Un viaje a través de la magia de George Méliès, con su fantasía e ilusión de la pantalla, para que

niñas y niños disfruten y conozcan cómo empezó el gran mundo del cine. El concierto terminará con la proyección de fragmentos de tres grandes cómicos del cine mudo: Buster Keaton, Harold Lloyd y Charles Chaplin.

**Sábado 29 de Junio a las 12 h. en el
Auditorio de Nuevas Dependencias del
Centro Cultural de Casa del Reloj**

ASESORIA JURIDICA

ANIMALES Y ECOFEMINISMO

"La grandeza de una nación y su proceso moral pueden ser juzgados según la forma en que tratan a sus animales" (M. Gandhi)

Existe una relación directa entre el medio ambiente, el ecofeminismo, y el cuidado y respeto de los animales. Este cuidado está regulado legalmente en nuestra comunidad, y es importante saber cómo.

Revisaremos la legislación, y reflexionaremos ciertas prácticas que dañan a los animales.

**Lunes 17 de junio
De 17,30 a 19,00 horas.**

5

ACTIVIDADES CERRADAS

REDES DE MUJERES Y PARTICIPACIÓN

CÍRCULO DE MUJERES

Grupo de mujeres autogestionado y constituido por mujeres que participan en el Espacio de Igualdad en distintos talleres y actividades, y que, a iniciativa propia, han solicitado espacio para seguir reuniéndose para compartir saberes y sentires.

**Jueves 6 de junio
De 17,30 a 19,30 horas**

PARTICIPACIÓN COMUNITARIA

PUNTO "A". Se interviene en dos de los centros educativos públicos del distrito, Juan De La Cierva y Gran Capitán, a través de acciones de sensibilización con temática específica en el diseño del programa.

Este mes de mayo las acciones serán en torno al Día Internacional de la madre Tierra.

Jueves 6 y 13 de mayo
De 10,00 a 11,30 horas

RED ARGANZUELA: La red Arganzuela está conformada por diferentes entidades y recursos sociales y de salud del distrito que impulsan la puesta en marcha de actividades que promocionan la convivencia en el distrito. Llevamos a cabo reuniones mensales para planificar actuaciones de forma conjunta.

OTROS SERVICIOS:

ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA A MUJERES

- Asesoría jurídica
- Apoyo psicológico
- Prevención de Violencia de Género

(Previa cita en el teléfono del Espacio)

MÁS INFORMACIÓN

FB: [Facebook.com/Espacioigualdadjuanadona](https://www.facebook.com/Espacioigualdadjuanadona)

TW: [@eijuanadona](https://twitter.com/eijuanadona)

Área de Gobierno de Políticas de Género y Diversidad

Facebook: [Madrid Igualdad](https://www.facebook.com/MadridIgualdad)

Instagram: [@madridigualdad](https://www.instagram.com/madridigualdad)

Twitter: [@MadridIgualdad](https://twitter.com/MadridIgualdad)

Youtube: [Madrid Igualdad](https://www.youtube.com/MadridIgualdad)

**RECUERDA QUE ES NECESARIO INSCRIPCIÓN
PREVIA EN TODOS LOS TALLERES Y
ACTIVIDADES**