



PROGRAMACIÓN ENERO 2021

GENERANDO ESPACIOS SEGUROS Y CORRESPONSABLES

“Las violencias que se ejercen tanto en los espacios públicos como de puertas adentro someten los cuerpos de las mujeres. El cuerpo de las mujeres es el territorio que está en juego, para ser ocupado, concebido como mercancía apropiable y percibido como disponible, pero también como categoría política, como un lugar donde ejercer los derechos y resistir las violencias. [...]”

Los cuerpos de las mujeres son un espacio privado y único, y tenemos que reapropiarnos de nuestros cuerpos como mujeres para poder empoderarnos, también, de otros territorios: el hogar, el barrio, la ciudad, el país”.

Ana Falú, arquitecta argentina, académica y activista social por los derechos humanos y por los derechos de las mujeres.

La mayor parte de las actividades seguirán siendo *online*, a través de la plataforma Zoom. Si necesitas ayuda para poder utilizarla, disponemos de videos tutoriales, tanto para móviles como para ordenadores y de tutorías individualizadas.

Excepcionalmente, y si las condiciones sanitarias de Madrid lo permiten, algunas actividades se realizarán presencialmente, respetando el aforo máximo y guardando las medidas de seguridad necesarias para que se lleven a cabo con total seguridad.

Para todas las actividades es necesario inscribirse a través del teléfono (91 710 97 13) o del correo electrónico caimujercc@madrid.es

ESCUELA DE IGUALDAD

Actividades gratuitas dirigidas a toda la ciudadanía. Es necesario inscripción.

CUENTACUENTOS TEATRALIZADO CON MÚSICA EN DIRECTO. “Valientes: cuentos para descubrir heroínas reales e historias que no conocíamos”

¿Qué mejor idea que acabar las vacaciones navideñas con un cuentacuentos teatralizado y con acompañamiento musical para personillas de entre 4 y 12 años acompañadas por familiares?

Un cuento propio es un proyecto que nace con la intención de aportar personajes e historias distintas a las narrativas infantiles. Además de visibilizar la historia de las mujeres y ofrecer nuevos referentes a niñas y a niños, los cuentos y canciones animan a soñar y a disfrutar, y fomentan la creatividad, el disfrute de la música y la imaginación.

En el techo del mundo cuenta la historia de una niña india que al crecer se convierte en defensora de los árboles de su aldea.

Valiente Valentina nos relata la historia de la primera mujer que viajó al espacio.

Facilita: Pandora Mirabilia y Camila Monasterio

Viernes 8 de enero

Horario: de 17.30 a 18.30 horas

Modalidad: presencial

Lugar: salón de actos Centro Cultural Santa Petronila (c/María Martínez Oviol, 12).

Reserva de entradas: 91 710 03 09 y 91 710 98 36

1



VISITA MUSEO CA2M

Colección XX: Historia del Arte igualitaria

Esta visita guiada es una oportunidad para visitar un Museo en el Área metropolitana de Madrid cuyo reto ha sido hacer una Historia del Arte Contemporáneo en el que se incluya a las artistas mujeres.

Recorreremos la colección desde las grandes artistas del siglo XX, hasta las propuestas más jóvenes y vanguardistas, como la del espacio público y el arte político en Madrid, de María María Acha-Kutscher, sobre los sistemas de producción industrial de Paula García-Masedo, los de la precariedad artística en Olalla Gómez y muchas más.

Martes 12 de enero

Horario: de 10.30 a 13.00 horas

Modalidad: presencial

Lugar: estación de Renfe Móstoles Central

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 del grupo.

Para nuestro encuentro de enero leeremos el libro *"La lección de anatomía"* de Marta Sanz.

Viernes 15 de enero

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

Modalidad: *online*

VISITA GUIADA A LA COLECCIÓN PERMANENTE DEL MUSEO DEL PRADO. Las Mujeres en el Museo del Prado: recorridos con otras miradas.

Haremos un recorrido por la colección permanente, deteniéndonos en las historias de las mujeres y viendo qué imágenes de las mismas nos transmite el arte clásico: santas, mártires, reinas, lavanderas, campesinas, artistas o musas.

Veremos el Museo con otra mirada, construyendo otras historias.

Miércoles 20 de enero

Horario: 17.00 a 19.00 horas

Modalidad: presencial

Lugar: Museo del Prado, estatua de Goya frente a las taquillas.

MÚSICA Y MASCULINIDAD: LA HISTORIA DE UN IDILIO CÓMPlice

En este taller se analizará la música desde el enfoque de género: el papel que han jugado los hombres dentro de la música y cómo se han transmitido y sostenido los estereotipos y modelos patriarcales.

También imaginaremos caminos alternativos y visibilizaremos a aquellos artistas que cuestionan algunos aspectos de la masculinidad hegemónica.

Facilita: Mario Tornero

Viernes 22 y 29 de enero

Horario: 17.30 a 19.30 horas

Modalidad: *online*

MUJERES QUE TRANSFORMAN CIUDADES. Aportes al urbanismo feminista

Durante este primer cuatrimestre de 2021 queremos indagar en las formas que tenemos de pensar, de crear, de vivir una ciudad más inclusiva para todas las personas.

Este taller de enero nos servirá de introducción y punto de partida para conocer las aportaciones de algunas mujeres de diferentes disciplinas -urbanismo, sociología, geografía, etc.- al diseño y planificación de ciudades más justas y fáciles para la vida.

Jane Jacobs, Ruth Glass, Zaida Muxí, Ana Falú, Olga Segovia: ¿quiénes son y qué han aportado al urbanismo feminista?

También hablaremos de iniciativas colectivas de mujeres que impulsan la transformación de las ciudades en espacios más vivibles. ¿Qué podemos hacer individual y colectivamente?



Miércoles 27 de enero
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: *online*

ESCUELA DE EMPODERAMIENTO

Actividades gratuitas dirigidas a mujeres en toda su diversidad. Es necesario inscripción.

TALLER SOBRE GESTIONES ADMINISTRATIVAS (LABORAL, SOCIAL, VIVIENDA)

La situación de crisis sanitaria ha puesto en conflicto nuestra relación con las administraciones públicas a la hora de solicitar información, prestaciones, ayudas, comunicar cambio de circunstancias en nuestra situación económica, laboral y familiar.

En este taller se informará sobre los trámites más comunes, cómo realizarlos de forma telemática y presencial, y los derechos que nos asisten a la hora de obtener una respuesta por parte de la Administración.

Ciclo formativo compuesto de 4 sesiones independientes entre sí.

Sesión 1. Trámites laborales ante el SEPE, ERTES, prestaciones y subsidio.

Sesión 2. Ayudas sociales. Información de ayudas y trámites ante la Seguridad Social: IMV, ayudas por hijo a cargo, incapacidad.

Sesión 3. Vivienda. Información sobre trámites de vivienda: EMV, bancos y particulares.

Sesión 4. Cómo se realizan todos estos trámites de forma telemática. Certificado digital y Cl@ve PIN.

Lunes 11, 18 y 25 de enero y 1 de febrero
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: *online*

TALLER DE COMUNICACIÓN. ¿Cómo expresarme con mayor consciencia y libertad?

En este taller nos adentraremos, a través de ejercicios y dinámicas, en las diferentes formas en las que podemos comunicarnos, cuáles usamos, cuáles no, y cuáles nos gustaría incorporar a nuestras vidas.

Gracias al trabajo en grupo, podremos visualizar, analizar y enfrentarnos de manera práctica a las situaciones donde nos cuesta comunicarnos

Lunes 11, 18 y 25 de enero y 1 de febrero
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: presencial

CICLO FORMATIVO SOBRE EDUCACIÓN FINANCIERA

Veremos la importancia de tener una buena educación financiera para poder planificar nuestro presupuesto familiar, ahorro y endeudamiento; así como para conocer nuestros derechos como clientas de bancos y cómo reclamarlos. Nos detendremos en todas aquellas necesidades y problemáticas generadas a raíz del confinamiento y del estado de alarma.

Ciclo formativo compuesto de 3 sesiones independientes entre sí, siendo altamente recomendable asistir a las tres, pues se aporta información complementaria en cada una de ellas.

Sesión 1. Conceptos básicos de educación financiera: diferencia entre cuenta corriente y de ahorro, tarjetas de débito, crédito y prepago, trasposos y transferencias, qué es el código IBAN, qué es la TAE, etc.

Sesión 2. Planifica tus finanzas personales y conoce tus derechos. Veremos cómo elaborar un presupuesto personal y/o familiar y cómo poner una reclamación ante nuestro banco y ante el Banco de España.

Sesión 3. Banca ética. Presentaremos la banca ética como una alternativa a la banca tradicional, en qué consiste y qué entidades operan en España.

3

Martes 12, 19 y 26 de enero
Horario: de 17.30 a 19.00 horas
Modalidad: *online*

AUTOESTIMA Y GÉNERO (NIVEL I): LAS BASES

Las condiciones estructurales de desigualdad de género están relacionadas directamente con el impacto negativo en la autoestima. Cuando las mujeres ponemos conciencia e identificamos nuevas formas de relacionarnos con nosotras mismas y con otras personas, ganamos en calidad de vida.

En este primer nivel del taller trabajaremos las bases de autoestima:

- Autoestima y género. Concepto.
- Autoconocimiento y Autoaceptación.
- Autoafirmación. Nuestros derechos.
- Asumir responsabilidades.

Miércoles 13, 20 y 27 de enero y 3 de febrero
Horario: de 10.30 a 12.30 horas
Modalidad: *online*

TEATRO POR LA IGUALDAD Laboratorio de investigación y creación escénica *Sinvergüenzas*

En el grupo de teatro *Sinvergüenzas* necesitamos nuevas incorporaciones. Juntas exploramos nuevos relatos e identidades, rescatamos la vida de mujeres olvidadas y denunciemos el machismo a través del arte.

Aprendemos técnicas de expresión corporal, teatro, danza libre y performance. Nos acercamos a textos de dramaturgas, escribimos nuestros propios textos y los ponemos en escena.

Miércoles 13, 20 y 27 de enero
Horario: de 17.00 a 19.00 horas
Modalidad: presencial y *online*

MOVILIZA-T. Conoce mejor tu *smartphone*

¿Harta de quedarte atrás con las tecnologías? ¿Sabes cómo optimizar el almacenamiento de tu *smartphone*? ¿Quieres sacar mayor provecho a las aplicaciones móviles cotidianas?

Este taller es un espacio para conocer y mejorar el uso de tu móvil y todas sus diferentes posibilidades de manera consciente y segura.

Jueves 14, 21 y 28 de enero y 4 de febrero
Horario: de 10.30 a 12.30 horas
Modalidad: presencial

AUTOESTIMA (NIVEL III): Propósitos para el año nuevo

La lista de propósitos para el 2021 tiene que incluir autoestima. El taller propone la elaboración de objetivos para el autocuidado, teniendo en cuenta los aspectos físicos, psicológicos y las relaciones sociales.

Desde la toma de conciencia, se establecerá un plan de acción para facilitar posibles herramientas y planificar el cumplimiento de objetivos para el autocuidado.

GRUPO DE TARDE:
Jueves 14 de enero
Horario: de 17.30 a 19.30 horas

GRUPO DE MAÑANA:
Lunes 25 de enero
Horario: de 10.30 a 12.30 horas.
Modalidad: *online*

GESTIONES TELEMÁTICAS EN DIFERENTES ADMINISTRACIONES

Taller para conocer las posibilidades de las gestiones telemáticas. ¿Qué son y cómo consigo una Cl@ve PIN o un certificado digital?

Aprenderemos cómo llevar a cabo diferentes trámites administrativos como la petición de cita previa para el DNI, el SEPE, etc.

Martes 19 de enero

Horario: de 10.30 a 12.30 horas

Modalidad: *online*

CICLO DE EMPODERAMIENTO EMOCIONAL (I). Habilidades de afrontamiento emocional

El 2020 ha sido un año que ha generado gran vulnerabilidad. Nuestro bienestar emocional está siendo afectado por el impacto psicológico derivado de las consecuencias de la pandemia, agravado por el hecho de que la socialización en base al género condiciona la forma de gestionar nuestro mapa emocional y la actitud para enfrentar la vida.

Este ciclo se va a desarrollar durante el primer cuatrimestre con el objetivo de facilitar la gestión de pensamientos, emociones y acciones que se han intensificado, provocando una "montaña rusa", como consecuencia de la experiencia vivida.

Trabajaremos la aceptación, la utilidad de las emociones, la actitud personal, las habilidades y las herramientas para aumentar nuestra salud emocional y contribuir a la salud social.

En este taller de enero empezamos analizando y practicando las herramientas que nos van a facilitar tener salud emocional.

Trabajaremos la confianza en una misma, el refuerzo positivo, la actitud positiva ante los cambios, el aprendizaje continuado y el respeto interpersonal.

Jueves 21 y 28 de enero

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

Modalidad: *online*

TALLER DE EXTRANJERÍA

El derecho de extranjería está relacionado con muchas áreas de la vida: familiar, laboral y administrativa. En función de nuestras necesidades, y por los motivos de la crisis sanitaria actual, podemos encontrarnos con una situación que requiere de un asesoramiento profesional que nos oriente en estos procesos.

En este taller la abogada del Espacio del Espacio de Igualdad resolverá tus dudas sobre situaciones relacionada con:

- Las autorizaciones de residencia y trabajo
- Si quieres viajar a tu país con tu hija/o
- Si quieres traer a algún familiar
- Si quieres solicitar protección internacional
- Si quieres irte a otro país por motivos de trabajo.

Viernes 22 y 29 de enero

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

Modalidad: *online*

TRABAJO COMUNITARIO EN RED Y COLABORACIONES CON ENTIDADES Y GRUPOS DE MUJERES DEL DISTRITO

Participamos en actividades y redes del distrito. Si eres una entidad, recurso o grupo informal de personas y necesitas realizar actividades de empoderamiento para mujeres, de sensibilización sobre igualdad para la ciudadanía o de prevención de violencia de género, no dudes en ponerte en contacto con nosotras para poder ofrecerte un paquete a la medida de tus necesidades, tanto para la población con la que trabajas como para el equipo técnico.

TALLER NAZARET

Durante 2021 seguimos colaborando con las Siervas de San José de Villaverde en su taller Nazaret para mujeres en riesgo de exclusión social. Trabajaremos herramientas para la autoestima y la comunicación, así como para la búsqueda de empleo.

En enero dedicaremos el taller a adquirir herramientas tecnológicas para poder acceder a formación online y a diferentes gestiones telemáticas con las administraciones públicas.

5

Miércoles 13, 20 y 27 de enero
Horario: de 10.00 a 12.00 horas
Modalidad: presencial

PROGRAMA DE EMPODERAMIENTO Y PROMOCIÓN DEL COLIDERAZGO EN EQUIPOS

A través del enfoque de empoderamiento, del coaching sistémico y del programa de coliderazgo, acompañamos a grupos informales de mujeres, como las **Lideresas de Villaverde**, a expandir su coherencia intraorganizacional (capacidad para fluir entre su día a día, su visión y su identidad), su capacidad de observarse desde diferentes puntos de vista (valor de la diversidad) y su inteligencia relacional (entenderse como un sistema de relaciones).

Miércoles 20 de enero
Horario: de 10.30 a 13.30 horas
Modalidad: presencial

PROYECTO COMUNITARIO: "PLANTA-FORMA EN GÉNERO DE VILLAVERDE"

Espacio abierto a profesionales y entidades que trabajan en los distritos de Villaverde y Usera en ámbitos y proyectos sociales aplicando en el trabajo cotidiano la perspectiva de género. Es un espacio para aprender, compartir, reflexionar y crear redes para trabajar la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres.

Hemos diseñado un podcast donde puedes conocer a todos los recursos que participamos y contar con nosotras en el caso de necesitarlo. Aquí puedes escucharnos:

www.ivoox.com/plantaforma-genero-villaverdecovid19-audios-mp3_rf_50225565_1.html

ACTIVIDADES EN REDES SOCIALES

ESPACIO JURÍDICO PROPIO DE LA RED DE ESPACIOS DE IGUALDAD

Las abogadas de las áreas jurídicas de la Red de Espacios de Igualdad se han unido para transmitir una píldora jurídica breve quincenal sobre temas de interés general en relación con la crisis del COVID-19.

Cada quince días se analizan las publicaciones jurídicas, se eligen las más interesantes y se trasladan a la población a través de nuestras redes sociales para su conocimiento.

Consulta las redes sociales del Espacio de Igualdad Clara Campoamor para ver sus contenidos.

ATENCIÓNES INDIVIDUALIZADAS

- ⇒ Asesoría jurídica.
- ⇒ Apoyo psicológico.
- ⇒ Acompañamiento para el desarrollo profesional.
- ⇒ Acompañamiento para la creación y mantenimiento de grupos y equipos.

Pide cita previa o inscríbete en el teléfono del Espacio (91 710 97 13) o a través del correo electrónico caimujercc@madrid.es

Tanto las atenciones individuales como las actividades se llevan a cabo sin coste alguno para las personas participantes.

Horario:

De lunes a viernes, de 10.00 a 14.00 y de 16.00 a 20.00 horas.