



PROGRAMACIÓN FEBRERO 2021

GENERANDO ESPACIOS SEGUROS Y CORRESPONSABLES

"Lo que más impaciencia me genera es la desigualdad económica que permanece inalterada. Las mujeres y las niñas dedican tres veces más de tiempo y energía que los hombres y los niños a ocuparse de las tareas del hogar. Esto no les permite tener las mismas oportunidades en la educación, el mercado laboral y el poder adquisitivo. Es un motor generador de pobreza. [...] La solución incluye la aprobación de políticas adecuadas que fomenten una mayor igualdad en las responsabilidades de cuidado infantil y proporcionen apoyo estatal a las familias y a quienes trabajan en la economía informal".

Declaración con motivo del Día Internacional de las Mujeres a cargo de Phumzile Mlambo-Ngcuka, Directora Ejecutiva de ONU 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.

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.

En nuestro encuentro de febrero, leeremos *Cuentos completos* de Emilia Pardo Bazán, para conmemorar el centenario de su muerte.

Viernes 5 de febrero
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: *online*

RUTA CONMEMORATIVA. Mujeres que abrieron camino: Clara Campoamor

Realizaremos un recorrido por las calles de Madrid que fueron escenario de la lucha por el voto de las mujeres en España, conoceremos la historia de las diferentes asociaciones y agrupaciones de mujeres de principios del s. XX, centrándonos en la figura de Clara Campoamor: su vida, ideas, escritos.

Jueves 11 de febrero
Horario: de 10.30 a 12.30 horas
Modalidad: presencial
Lugar de encuentro: Plaza de España, Edificio España, entrada al Hotel RIU

RE(CONSTRUYÉNDO)NOS. Taller para hombres que se hacen preguntas.

Este taller dirigido a hombres contará con una metodología vivencial para analizar las relaciones de poder entre hombres y mujeres.

Los contenidos a tratar serán:

- Socialización privilegiada.
- Yo con mis privilegios.
- Micromachismo: conceptos y claves de detección.
- Micromachismos cotidianos.

Facilita: Olmo Morales.

Viernes 12, 19 y 26 de febrero
Horario: de 17.00 a 19.00 horas
Modalidad: *online*

CUENTACUENTOS Y TALLER. La ciudad de los coches.

Sol vive en una ciudad invadida por los coches y con una alta contaminación. Su familia lleva varias generaciones en el mismo lugar; pero en los últimos 100 años, el entorno ha cambiado mucho.

A través de las historias que le cuentan su tatarabuela, bisabuela, abuela y madre, descubre que la ciudad no siempre fue así.

Después de la narración se realizará un taller, en el que niños y niñas, como hizo la protagonista del cuento, se reunirán en asamblea para diseñar cómo les gustaría que fuera su ciudad.

Población destinataria: niñas y niños de 5 a 11 años, con sus acompañantes.

Facilita: Grupo de Teatro Comunitario de Carabanchel.

Viernes 26 de febrero
Horario: 17.30 a 18.30 horas
Modalidad: presencial
Lugar: salón de actos Centro Cultural Santa Petronila (c/ Martínez Oviol, 12).
Reserva de entradas: 97 710 03 09 y 91 710 98 36.

ESCUELA DE EMPODERAMIENTO

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

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 denunciamos 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 3, 10, 17 y 24 de febrero
Horario: de 17.00 a 19.00 horas
Modalidad: presencial

AUTOESTIMA Y GÉNERO (NIVEL II): Las herramientas.

Identificaremos nuestro diálogo interno para convertirlo en una voz objetiva y amable, reeducando nuestros pensamientos irracionales y negativos para reforzar nuestra autoestima. Nos entrenaremos en comunicación asertiva, que promueve una habilidad estrechamente ligada al respeto por una misma y por otras personas.

Miércoles 10, 17 y 24 de febrero y 3 de marzo
Horario: de 10.30 a 12.30 horas
Modalidad: *online*

AMORES VAMPIROS

¿Cómo trabajamos el amor como fuente de vida -y no como peligro- desde la educación social, la psicología y el derecho?

Ven a descubrirlo en este taller donde combinamos la teoría con la práctica vivencial a través de la expresión corporal y artística. Reflexionaremos sobre el amor romántico y sus consecuencias y aprenderemos entre

todas a construir relaciones sanas e igualitarias desde el amor propio.

Jueves 11, 18 y 25 de febrero y 4 y 11 de marzo
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: *online*

MIRARTE Y RECONOCERTE. Taller y sesión fotográfica para ampliar la mirada sobre nosotras mismas.

Acompañadas por una educadora y una fotógrafa profesional, trabajaremos sobre nuestra imagen, desecharemos lo que no es cierto, lo que nos dijeron, lo que aprendimos, lo que nos limita y nos impide vivirnos más plena y libremente. A través de las fotografías que hará Isabel Ramírez, cambiaremos la mirada sobre nuestro cuerpo y expresión, aprenderemos a valorar la belleza que emana de nosotras.

Cada participante se llevará sus imágenes de recuerdo y testimonio.

Facilita: Isabel Ramírez.

Lunes 15 y 22 de febrero y 1 de marzo
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: presencial

DISEÑA TU CURRÍCULO

¿Qué pongo y qué no pongo en mi currículum? ¿Qué trucos existen para visibilizarme mejor? ¿Cómo ordenar la información sobre mi experiencia y mis habilidades? En este taller responderemos a estas y otras preguntas y aprenderemos a manejarnos con la herramienta de diseño online CANVA para que nuestros currículos resulten mucho más atractivos y originales.

Martes 16 y 23 de febrero
Horario: de 10.30 a 12.30 horas
Modalidad: *online*

ENREDARSE Y DESENREDARSE. Herramientas jurídico-legales para las relaciones de pareja.

¿Tienes pensado emparejarte en breve? A parte de la gran dosis de amor que necesitas para ello, necesitarás tener información sobre las diferentes figuras jurídicas que existen para ello (pareja de hecho, matrimonio) y las consecuencias legales de cada una de ellas a nivel laboral, administrativo, civil, fiscal y patrimonial.

Ofreceremos herramientas jurídico-legales para comenzar una vida en pareja legalmente clara y saludable, así como para poner fin a la relación de pareja en caso de conflicto.

Martes 16 y 23 de febrero
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: *online*

CICLO DE EMPODERAMIENTO EMOCIONAL (II). Las emociones complejas. Autoconocimiento 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 febrero avanzamos en el aprendizaje de la gestión emocional para reforzar procesos de empoderamiento personal y grupal. El taller propone la práctica de las competencias que

facilitan las relaciones interpersonales equitativas.

Miércoles 17 y 24 de febrero
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: *online*

SEGURAS EN RED. Utiliza las nuevas tecnologías con seguridad.

Las nuevas tecnologías pueden aportar múltiples oportunidades y beneficios, sin embargo también surgen nuevos riesgos.

¿Quieres conocer cuáles son los delitos cibernéticos? ¿Te gustaría saber cómo proteger tu privacidad y utilizar la red de forma segura?

Miércoles 17 y 24 de febrero
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: presencial

CAMINANDO AL 8M VIRTUAL. Taller para la participación *online*

Debido a la situación de crisis sanitaria, os proponemos alternativas para participar en el Día Internacional de las Mujeres de manera virtual.

Conoceremos diferentes plataformas de comunicación online, sus diferentes funcionalidades y características.

GRUPO DE MAÑANA:

Jueves 18 de febrero
Horario: de 10.30 a 12.30 horas
Modalidad: presencial

GRUPO DE TARDE:

Lunes 22 de febrero
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: *online*

INVESTIGACIÓN-ACCIÓN PARTICIPATIVA sobre el acoso callejero en Villaverde

Analizar los espacios y entornos urbanos desde una perspectiva de género es fundamental para avanzar hacia ciudades y barrios inclusivos, igualitarios y sin discriminaciones de ningún tipo.

El acoso callejero y las violencias cotidianas que sufrimos las mujeres en el espacio público siguen siendo una constante. En este proyecto se plantea reflexionar sobre la continuidad de las violencias en los espacios privados-públicos y desarrollar estrategias de actuación para abordarlas desde una perspectiva feminista y comunitaria.

El proceso de investigación-acción participativa busca crear espacios urbanos más seguros para mujeres y niñas.

Esta acción que se llevará a cabo entre los meses de febrero y junio de 2021 nos permitirá adquirir herramientas teóricas y metodologías para su puesta en práctica. Elaboraremos un diagnóstico sobre la situación de las violencias en el barrio y acompañaremos para proponer y planificar acciones (comunicativas, visibilización, campañas, elaboración de documentos, etc.) para mejorar la situación.

Jueves 18 de febrero
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: *online*

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

Miércoles 3, 10, 17 y 24 de febrero

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).

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.