



CLARA CAMPOAMOR

Espacio de Igualdad

PROGRAMACIÓN ABRIL 2021

GENERANDO ESPACIOS SEGUROS Y CORRESPONSABLES

“Existe un desajuste entre la “geografía del miedo” y la “geografía de la violencia” (Gill Valentine): se ha demostrado que el lugar con mayores probabilidades de ser escenario de una agresión machista es el propio domicilio de la víctima.

La asociación entre espacio público y espacio peligroso es consecuencia de un proceso de aprendizaje que comienza con el control y continuas advertencias de los padres y de la sociedad a las adolescentes. [...]

Ante esta imagen, las mujeres restringen sus movimientos a ciertos lugares y a ciertas horas [...]. Así se perpetúa la división por género del espacio”.

Ana Sabaté Martínez, geógrafa española.

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 abril, leeremos *Cómo ser mujer* de Caitlin Moran.

Viernes 9 de abril

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

Modalidad: *online*

«MALABARISMOS DE LA VIDA COTIDIANA». Taller de habilidades sociales y emocionales

Familias extensas, familias nucleares, familias monomarentales, parejas sin criaturas, pisos compartidos, etc. Da igual el formato de la unidad de convivencia en la que nos ubiquemos, en la gran mayoría de ellas sufrimos el desigual reparto de tareas y la falta de herramientas y habilidades para ponerle remedio. En este taller se trabajarán las habilidades sociales y emocionales necesarias para propiciar la corresponsabilidad, analizando el papel de los cuidados en la gestión de nuestro tiempo. Crearemos un espacio compartido de aprendizajes orientados a impulsar y promover procesos de desarrollo personal y social.

Facilita: Conchi Cazorla (Amantara)

Lunes 12, 19 y 26 de abril

Horario: 17.30 a 19.30 horas

Modalidad: *online*



TEATRO FORO "Ponte en mi lugar"

¿Has participado alguna vez en un teatro foro?

Os invitamos a ver y a participar en un teatro diferente. Representaremos situaciones de discriminación en la vida cotidiana que vivimos las mujeres (imagen y envejecimiento, machismos y micromachismos, relaciones afectivas) y os invitaremos a que nos ayudéis a buscar soluciones subiendo al escenario.

Miércoles 14 de abril

Horario: de 18.30 a 20.00 horas

Modalidad: presencial

Lugar: Salón de actos Centro Cultural Santa Petronila

Reserva de entradas gratuitas una semana antes de la actuación en horario de 9.30 a 14.00:
91 710 03 09/91 710 98 36

VISITA EXPOSICIÓN «Veroír el fracaso iluminado» de Cecilia Vicuña. Museo CA2M

Esta exposición reúne más de cien trabajos de la poeta, artista visual y activista Cecilia Vicuña. Figura absoluta del arte latinoamericano en la escena internacional, Vicuña está considerada una de las máximas representantes de la performance, pero es también escritora, poeta, activista y artista visual.

Partiendo de su experiencia personal, esta selección muestra el compromiso permanente de Vicuña con temas que abarcan desde el erotismo, los legados coloniales y luchas de liberación, hasta la felicidad colectiva, el pensamiento indígena y la devastación ambiental.

Viernes 16 de abril

Horario: 17.30 a 19.30 horas

Modalidad: presencial

Lugar: Estación de RENFE Móstoles Central

RUTA «ESCRITORAS EN EL MADRID DE LAS LETRAS: ELLAS TAMBIÉN EXISTIERON»

Visita guiada por el Madrid de las Letras, descubriendo la ciudad desde otra mirada:

¿dónde vivieron y cuándo las escritoras más famosas y las completamente olvidadas?

Hablaremos de las escritoras que vivieron en el barrio de las letras desde el s XVI hasta el XX, y leeremos fragmentos de sus obras, dándoles voz en nuestro paseo.

Lunes 19 de abril

Horario: 10.30 a 12.30 horas

Modalidad: presencial

Lugar: Estatua Federico García Lorca en la plaza de Santa Ana

CUENTACUENTOS: «Ni princesas ni famosas, niñas y mujeres valerosas»

¡Os invitamos en el día del libro a disfrutar de este cuentacuentos!

Las protagonistas de estas historias son niñas y mujeres de distintos países, culturas y religiones que rompen con los estereotipos femeninos tradicionales, como es el caso de Pippi Calzaslargas, que con su valentía e ímpetu acaban convirtiéndose en grandes artistas o científicas.

Recomendado para personas a partir de los 4 años y sus acompañantes.

Facilita: Silvina Rodríguez

Viernes 23 de abril

Horario: de 17.30 a 18.30 horas

Modalidad: presencial

Lugar: Salón de actos Centro Cultural Santa Petronila

Reserva de entradas gratuitas una semana antes de la actuación en horario de 9.30 a 14.00:
91 710 03 09/91 710 98 36

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

En este taller se profundizará en los anclajes y resistencias de los hombres ante la demanda de cambio de las mujeres, se establecerán líneas de trabajo personal y se creará un espacio para pensar el cambio individual y colectivo.

Actividad dirigida a hombres.

Facilita: Olmo Morales

Viernes 23 y 30 de abril y 7 de mayo

Horario: 17.00 a 20.00 horas

Modalidad: *online*

TALLER DE COSTURA CREATIVA para hombres y mujeres

Teniendo en cuenta que la prenda más sostenible es la que ya existe, le daremos una segunda o tercera vida e, incluso, transformaremos la prenda para darle otras funciones: crearemos a partir de una prenda en desuso una serie de objetos radicalmente distintos, como cojines, bolsos, mochilas. En este taller transformaremos un pantalón en una chaqueta.

Por la situación sanitaria, se requieren estos materiales: pantalón tipo chino o vaquero/denim/jean, *descosedor*, tijeras, alfileres y jaboncillo para marcar. La máquina la ponemos nosotras.

Facilita: Customizando

Martes 27, miércoles 28 y jueves 29 de abril

Horario: 17.00 a 19.30 horas

Modalidad: presencial

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 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 7, 21 y 28 de abril

Horario: de 17.00 a 19.00 horas

Modalidad: presencial y *online*

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 7, 14, 21 y 28 de abril

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

Modalidad: *online*

CICLO DE EMPODERAMIENTO EMOCIONAL (IV). Reforzar el pensamiento positivo

Desde la infancia, las mujeres hemos sido educadas en la inseguridad y el miedo, lo que ha generado un estilo de pensamiento negativo y circular que perpetua un hábito contrario a nuestro desarrollo personal.

El taller propone herramientas específicas para la gestión en positivo de nuestros pensamientos para elegir y planificar formas diferentes de ser y estar en el mundo.

Jueves 8 y 15 de abril

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

Modalidad: *online*

«PONER CARA AL MIEDO». Taller de defensa personal

Reconoceremos juntas las situaciones de violencias machistas que nos dan miedo, y buscaremos diferentes formas de enfrentarnos a ellas de manera individual y grupal.

En la primera sesión recibiremos una formación de defensa personal y durante las dos sesiones siguientes trabajaremos sobre situaciones concretas.

Martes 13 de 17.00 a 20.00 horas. Martes 20 y 27
de abril de 17.00 a 19.00 horas
Modalidad: presencial

ENCUENTRO CON PLACER

¿Qué es el placer para ti? ¿Qué espacio tiene en tu vida?

El placer en general, y el sexual en particular, está más basado en la búsqueda que en el encuentro. Este taller es una propuesta de encuentro entre el placer y tú.

Mediante ejercicios y dinámicas iremos explorando qué lugar ocupa el placer en tu vida, así como los recursos que te pueden facilitar este encuentro y los que te lo pueden dificultar.

Ahondaremos en la importancia de los ritmos propios, pudiendo ser el disfrute una buena guía para continuar en el camino del autoconocimiento y el placer desde una perspectiva feminista, donde cada cual sea su propia brújula.

Facilita: Mónica Quesada Juan

Miércoles 14 y 21 de abril
Horario: de 12.00 a 14.00 horas
Modalidad: *online*

ESCRIBE TU RELATO DE TEATRO ENCUENTRO

Os invitamos a participar en un proceso de Teatro Encuentro donde escribir vuestro propio relato. Cada participante elegirá un tema de interés social que también le interese a nivel personal.

Usaremos objetos, vestuario, recortes de periódico y otros elementos para la creación. No hace falta experiencia previa de ningún tipo.

Jueves 15, 22 y 29 de abril y 6 de mayo
Horario: de 10.30 a 12.30 horas
Modalidad: *online*

¿TE HACE UN PASEO EN BICI? Taller de ciclismo urbano

“Es muy peligroso”, “ten cuidado”, “estás loca”. Éstas y otras muchas frases las escuchamos muy a menudo todas aquellas que hemos decidido movernos en bicicleta por la ciudad.

Nuestra propuesta consiste en generar un clima de confianza donde cada una pueda mejorar sus habilidades en función de su nivel, aprendiendo unas de otras, familiarizarse con los desplazamientos en el entorno urbano y disfrutar de la bici por Madrid. En la última sesión se realizará una ruta en bici por Madrid.

Condiciones para el taller: saber pedalear y mantener el equilibrio en la bicicleta y traer bicicleta propia. En caso de no poder obtener una, ponerse en contacto con el Espacio de Igualdad.

Facilita: Isis Mas

Viernes 16, 23, 30 de abril y 7 de mayo
Horario: de 10.30 a 12.30 horas
Modalidad: presencial

¡QUÉ GUASA TIENE EL WHATSAPP! Taller sobre el manejo de Whatsapp, para principiantes y avanzadas

Whatsapp es una aplicación móvil muy conocida y usada, tanto que la RAE acepta guasap y wasap como adaptación al español válida.

Pero, ¿lo sabemos utilizar en profundidad?, ¿sabemos sacar todo el partido de forma segura a esta herramienta de mensajería? Para conseguirlo, apúntate a este taller.

Lunes 19 de abril
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: presencial

CÓMO INVESTIGO EL MERCADO LABORAL PARA MI BÚSQUEDA DE EMPLEO

Una de las mayores dificultades a la hora de ponernos a buscar trabajo es obtener información útil sobre el mercado laboral. Información que nos va a servir para poder posicionarnos con más tino en los procesos de selección.

¿Qué información es esa? ¿Dónde la busco? ¿Cómo la clasifico y almaceno para no perderme? ¿De qué herramientas informáticas y webs dispongo? ¿Cómo está el mercado laboral en Madrid?

Martes 20 de abril
Horario: de 10.30 a 12.30 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. La diversidad de intereses, experiencias cotidianas y realidades sociales se deben incorporar en el diseño de las ciudades para mejorar la calidad de vida de las personas.

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 metodológicas 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 22 de abril
Horario: de 17.30 a 19.30 horas
Modalidad: *online*

EL MÓVIL COMO HERRAMIENTA PARA BUSCAR EMPLEO

¿Qué aplicación se ajusta a mis necesidades de búsqueda de empleo? ¿Cómo la uso? ¿Cómo envío adecuadamente un mail, por ejemplo, insertando una firma? ¿En qué tipo de documento digital debo presentar mi currículum?

El teléfono móvil puede ser un gran aliado en los procesos de búsqueda de empleo. En este taller conoceremos las características y funcionalidades más importantes de las aplicaciones móviles para la búsqueda de empleo.

Jueves 29 de abril
Horario: de 10.30 a 12.30 horas
Modalidad: *online*

AULA DIGITAL HEDY LAMARR

¿Necesitas orientación para buscar trabajo por Internet? ¿Necesitas ayuda para realizar gestiones telemáticas? ¿Quieres aprender cómo optimizar tu teléfono? ¿Precisas enviar correos electrónicos y no sabes cómo?

Un jueves al mes te ofrecemos un espacio donde resolver dudas y problemas tecnológicos, con los diferentes dispositivos digitales.

Jueves 29 de abril
Horario: de 12.30 a 13.30 horas
Modalidad: presencial

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.

AUTOESTIMA Y GÉNERO (NIVEL I): LAS BASES

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 abril dedicaremos el taller a adquirir nuevas formas de relacionarnos con nosotras mismas y con otras personas y se abordará el autoconocimiento, la autoaceptación, la autoafirmación y la asunción de responsabilidades.

Miércoles 7, 14, 21 y 28 de abril
Horario: de 10.30 a 12.30 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).

Jueves 8 de abril
Horario: de 10.30 a 13.30 horas
Modalidad: presencial

AUTODEFENSA LABORAL PARA JÓVENES. Taller de derechos laborales con perspectiva de género

La abogada del Espacio realizará este taller dirigido a jóvenes de la Asociación ASPA Villaverde, donde se trabajarán las situaciones en las que nos podemos encontrar ante un primer empleo, cuáles son mis derechos laborales y se analizará cómo afecta la construcción del trabajo en torno al género.

Jueves 15 de abril
Horario: 10.30 a 12.30 horas
Modalidad: presencial

PROYECTO COMUNITARIO: "PLANTAFORMA 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.

ATENCIONES 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.