



PROGRAMACIÓN ABRIL 2022

«En la formación está el camino para ser libres y elegir nuestro futuro»

Tamara Clavería, presidenta de AMUGE, Asociación de Mujeres Gitanas de Euskadi.

RED MUNICIPAL DE ESPACIOS DE IGUALDAD

Es un recurso público municipal especializado en la promoción de la igualdad y la prevención de la violencia machista.

Para ello, se ofrecen **servicios gratuitos** de **intervención individual a las mujeres** y **actividades grupales abiertas a la población** que abordan de manera transversal la violencia machista

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes de 10 a 14h y de 16 a 20h

Espacio accesible para personas con discapacidad

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 710 97 13

Correo electrónico: caimujercc@madrid.es

Presencialmente: calle María Martínez Oviol, 12, 2ª (metro Villaverde Bajo-Cruce).

SERVICIOS DE ATENCIÓN INDIVIDUAL

Dirigido a mujeres

Ofrecemos apoyo y asesoramiento gratuito, mediante cita previa, en las siguientes áreas:

- **Psicológica:** para favorecer el bienestar y la autonomía personal, la reducción del estrés y la ansiedad ante situaciones de discriminación o violencia por razones de género.
- **Jurídica:** en materia civil, laboral, de extranjería y especialmente en todo lo relacionado con la violencia machista.
- **Desarrollo Profesional:** se fomenta la empleabilidad de las mujeres a través de la mejora de sus capacidades, sus competencias y habilidades sociolaborales.





ACTIVIDADES GRUPALES

Algunas de estas actividades son de continuidad, por lo que te invitamos a contactar con el Espacio de Igualdad para consultar las plazas disponibles.

ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN

Dirigidas a la población general y profesionales que quieran profundizar en temas relacionados con la igualdad y la diversidad de género.

TALLERES, CURSOS, CONFERENCIAS

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 «Kalpa Imperial» de Angélica Gorodischer.

Dirigido a toda la población

Viernes 1 de abril. De 17:30 a 19:30 h.

2

VISITAS Y PASEOS

Ruta urbana «Escritoras de Madrid»

Visita guiada por el Madrid de las Letras, descubriendo la ciudad desde otra mirada. ¿Cuándo y dónde vivieron las escritoras más famosas y las completamente las olvidadas? María de Zayas, Marcela de San Félix, Elena Fortún, Luisa Carnes.

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

Dirigido a toda la población

Jueves 21 de abril. De 10:30 a 12:30 h.

Lugar de encuentro: Plaza Santa Ana, estatua de Federico García Lorca.





EXPOSICIONES

“Venus In Rock” de Estefanía Hernández

“Venus In Rock” es un proyecto de ilustración editorial de Estefanía Hernández (más conocida en las redes sociales como Efe Illustration) para dar visibilidad a figuras femeninas de la música rock de finales de los años 60 y principios de los 70 en todo el mundo. Pioneras que intentaron forjarse una carrera en aquellos complicados años en la industria musical, muchas de ellas ya olvidadas, pero que sirvieron de precedente e inspiración para las siguientes generaciones.

“Venus in Rock” es un tributo en forma de serie de retratos que evocan la cartelería “hippie” y psicodélica de aquellos años, mezclados con elementos de la corriente artística “Art Nouveau”, algunas de las ilustraciones también contienen frases de canciones y simbolismos relacionados con cada una de las mujeres retratadas.

Dirigido a toda la población

Del 4 al 28 de abril. En horario de apertura del Centro Cultural Santa Petronila

Día inauguración: viernes 22 de abril. A las 17:30 h.

Lugar: 2ª planta del Centro Cultural Santa Petronila. C/ María Martínez Oviol, 12.

CONVOCATORIAS

Día Internacional del Pueblo Gitano: Las gitanas también hacen historia.

En la semana del 4 al 8 de abril y en conmemoración del Día Internacional del Pueblo Gitano (8 de abril), desde la Red de Espacios de Igualdad daremos a conocer en nuestras redes sociales a mujeres gitanas referentes, mostrando sus biografías, rostros y voces, con el objetivo de erradicar la mirada racista y machista que sigue estigmatizando a las mujeres gitanas.

Dirigido a toda la población

Semana del 4 al 8 de abril

Clara en la Onda. Pioneras en la tecnología: Hedy Lamarr

Una vez al mes dedicaremos un espacio para visibilizar las aportaciones de las mujeres en la historia de la tecnología. En el mes de abril hablaremos de Hedy Lamarr, famosísima actriz de Hollywood e inventora, ¿quieres saber qué creó?

Colabora: OMC Radio Comunitaria Villaverde

Dirigido a toda la población

Miércoles 27 de abril. A las 17 h.

3





ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA

Dirigidas a población general y a profesionales que quieran mejorar sus conocimientos y habilidades para prevenir y detectar la violencia machista.

TALLERES, CURSOS, CONFERENCIAS

Taller de autodefensa para empleadas de hogar

Gritos y maltrato. Acoso sexual. Abusos. Falsas acusaciones. Explotación. Incumplimientos de contrato. Vejaciones. Injusticias laborales.

Si has sido o eres empleada de hogar y has sufrido alguna de estas situaciones en las que has sentido que estaban vulnerando tus derechos, este taller te interesa.

Conoceremos de forma práctica cuáles son los derechos y obligaciones de las empleadas de hogar y ofreceremos herramientas para defendernos de forma física, jurídica y verbal ante este tipo de situaciones.

Facilita: Beatriz Herranz y la abogada del Espacio de Igualdad Clara Campoamor

Dirigido a mujeres empleadas de hogar

Sábado 23 de abril. A las 10 h.

Herramientas para proteger a la infancia contra la violencia

En este taller, dirigido a profesionales de la intervención social, identificaremos situaciones de violencia contra menores de edad; y se facilitarán herramientas de atención integral para proteger a la infancia, desde una perspectiva de género, con ejemplos prácticos. Facilitaremos recursos donde derivar en caso de identificar situaciones de violencia contra las personas menores de edad.

Dirigido a profesionales de la intervención social.

Jueves 28 de abril. De 10:30 a 12 h.

Semana Internacional de la Lucha contra el Acoso en la Calle: taller de autodefensas

Desde la Red de Espacios de Igualdad, para conmemorar la Semana Internacional de Lucha contra el Acoso en la Calle (del 3 al 9 de abril) vamos a visibilizar durante el mes de abril el acoso callejero al que estamos expuestas las mujeres en las calles, lo haremos con diferentes actividades a las que os invitamos a participar para compartir, analizar y luchar contra este tipo de violencia.

En este taller identificaremos situaciones de acoso callejero y trabajaremos dinámicas para ponerles límite de forma verbal y física. También conoceremos lo que dice la ley sobre situaciones de acoso y qué podemos hacer para denunciarlas.

Facilita: Beatriz Herranz y la abogada del Espacio de Igualdad Clara Campoamor

Dirigido a mujeres

Miércoles 27 de abril. De 17:30 a 19:30 h.





Encuentro Red de Ganchilleras y Tejeclaras contra el Acoso en las Calles

¿Te gusta tejer a ganchillo?, ¿no sabes y te gustaría aprender?, ¿te gustaría encontrarte con otras mujeres? Si has respondido que sí, te invitamos a sumarte a las *Tejeclaras*. Es un espacio abierto en el que las integrantes se van organizando para encontrarse, crear elaboraciones conjuntas de ganchillo y, en definitiva, tejer red.

Este mes, celebraremos una sesión especial para visibilizar la presencia de las mujeres en los espacios públicos y contra el acoso en las calles en la que disfrutaremos de un encuentro con la Red de Ganchilleras del Espacio de Igualdad Juana Doña, al aire libre.

Dirigido a mujeres

Lunes 25 de abril. De 17 a 19 h.

Lugar de encuentro: Espacio de Igualdad Juana Doña, Paseo de la Chopera, 10

5

ACTIVIDADES DE EMPODERAMIENTO

Dirigidas a mujeres que quieran iniciar o fortalecer su proceso de empoderamiento personal junto a otras mujeres.

BIENESTAR FÍSICO

Coro de mujeres. Taller de empoderamiento a través la voz

La voz es el instrumento musical básico, primitivo y auténtico; nuestro cuerpo, el lugar donde resuena. Descubrir nuestra voz es descubrir nuestra propia esencia. Nuestra voz tiene múltiples voces que provienen del inconsciente individual y colectivo, pero cada persona es única e irrepetible al igual que su voz.

Escuchar, respetar y aceptar nuestra propia voz y nuestro propio cuerpo favorece el autoconocimiento y el desarrollo personal y mejora la comunicación y la expresión, por tanto, favorece una mejor relación con la propia persona y con quienes nos relacionamos.

A través de este taller queremos crear un coro de mujeres de todas las edades.

Facilita: Ana Cuenca.

Dirigido a mujeres

Martes 5, 19 y 26 de abril. De 17:30 a 19:30 h.

Espacio de Igualdad
CLARA CAMPOAMOR

C/ María Martínez Oviol, 12
Distrito de Villaverde

☎ 91 710 97 13

caimujercc@madrid.es

www.madrid.es/espaciosdeigualdad



CICLO EMPODERAMIENTO SEXUAL I: «Nuestros cuerpos, placeres y deseos»

¡Nuestros cuerpos, nuestras vidas!

Creemos y nos relacionamos en un mundo que nos deja muy poco espacio a las mujeres para explorar nuestros cuerpos, nuestras curiosidades y deseos, y en el que la sexualidad y nuestras vivencias siguen tratándose con una carga negativa. En este ciclo vamos a acercarnos a nuestra sexualidad como una dimensión fundamental de cada persona, desde cómo son nuestros cuerpos en sus diversidades y procesos, al placer como motivación, la negociación de la intimidad, los malestares de género y el empoderamiento a través de la exploración y el disfrute.

Facilita: Roma de las Heras Gómez (Sexóloga)

Dirigido a mujeres

Viernes 29 de abril. De 10 a 13 h.

BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL

Autoestima y género 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.

Dirigido a mujeres

Jueves 31 de marzo y 7, 21 y 28 de abril. De 10:30 a 12:30 h.

6

Maternidades. Reflexión colectiva de cómo ser madre y no morir en el intento

Convocamos a madres que quieran reflexionar, junto a otras, sobre cómo criar sin morir en el intento. Poder incorporar una práctica feminista de la maternidad sin culpas, a partir de la lectura de textos sobre el tema, el compartir de experiencias, emociones y contradicciones; así como la reflexión grupal para tantear necesidades individuales y colectivas e imaginar posibles propuestas de acción para satisfacerlas.

Dirigido a mujeres

Martes 5 de abril. De 17:30 a 19:30. Modelo mixto: *online* y presencial.

Ciclo “Malestares de género” (II): el encuentro con una misma

¿Qué conoces de ti? ¿Te sientes libre para mostrarte?

Ser una misma no es tarea fácil para las mujeres que quieren practicar la autonomía y la independencia. Desarrollar un nivel óptimo de autoconocimiento es fundamental para desarrollarse y protagonizar la propia vida, incluye un grado de valentía suficiente para enfrentar la desigualdad de oportunidades con el que convivimos de forma habitual.

El taller propone sumarse al amor propio para gestionar la vida.

Dirigido a mujeres

Jueves 21 y 28 de abril. De 17:30 a 19:30 h.



¿Qué esperamos las mujeres de los hombres que se trabajan la Igualdad?

¿Te has preguntado alguna vez cómo nos relacionamos las mujeres con los hombres que trabajan por la Igualdad? ¿Estamos construyendo vínculos realmente igualitarios?

Te proponemos participar en un grupo de reflexión a modo de una primera toma de conciencia de la situación y de la necesidad de seguir reforzando el proceso de empoderamiento de las mujeres, específicamente en la relación que establecen con los hombres.

Facilita: Susana Covas

Dirigido a mujeres.

Jueves 28 de abril. De 17:30 a 19:30h.

EMPODERAMIENTO ARTÍSTICO

«Tejeclaras». Grupo de ganchillo revolucionario (*Yarn Bombing*)

El grupo de tejedoras urbanas las «Tejeclaras» se reúnen dos veces al mes para practicar el *Yarn Bombing* en Villaverde, llenando de colores sus calles y plazas.

El *Yarn Bombing* o bombardeo de hilo es un tipo de arte callejero que emplea la técnica del ganchillo/crochet.

Dirigido a mujeres

Viernes 1 y 22 de abril. De 11:30 a 13:30 h.

Teatro por la igualdad. Laboratorio de investigación y creación escénica *Sinvergüenzas*

En el grupo de teatro *Sinvergüenzas* 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.

Dirigido a mujeres

Miércoles 6, 20 y 27 de abril. De 16:30 a 18:45 h.

«Mirar(me)». Taller de autorretrato fotográfico y autoestima

¿Cómo me veo? ¿Qué quiero mostrar de mí? ¿Qué oculto? ¿Cómo me ven las/os demás?

Este taller pretende generar un espacio para explorarte desde una mirada cariñosa a través de la fotografía.

El trabajo con tus autorretratos será una herramienta para que puedas conocerte mejor y quererte más. Una invitación para reflexionar sobre los conceptos de belleza, cuerpo, sobre la imagen que tienes de ti o cómo te influye la mirada de las demás personas.

Facilita: Imar Campos

Dirigido a mujeres.

Miércoles 20 y 27 de abril, 4 y 11 de mayo. De 17:30 a 19:30h.





«Ellas me inspiran». Taller de arte, cuerpo y autoconocimiento a partir de la obra de artistas

Un taller vivencial de autoconocimiento donde analizaremos la representación de la mujer en el arte y su influencia en nuestra autoimagen para después conocer la obra de mujeres artistas y cómo cambia el enfoque y las temáticas, dejando que resuenen en nosotras y nos inspiren para crear nuestras propias obras y expresar nuestras propias ideas y emociones a través de los diferentes lenguajes artísticos.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 20 y 27 de abril, 4 y 11 de mayo. De 10:30 a 12:30h.

EMPODERAMIENTO LABORAL, DIGITAL Y/O JURÍDICO

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? Te ofrecemos un espacio donde resolver dudas y problemas tecnológicos, con los diferentes dispositivos digitales.

Dirigido a mujeres

Miércoles 6 de abril de 17 a 19 h. o lunes 18 de abril de 10:30 a 12:30h.

Reparaciones básicas para el hogar

Sustitución de enchufes e interruptores, de cisternas, grifos y sifones, cambio de correas y poleas de persianas, de bombines y cerraduras. ¿Quieres un taller práctico para ahorrar y no desesperarte con los arreglos del hogar y, de paso, subirte la autoestima?

En este taller nos capacitamos para el uso de herramientas y aprendemos a reparar averías básicas y cotidianas propias del hogar, en torno a la electricidad, la fontanería, la cerrajería y las persianas.

Facilita: Manoli Miranda

Dirigido a mujeres

Martes 19 y 26 de abril, 3, 10, 17, 24 y 31 de mayo, y 7 de junio. De 10:30 a 12:30h.

Finanzas para mayores: «Todos los secretos de la banca online»

El sector bancario se ha transformado como consecuencia de la implantación de los servicios digitales (internet, aplicaciones móviles, etc.). Esto provoca una mayor deshumanización entre los bancos y sus clientes, que desemboca en la necesidad de tener más herramientas para saber cómo operar de manera independiente y segura; y que la gestión financiera no se convierta en un nicho de problemas.

¿Tienes miedo a usar la banca online o a hacer transferencias por Internet? ¿Te parece complicado y no sabes cómo avanzar por mucho que te lo expliquen? En este taller y gracias al simulador bancario online creado por Economistas Sin Fronteras, podrás entrenarte a tu ritmo y sin correr ningún riesgo.

Facilita: Economistas Sin Fronteras.

Dirigido a mujeres.

Lunes 25 de abril. De 10:30 a 13:30h.





Trabajar en la administración pública. Cómo acceder

Trabajar en la administración pública es posible. Seguramente habrás escuchado que es muy difícil y que hay que aprobar un examen al que se presentan muchas personas. Esto es cierto, aunque también hay otras maneras de acceder al empleo público que seguramente desconoces y aprenderemos en este taller.

Facilita: Helena Sánchez.

Dirigido a mujeres.

Lunes 25 de abril. De 17 a 19 h.

Aprende a manejar el correo electrónico

¿Te ha llegado un correo electrónico? ¿Sabes abrirlo? ¿Quisieras contestarlo?

Si quieres aprender a recibir y mandar correos electrónicos, adjuntar archivos y manejar esta herramienta en profundidad en tu teléfono móvil, apúntate a este taller.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 20 de abril. De 17 a 19 h.

TRABAJO COMUNITARIO

Trabajamos en red con asociaciones, colectivos y recursos comunitarios del distrito, ya sea para la realización de actividades abiertas o para dar respuesta a demandas específicas.

Además, ponemos a disposición de la comunidad los siguientes servicios: disponibilidad de aulas y Biblioteca de préstamo gratuito Si deseas más información, ponte en contacto con nosotras.

«Mis memorias». Narrar la propia historia a través de fotografías personales, recuerdos y collage

Tu vida es única y tus recuerdos son de un gran valor emocional pero también social y por eso te proponemos convertirlos en una obra de arte. Vente a este taller con una selección de las fotografías de los momentos más importantes de tu vida y te enseñaremos cómo, con creatividad y herramientas artísticas, los podemos realzar. Confeccionaremos un álbum muy creativo y especial.

En este tercer taller aprenderemos a narrar y a convertir en experiencias textos teatrales con el taller de teatro documento.

Actividad en colaboración con los Centros de Mayores de Villaverde.

Dirigido a mujeres mayores de 60 años.

Lunes 18 y 25 de abril. De 10:30 a 12:30h.





Habilidades digitales y alfabetización tecnológica

Durante el 2022, seguimos colaborando con las Siervas de San José de Villaverde en su taller Nazaret para mujeres. Trabajaremos herramientas para la autoestima y la comunicación, así como para la búsqueda de empleo.

En abril, dedicaremos el taller a dotar de habilidades tecnológicas a las participantes utilizando la herramienta de Aula Digital. Cada participante expresa una necesidad tecnológica la cual ponemos en común, generando un espacio común de aprendizaje y reflexión.

Actividad en colaboración con las Siervas de San José.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 6, 20 y 27 de abril. De 10:30 a 12:30h.

Ruta urbana de historia de las mujeres de Madrid: «Mujeres que abrieron camino»

Realizaremos un recorrido por las calles de Madrid que fueron escenario de la lucha por el voto de las mujeres en España, centrándonos en la figura de Clara Campoamor: su vida, ideas, escritos.

Ruta conmemorativa de la figura de Clara Campoamor, paseando por los sitios de Madrid donde vivió, escribió y peleó por los derechos de las mujeres.

Actividad en colaboración con los centros de Mayores de Villaverde.

Inscripción en: eliadinamizacionvillaverde@gmail.com o 635 01 85 66

Miércoles 20 de abril. De 11 a 13 h.

Lugar de encuentro: Fuente de las Conchas, Plaza de España

