



PROGRAMACIÓN OCTUBRE 2022

“La educación es un poder para las mujeres, y eso es por lo que los terroristas le tienen miedo a la educación. Ellos no quieren que una mujer se eduque porque entonces esa mujer será más poderosa”

Malala Yousafzai, activista pakistaní, Premio Nobel de la Paz. El 11 de octubre es el Día Internacional de la Niña.

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 movilidad reducida

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.

VISITAS Y PASEOS

Exposición “Clara Campoamor Rodríguez: mujer y ciudadana (1888-1972)”

Para celebrar el 1 de octubre, aniversario del voto femenino en España, visitaremos la exposición conmemorativa del cincuentenario de la muerte de Clara Campoamor, una de las primeras abogadas españolas, diputada en las Cortes de la IIª República durante el primer bienio. Dedicó gran parte de su vida a la defensa de la libertad y de la igualdad, y a la reivindicación de los derechos de las mujeres.

Dirigido a toda la población.

Jueves 6 de octubre. A las 16 h.

Lugar: Biblioteca Nacional de España, Paseo de Recoletos 20-22.

2

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 octubre leeremos “La trenza”, de Laetitia Colombani.

Dirigido a toda la población.

Viernes 7 de octubre. De 17:30 a 19:30 h.

Conociendo a *Inspiring Girls*

El 11 de octubre es el Día Internacional de la Niña y lo conmemoramos dando a conocer a la Fundación *Inspiring Girls* a través de una entrevista en OMC Radio.

Esta entidad, cuya misión es aumentar la autoestima y la ambición profesional de las niñas, se dedica a poner en contacto a mujeres referentes en su profesión con niñas, a través de centros educativos.

Actividad en colaboración con OMC Radio.

Dirigido a toda la población.

Fecha y horario por confirmar.



Jornadas de Coeducación para la Igualdad

La Coeducación es el proceso de enseñanza y práctica de la igualdad y del respeto a las diversidades, así como una herramienta fundamental para lograr una transformación social real y profunda; por ello, tanto profesionales de diferentes ámbitos como familias tienen que contar con herramientas teóricas y prácticas al respecto.

Contaremos con la presencia de la profesora María Elena Simón, pionera y experta en coeducación y formación de profesorado; con la participación de la Cooperativa de Acción Comunitaria y Feminista Candela y de la Asociación de Familias y Menores Transexuales Naizen, que compartirán sus experiencias de buenas prácticas coeducativas.

Actividad en colaboración con el Espacio de Igualdad Juana Doña.

Dirigido a familias y profesionales de la educación.

Martes 25 de octubre y jueves 27 de octubre. De 18 a 20 h. Online.

CONVOCATORIAS

Poetas en nuestras calles

Actividad conmemorativa del Día de las Escritoras (17 de octubre).

Para conmemorar este día salimos a las calles de Villaverde a leer poesía. Poetas vivas, poetas muertas, poetas conocidas y poetas por descubrir.

Dirigido a toda la población.

Martes 18 de octubre. De 17:30 a 19:30 h.

Obra de teatro “De esto no se habla”

Ellas caminan, maleta en mano debatiendo si romper el silencio o no. Da miedo contar la historia, la que se ha quedado atrás, la que no se puede contar de una forma objetiva, la que llega a través de recuerdos, emociones y espacios de silencio. Ellas, después de una larga espera, arrancan entre emoción y risas a representar retazos de vidas de mujeres que vivieron en un lugar de esos que nuestra historia ha borrado, del que nadie habla, pero que ocupó gran parte de nuestro barrio por el que hoy paseamos.

FICHA ARTÍSTICA

- Facilitación y dirección: Laura Presa Fox.
- Creación colectiva: Mosaicos Carabanchel.
- Coreografía: Iris Muñoz.
- Ilustraciones: Blanca Ni.
- Música en directo: Paula Lamara y Emma Galiero.

Dirigido a toda la población.

Miércoles 19 de octubre. A las 19 h.

Lugar: Salón de Actos Centro Cultural Santa Petronila, c/ María Martínez Oviol 12.

CICLOS DE CINE

Club de Cine “Las chicas del celuloide”. Visionado de películas, debate y encuentro con creadoras

“Las Chicas del celuloide” es una nueva plataforma o club de cine para ver, debatir y aprender de la historia del cine.

Un día al mes asistiremos al visionado de una película en el cine Embajadores y debatiremos posteriormente sobre lo visto, a la vez que aprendemos sobre la historia del cine. En esta línea organizaremos encuentros con creadoras para conocer de primera mano su visión y la manera en que nos atraviesa.

Un espacio donde encontrarnos, aprender, analizar y disfrutar juntas del cine.

Este mes veremos la película “En los márgenes”, de Juan Diego Botto.

Dirigido a toda la población.

Lunes 17 de octubre. A las 17 h.

Lugar: Cine Embajadores. Gta. Sta. María de la Cabeza, 5.

4

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.

HOMBRES POR LA IGUALDAD

RE(CONSTRUYENDO)NOS. Taller para hombres sobre las relaciones de poder

Para conmemorar el Día de los Hombres contra las Violencias Machistas (21 de octubre) ofrecemos este taller, dirigido a hombres, donde trabajaremos las bases para realizar un cambio ético, analizando las relaciones de poder.

Los contenidos tratarán sobre la socialización privilegiada y los micromachismos cotidianos. Haremos un análisis colectivo acerca de los aprendizajes del ser hombre en tanto que grupo social con privilegios sobre las mujeres, detectando esos privilegios desde la infancia y la adolescencia y analizando cómo los vamos reproduciendo. Definiremos los micromachismos y su tipología para identificar los propios.

Facilita: Olmo Morales

Dirigido a hombres.

Viernes 14 y 28 de octubre y 4 de noviembre. De 17 a 20 h. Online.

TALLERES, CURSOS, CONFERENCIAS

PREPARANDO JUNTAS EL 25N. Taller de performance

Se acerca el 25N, Día Internacional para la Eliminación de la Violencia Contra las Mujeres y desde la Red Municipal de Espacios de Igualdad estamos organizando un acto muy especial para conmemorar este día luchando juntas contra la violencia machista.

Participa con nosotras en la preparación de este evento en un taller artístico durante el mes de octubre para crear juntas la performance que llevaremos a las calles el 18 de noviembre para decir no a la violencia contra las mujeres.

¡Forma parte del proceso!

Dirigido a mujeres.

Miércoles 19 y 26 de octubre, y 2 de noviembre. De 10:30 a 12:30 h.

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.

Incorpórate a nuestro coro de mujeres de todas las edades.

Facilita: Ana Cuenca

Dirigido a mujeres

Martes 4, 11, 18 y 25 de octubre. De 17:30 a 19:30 h.



Diviértete con tu cuerpo

Con el objetivo de disfrutar de la naturaleza en un parque madrileño y de nuestro cuerpo a través del deporte, aprenderemos a realizar una serie de ejercicios para entrenar nuestro cuerpo de forma saludable al aire libre.

Dirigido a mujeres.

Viernes 14 de octubre. De 17 a 19 h.

BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL

Autoestima y género I: construcción y bases

Las mujeres han aprendido a olvidarse de sí mismas para cuidar de otras personas, lo que supone un riesgo para su salud y un impacto negativo en su autoestima. El taller propone el fortalecimiento personal de la autoestima para asumir cambios relacionados con procesos de empoderamiento desde la toma de decisiones individual hasta el apoyo mutuo colectivo. Para ello se realiza un entrenamiento desde la visibilización y el análisis de cada una de las bases propuestas, poniendo especial énfasis en el autoconocimiento para identificar necesidades, creencias y comportamientos. Además, la autoaceptación posibilitará los cambios deseados; la autoafirmación animará a la defensa de los derechos y, finalmente, asumir la responsabilidad de nuestra propia vida para conseguir nuestros objetivos y transformar la sociedad.

Dirigido a mujeres.

Lista de espera para siguientes ediciones.

Jueves 6, 13, 20 y 27 de octubre. De 17:30 a 19:30 h.

No estamos locas...se llama ansiedad

Taller conmemorativo del Día Mundial de la Salud Mental.

¿No sabes bien lo que te pasa?, ¿tienes ansiedad y quieres aprender a gestionarla? La socialización en base a los roles y estereotipos de género carga a las mujeres de exigencias y responsabilidades. Sumando las presiones del trabajo productivo, las cargas familiares y los cuidados de otras personas, nos encontramos con situaciones que favorecen la falta de autocuidado y, como consecuencia, el aumento de la ansiedad. El taller propone revisar los aspectos que aumentan nuestra ansiedad teniendo en cuenta la perspectiva de género para construir una base propia y aumentar la calidad de vida.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 19 y 26 de octubre. De 17:30 a 19:30 h.

Un espacio propio: comparte tus saberes

Hemos creado un espacio en nuestra programación, un viernes al mes, para vosotras, para que nos hagáis propuestas en formato taller y las llevéis a cabo para compartir con todas las mujeres del Espacio de Igualdad. Si tienes conocimientos o habilidades que quieras poner en práctica y compartir con otras mujeres, háznoslas llegar al correo: claracampoamor4@madrid.es

Dirigido a mujeres.

Fechas y horarios por confirmar





EMPODERAMIENTO ARTÍSTICO

Arte en acción

Laboratorio de investigación y creación escénica y audiovisual por la igualdad. Construiremos un espacio de encuentro, intercambio y creación, donde expresar nuestras vivencias, inquietudes, deseos y frustraciones a través de las artes escénicas y audiovisuales. No son necesarios conocimientos artísticos. Vente y aprenderemos juntas durante todas las tardes de los miércoles del curso 2022-23.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 5 y 26 de octubre. De 16:30 a 18:45 h.

Tejedoras urbanas. Grupo de ganchillo revolucionario (Yarn Bombing)

El Yarn Bombing o bombardeo de hilo es un tipo de arte callejero que emplea la técnica del ganchillo/crochet. Queremos llenar de colores nuestro barrio y para ello hacemos una convocatoria a toda aquella que quiera participar, conozca o no la técnica, para crear un grupo que se reúna regularmente para tejer y decorar nuestras calles y plazas.

Dirigido a mujeres.

Viernes 14 y 28 de octubre. De 10:30 a 12:30.

EMPODERAMIENTO LABORAL, DIGITAL Y/O JURÍDICO

7

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 5 de octubre de 17 a 19 h o lunes 10 de octubre de 10:30 a 12:30 h.

Reparaciones básicas para el hogar

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

Lunes 10, 17, 24 y 31 de octubre, 7, 14, 21 y 28 de noviembre. De 17:30 a 19:30h.





Visita al Congreso

Esta actividad visibiliza las aportaciones de las mujeres en la vida política y parlamentaria, cuyo objetivo consistió en recuperar la democracia y luchar por la igualdad en la participación política de las mujeres en España. Aunque nos parezca obvio que la igualdad de participación de mujeres y hombres en todos los sectores de la vida pública está conseguida, tenemos que seguir trabajando para llevar a la práctica este logro político. Es por ello, que acudiremos al Congreso y recordaremos a las mujeres pioneras que consiguieron la participación de las mujeres en la vida pública.

Dirigido a mujeres.

Jueves 13 de octubre. A las 9:45 h.

Lugar: Congreso. Puerta principal. Carrera de S. Jerónimo, s/n.

Emprendiendo: visita al Vivero de Empresas de Villaverde

¿Has pensado alguna vez en montar tu propio negocio? ¿Sabes qué es un Vivero de Empresas?

Te proponemos una visita al vivero de empresas de Villaverde junto a los Espacios de Igualdad Berta Cáceres y Dulce Chacón, en la que podremos visitar las instalaciones, conocer los servicios que ofrece este recurso municipal y cómo solicitarlos y charlar con una de las mujeres viveristas que compartirá con nosotras su proceso como emprendedora.

Dirigido a mujeres.

Lunes 24 de octubre. A las 11 h.

Lugar: Vivero de Empresas de Villaverde. Avda. de Orovilla, 54

8

¿A qué lugares me puedo dirigir para encontrar trabajo?

¿Necesitas un mapa? ¿Necesitas una brújula?

Moverte es la principal acción si quieres encontrar empleo. Para eso tienes que conocer los lugares donde dirigirte. En este taller encontrarás información de los recursos a los cuales tienes que acudir para que tu búsqueda de empleo tenga éxito.

Facilita: Helena Sánchez

Dirigido a mujeres.

Martes 25 de octubre. De 17 a 19:30 h.

Gestiones con el móvil

Las gestiones administrativas telemáticas han llegado para quedarse. Es necesario aprender las herramientas que nos ofrecen nuestros dispositivos para realizar trámites o gestiones de manera virtual.

¿Cómo escanear con nuestro teléfono móvil? ¿Cómo firmar un documento? ¿Cómo utilizar para el envío de archivos el correo electrónico? ¿Qué es un pdf? ¿Se puede modificar? A todas estas preguntas responderemos de manera práctica en este taller.

Dirigido a mujeres.

Lunes 17 de octubre. De 10:30 a 12:30 h.





Novedades en la Ley de Extranjería: solicitud de arraigo para la formación

Si eres migrante, quieres solicitar una autorización de residencia y trabajo por arraigo, y necesitas informarte de las nuevas reformas legislativas, en este podcast, la abogada de nuestro Espacio de Igualdad, dará a conocer cuáles son los cambios más relevantes para solicitar este tipo de autorización, los requisitos, documentos y cómo presentar la nueva solicitud de arraigo para la formación, con el fin de ayudarte en tus trámites con la oficina de Extranjería.

Actividad en colaboración con OMC Radio.

Dirigido a mujeres.

Martes 4 de octubre. A las 18 h.

CAPACES III: derechos y prevención de la discriminación

Sesión formativa dirigida fundamentalmente, pero no sólo, a mujeres migrantes y profesionales que trabajen con ellas, para aprender el uso de una aplicación móvil útil ante situaciones de discriminación que puedan sufrir mujeres migrantes y refugiadas.

La aplicación sirve para mejorar su conocimiento sobre las estrategias y recursos disponibles respecto a la igualdad de trato y la discriminación. Identifica los recursos regionales y locales más significativos que les pueden afectar. Y ayuda a identificar y actuar sobre situaciones de discriminación.

Facilita: Esther Castellanos-Torres, proyecto CAPACES III del COLPOLSOC de la Comunidad de Madrid

Dirigido a mujeres.

Jueves 27 de octubre. De 10:30 a 12:30 h.

Grupo de podcast del Espacio de Igualdad Clara Campoamor

Hacemos un llamamiento para crear desde cero un grupo de *Podcasting* en el que aprenderemos qué es un podcast, cómo crearlo desde cero y la parte técnica.

Un podcast no es más que un programa de radio transmitido a través de Internet a demanda. Eso significa que podremos escucharlo cuándo y cómo queramos.

¿Te apetece crear y radiar tus propios contenidos? ¡Únete al grupo!

Dirigido a mujeres.

Fechas y horarios por confirmar.





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 aula y Biblioteca de préstamo gratuito Si deseas más información, ponte en contacto con nosotras.

Empoderamiento y promoción del coliderazgo en equipos de mujeres

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).

Dirigido a Las Lideresas de Villaverde.

Lunes 3 de octubre. De 10:30 a 13:30 h.

Presentación Plataforma Madrid Violencia 0

Actividad enmarcada dentro del Proyecto Transversal Madrid Violencia 0

Jornada de presentación del proyecto y de la plataforma Madrid Violencia 0 a profesionales del ámbito educativo de primaria y secundaria de Villaverde. El objetivo es que conozcan los recursos de la web.

Actividad en colaboración con la Agente de Igualdad y el Espacio de Igualdad Dulce Chacón.

Dirigido a profesionales de la educación primaria y secundaria de Villaverde.

Martes 4 de octubre. A las 10 h. Online.

Kit de derechos laborales

Impartiremos a las profesionales de la Asociación Rumiñahui un taller sobre derechos laborales, incidiendo en aquellas situaciones y problemas que se pueden encontrar en su trabajo desde una perspectiva de género.

Actividad en colaboración con la asociación Rumiñahui.

Dirigido a profesionales de su entidad.

Fecha y horario por confirmar.





Camino del empoderamiento

Iniciamos un nuevo curso 2022-23 con nuestra habitual colaboración con las Siervas de San José de Villaverde en su taller Nazaret para mujeres en riesgo de exclusión social. El curso consta de cinco módulos, de octubre a junio. Trabajaremos herramientas para la autoestima y la comunicación, así como para la búsqueda de empleo, las herramientas tecnológicas y los derechos laborales.

De octubre a diciembre 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.

Actividad en colaboración con la Congregación de las Siervas de San José.

Dirigido a mujeres en riesgo de exclusión de su Congregación.

Miércoles 19 y 26 de octubre. De 10 a 12 h.

No sólo duelen los golpes

Actividad enmarcada dentro del Proyecto Transversal Madrid Violencia 0

Esta actividad se ofrece al alumnado del Instituto El Espinillo. Se inicia con el monólogo "No sólo duelen los golpes", en octubre, y continua con una serie de talleres en noviembre para sensibilizar sobre la necesidad de entablar relaciones de buen trato y para identificar la violencia machista en su cotidianidad.

Actividad en colaboración con el IES El Espinillo.

Dirigido al alumnado de 1º de Bachillerato.

Martes 25 de octubre. A las 12 h.

Lugar: Salón de Actos del Centro Cultural Santa Petronila.

