



PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 2022

“Mi silencio no me protegió. Tu silencio no te protegerá”

Audre Lorde, escritora afroamericana, feminista, lesbiana y activista por los derechos civiles.

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.

Espacio accesible para personas con movilidad reducida. Si tienes otro tipo de discapacidad ponte en contacto con nuestro centro.

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes de 10 a 14h y de 16 a 20h. Festivos cierra centro.

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.

CONVOCATORIAS

Participación en un Mural Artístico

Anímate a participar en la realización de un mural urbano y público, en el que se visibilice a mujeres que han tenido un papel relevante en la historia, de la mano de la artista Noelia Portilla.

Dirigido a toda la población.

Jueves 3 de noviembre. Horario de tarde.

Lugar: Centro Sociocultural Marconi.

VISITAS Y PASEOS

Exposición "El Japón en Los Ángeles. Los archivos de Amalia Avia"

Nos vamos de exposición, a descubrir a Amalia Avia, en su primera retrospectiva en 25 años. Conoceremos su obra y descubriremos un Madrid diferente visto por los ojos de una de las grandes pintoras españolas del s XX.

Dirigido a toda la población.

Jueves 10 de noviembre. A las 16:30 h.

Lugar de encuentro: Sala Alcalá 31, calle Alcalá, 31.

TALLERES, CURSOS, CONFERENCIAS

Club de lectura con la presencia de la autora Cristina Morales

El libro que leeremos este mes es "Lectura fácil", de Cristina Morales, una de las voces más potentes, creativas e inconformistas de la literatura actual. Contaremos con su presencia para poder comentar con ella su obra.

Dirigido a toda la población.

Viernes 4 de noviembre. De 17:30 a 19:30 h. *Online*.



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.

Te invitamos al visionado de la película “La Maternal” (2022), dirigida por Pilar Palomero, y a su debate posterior.

¡Anímate, y descubramos otra manera de hacer y ver cine!

La película nos adentra en la historia de Carla, una joven desafiante de 14 años, que es trasladada al centro para madres menores de edad “La Maternal”, donde conocerá a otras jóvenes en su misma situación con quienes se enfrentará a un nuevo mundo de adultos para el que no han tenido tiempo de prepararse.

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

Dirigido a toda la población.

Lunes 21 de noviembre. A las 17 h.

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

3

ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA

Actividades dirigidas a mejorar conocimientos y habilidades para prevenir y detectar la violencia machista.

CONVOCATORIAS

Conmemorando el 25N en la Red de Espacios de Igualdad: stop violencia de género

Cada año, el 25 de noviembre, Día Internacional de Eliminación de la Violencia Contra las Mujeres, reivindicamos nuestro derecho a ocupar el espacio público, a ser y estar y vivir sin discriminación y a construir una sociedad equitativa libre de violencias. Por ello, desde la Red de Espacios de Igualdad del Ayuntamiento de Madrid, te invitamos al acto conmemorativo con el fin de visibilizar que, aunque hemos alcanzado muchos logros, aún nos queda un largo camino por andar y que juntas lo conseguiremos.

Acompáñanos en la performance que tenemos preparada y sigamos construyendo una realidad sin violencia machista.

Dirigido a toda la población.

Viernes 18 de noviembre. De 11:30 a 13:30 h.

Punto de encuentro: Plaza Daoiz y Velarde.

Podcast: herramientas para luchar contra las violencias machistas

En este *podcast* te informaremos sobre:

- Cómo identificar y visibilizar actos de violencia machista
- Qué puedes hacer ante una situación de violencia machista propia o ajena
- Conocer los recursos especializados

Si quieres escucharlo, ponte en contacto con nosotras y te lo haremos llegar o accede a través de la web de OMC Radio.

En colaboración con OMC Radio

Dirigido a toda la población.

EVENTOS ARTÍSTICOS

Obra de teatro “Donde más duele”

Tras la representación de la obra “Donde más duele”, basado en un caso reciente de violencia de género que sacudió los medios de comunicación de nuestro país, la abogada del Espacio de Igualdad Clara Campoamor participará en el acto con una charla-coloquio abierta al público, para debatir acerca de este y de otros casos más actuales en los que estamos trabajando, con el fin de difundir la labor de los Espacios de Igualdad contra la violencia machista.

En colaboración con ParafernAlias Teatro.

Dirigido a toda la población.

Viernes 18 de noviembre. A las 19 h.

Lugar: Centro Cultural Miguel Hernández.

TALLERES, CURSOS, CONFERENCIAS

Buen trato a través del arte y el cuerpo

En este taller experiencial, a través de las artes, nos regalaremos un tiempo para nosotras, para escuchar nuestro cuerpo, nuestras emociones y necesidades. Un tiempo para focalizar en nuestros deseos y encaminarnos a satisfacerlos. Un tiempo para el autocuidado, la aceptación de una misma y aprender a respetarnos.

Facilita: Jana Pachón

Dirigido a mujeres

Jueves 10, 17 y 24 de noviembre. De 10:30 a 13 h.



Autodefensa contra la violencia machista

En este taller trabajaremos:

- El empoderamiento para ser las directoras de nuestras vidas
- La autoconfianza en nosotras mismas
- Los límites a través de la autodefensa física y jurídica
- La seguridad en situaciones de violencia

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

Dirigido a mujeres.

Martes 15 y 22 de noviembre. De 17:30 a 19:30 h.

Violencias invisibles: el amor en el centro de la vida

¿Es el amor a otras personas lo más importante de nuestra vida?

Entendemos que el amor es una manera especial de comunicarnos y a las mujeres nos enseñaron que el amor es el eje principal de la vida y a cuidar de las emociones, lo que nos hace dependientes.

El taller propone un análisis diferente, hablaremos de otro modelo de amor.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 16 y 23 de noviembre. De 17:30 a 19:30 h.

5

Detección y prevención de violencia de género en mujeres con discapacidad

La abogada del Espacio de Igualdad se desplazará a la Asociación de Discapacidad Física de Villaverde para sensibilizar sobre la necesidad de seguir trabajando en la igualdad e informar sobre cómo prevenir la violencia machista.

Actividad en colaboración con la Asociación de Discapacidad Física de Villaverde (AMIFIVI)

Dirigido a toda la población.

Lunes 21 de noviembre. Horario por confirmar.

Lugar: AMIFIVI. Pº Alberto Palacios, 13.





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: 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 8, 15, 22, y 29 de noviembre. De 17:30 a 19:30 h.

Expresión corporal y habilidades de comunicación

Hablamos mucho, comunicamos poco y apenas escuchamos. ¡Cambiemos este paradigma! En este taller aprenderemos, de manera práctica y lúdica, cómo comunicar a través de nuestro cuerpo.

Anímate y desarrollemos habilidades de comunicación no verbal para expresarnos en igualdad.

Facilita: Paloma Soroa

Dirigido a mujeres.

Martes 15, 22 y 29 de noviembre. De 11 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.

Lista de espera para siguientes ediciones.



Jueves 3, 10, 17 y 24 de noviembre. 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 2, 16, y 23 de noviembre. 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 con las Tejeclaras, 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 11 de noviembre. De 10:30 a 12:30.

Teatro invisible. Narrativa en las calles

Aprenderemos de manera práctica qué es aquello del "teatro invisible", una propuesta escénica de generación de debate a través de representaciones escénicas previamente preparadas en un espacio público, donde las personas espectadoras aún no saben que lo son.

Facilita: Artrics, Laboratorio de Creación.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 30 de noviembre. A las 16:30 h.



EMPODERAMIENTO LABORAL, DIGITAL Y/O JURÍDICO

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.

Grupo cerrado.

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

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 30 de noviembre de 17 a 19 h.

Creación de Podcast

¿Qué es un podcast? Un programa de radio transmitido a través de Internet a demanda. Eso significa que podremos escucharlo cuándo y cómo queramos.

¿Quieres aprender las herramientas para crearlo? ¡Únete al equipo!

En colaboración con OMC Radio.

Dirigido a mujeres.

Lunes 14, 21 y 28 de noviembre y 12 de diciembre. De 10:30 a 12:30

Educación financiera básica

¿Tienes a veces la sensación de que en los bancos hablan otro idioma? ¿Te sientes insegura al operar por Internet?

En este taller aprenderás conceptos de la operativa diaria (cuentas, tarjetas, comisiones, *bizum*, créditos rápidos); sobre la inflación, el euríbor, TAE y sobre cómo evitar los fraudes por Internet.

Facilita: Economistas Sin Fronteras.

Dirigido a mujeres.

Jueves 24 de noviembre. De 17:30 a 19 h. Online.





¿Cómo expresar LinkedIn en tu búsqueda de empleo?

Participar en una red social profesional como LinkedIn requiere método y estrategia para obtener buenos resultados. Vamos a darte pautas prácticas y sencillas para mejorar tu marca personal y tu red de contactos y para que explores nuevas oportunidades laborales.

Facilita: Alicia Sánchez Pedraza, Fundación Mujeres.

Dirigido a mujeres.

Lunes 28 de noviembre. De 10:30 a 13:30 h.

Cómo acceder a trabajar en la Administración Pública

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.

Martes 29 de noviembre. De 17 a 19:30 h.

9

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.

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 2, 16, 23 y 30 de noviembre. De 10:30 a 12:30 h.

Empoderamiento y liderazgo comunitario en mujeres mayores

Webinar destinado a profesionales de la salud y de la educación en el que profundizaremos, junto a las Lideresas de Villaverde, en el impacto del empoderamiento y del liderazgo comunitario en la salud de las mujeres mayores.

En colaboración con la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid.

Dirigido a profesionales.

Jueves 10 de noviembre. De 18 a 19:30 h. Online.

Buen trato y prevención de violencia de género

Actividad enmarcada dentro del Proyecto Transversal Madrid Violencia 0 (MVO)

Esta actividad se oferta al alumnado de 4º de la ESO del Instituto El Espinillo de Villaverde. Se realizarán diferentes talleres para sensibilizar sobre la necesidad de entablar relaciones de buen trato y para identificar las violencias machistas en su cotidianidad.

Actividad en colaboración con el IES El Espinillo.

Dirigido al alumnado de 4º de la ESO.

Del 7 al 18 de noviembre.

10

Ciberviolencia

La violencia contra las mujeres ha encontrado en Internet un nuevo contexto para desarrollarse: cibercontrol, ciberacoso sexista, ciberacoso sexual, sextorsión, *revenge porn*, *happy slapping*.

Actividad en colaboración con el CRPS Inés Marqués.

Dirigido a participantes del CRPS Inés Marqués.

Miércoles 16 de noviembre. De 16 a 18 h.

Qué hacer frente a la violencia machista

La abogada del Espacio de Igualdad se desplazará a dos centros de mayores del distrito para sensibilizar sobre la necesidad de seguir trabajando en la igualdad e informar sobre cómo prevenir la violencia machista.

Actividad en colaboración con los Centros de Mayores de Villaverde.

Dirigido a las personas usuarias de los Centros de Mayores de Villaverde.

Martes 22 en Centro de Mayores La Platanera. A las 10:30 h.

Viernes 25 de noviembre en Centro de Mayores Eduardo Minguito. A las 12 h



Conmemoración Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres

Jornada conmemorativa del 25 de noviembre, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, organizada por la Plataforma en Género, red comunitaria de Villaverde, integrada por recursos, entidades y asociaciones del distrito.

A lo largo de la mañana del día 25 se realizarán diversas actividades como talleres, performances, lectura del listado de feminicidios.

Actividad en colaboración con la Plataforma en Género.

Dirigido a toda la población.

Viernes 25 de noviembre. De 11 a 14 h.

Lugar: calle Berrocal (Butarque).

