



PROGRAMACIÓN FEBRERO 2023

“Creo que la tecnología resolverá todos nuestros problemas, incluidos los personales y científicos. Por eso las chicas necesitan módems.”

Jude Milhon, programadora y ciber activista. El 11 de febrero es el Día de la Mujer y la Niña en la Ciencia.

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.

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 febrero leeremos "Hamnet" de Maggie O'Farrell.

Dirigido a toda la población.

Viernes 3 de febrero. De 17:30 a 19:30 h.

Podcast Clara Campoamor: la mujer y la niña en la ciencia

Un podcast no es más que un programa de radio que se puede consumir cuando quieras en diferentes plataformas y dispositivos.

En esta grabación daremos visibilidad a mujeres que han dejado una huella importante en el mundo de la tecnología, para conmemorar el Día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia, con la colaboración de OMC Radio.

Dirigido a toda la población.

Lunes 6 de febrero. De 10:30 a 12:30 h.

HOMBRES POR LA IGUALDAD

Masculinidades, cine y feminismo: "Jonh Wayne que estás en los cielos"

¿Te has preguntado alguna vez cómo se aprende a ser hombre? ¿O qué modelos nos ha transmitido y sigue transmitiendo el cine? ¿O si hay algún cambio de modelos (heterogéneos y disidentes)?

Puedes encontrar las respuestas en el conversatorio que tendremos con Octavio Salazar, gran cinéfilo y experto en masculinidades. Autor de "John Wayne que estás en los cielos" y "La igualdad en rodaje"

Facilita: Octavio Salazar.

Dirigido a toda la población.

Viernes 10 de febrero. De 17:30 a 19:30 h. Online.



VISITAS Y PASEOS

Ruta de las mujeres que abrieron caminos: Clara Campoamor

Ruta conmemorativa de la figura de Clara Campoamor. Celebramos su cumpleaños paseando 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 y escritos.

Dirigido a toda la población.

Martes 7 de febrero. De 10:30 a 12:30 h.

Lugar: Plaza de España, entrada del Hotel Riu.

Visita a una sesión plenaria del Ayuntamiento de Madrid

Visitaremos la sala de plenos del Ayuntamiento de Madrid para presenciar una sesión plenaria y conocer el funcionamiento de la representación política de la ciudadanía en el gobierno municipal, con el objetivo de visibilizar la participación de las mujeres en la actividad política de nuestro municipio. Conoceremos su composición, organigrama y funcionamiento.

Dirigido a toda la población.

Martes 28 de febrero a las 9:15 h.

Lugar: Salón de Comisiones del Pleno, Casa de Cisneros, plaza de la Villa, 4.

EXPOSICIONES

“Reinas, diosas y ancestras” de Montserrat Anguiano

Visita a la exposición “Reinas, diosas y ancestras” de Montserrat Anguiano, en el Espacio de Igualdad Hermanas Mirabal, con motivo del mes de la historia negra. La artista afro catalana pinta lienzos enormes en los que combina una abstracción muy colorista con retratos de mujeres negras significativas.

Dirigido a toda la población.

Miércoles 15 de febrero a las 16 h.

Lugar: Espacio de Igualdad Hermanas Mirabal, c/ de Juan Pantoja 2.

CICLOS DE CINE

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

En el club de cine “Las Chicas del Celuloide” vemos y debatimos sobre cine. Conocemos a sus creadoras y las historias que inspiraron esas películas. Una propuesta de los Espacios de Igualdad Clara Campoamor y Juana Doña en colaboración con Cines Embajadores. ¡Anímate, y descubramos otra manera de hacer y ver cine! Este mes veremos la película “El techo amarillo”, de Isabel Coixet.

Dirigido a toda la población.

Lunes 27 de febrero. A las 16:45 h.

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





ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA

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

TALLERES, CURSOS, CONFERENCIAS

El arte de amar. Taller de buen trato en las relaciones afectivas a través del arte y del cuerpo

¿Por qué elijo parejas afectivas con las que acabo sufriendo? ¿Por qué, aunque a veces no me siento bien tratada, continúo en una relación amorosa? En este taller experiencial y a través de las artes, revisaremos cómo aprendimos el amor, en base a qué construimos nuestra autoestima y cómo esto afecta a nuestras relaciones. También practicaremos formas de buen trato hacia nosotras mismas y aprenderemos herramientas para sentirnos más completas y empoderadas.

Dirigido a mujeres.

Jueves 9, 16 y 23 de febrero y 2 de marzo. De 17 a 19:30 h.

Enredarse y desenredarse

Nuestra abogada acudirá como invitada al programa "Con mayor voz" en OMC Radio para debatir sobre la evolución de nuestras leyes en el ámbito de las relaciones de pareja, y cómo podrían mejorarse para lograr la igualdad efectiva entre mujeres y hombres.

En colaboración con OMC Radio

Dirigido a toda la población.

Lunes 13 de febrero. De 17 a 18 h.

4





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, *Diversas*

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.

Facilita: Ana Cuenca

Dirigido a mujeres.

Martes 7, 14, 21 y 28 de febrero. De 17:30 a 19:30 h.

Cuerpos libres. Taller de performance

En este taller nos adentraremos en el mundo del arte de la performance, conoceremos el trabajo de mujeres artistas en diferentes momentos históricos, conoceremos algunas técnicas y dinámicas corporales/teatrales y juntas diseñaremos una acción colectiva con nuestra creatividad y nuestros cuerpos de cara al próximo 8 de marzo.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 8, 15 y 22 de febrero y 1 de marzo. De 10:30 a 13 h.

Grupo de mujeres que hacen deporte

Hacemos un llamamiento a mujeres para participar en actividades deportivas y acceder al abanico de posibilidades que ofrece el distrito de Villaverde, con el objetivo de cuidar nuestra salud a través del deporte y hacerlo accesible a todas las mujeres.

Dirigido a mujeres.

Fecha y horarios a concretar.

Autoconocimiento sexual

¿Cuáles son tus necesidades y tus deseos en la búsqueda del placer? ¿Conoces tus límites y tus posibilidades?

El autoconocimiento es esencial para disfrutar libremente de la sexualidad.

La sexualidad abarca todo nuestro cuerpo, nuestros sentimientos y emociones, nuestras relaciones amorosas y cómo disfrutamos del contacto físico con otras personas y con nosotras mismas.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 15 y 22 de febrero. De 17:30 a 19:30 h.





BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL

Autoestima y género I: construcción y bases

¿Quieres reforzar tu autoestima? ¿Piensas que a las mujeres nos cuesta más tener una sana autoestima? ¿Necesitas trabajar el autoconocimiento?

El taller propone el fortalecimiento personal para asumir cambios y toma de decisiones para acompañar procesos de empoderamiento con el objetivo de aumentar nuestra calidad de vida.

Dirigido a mujeres.

Jueves 2, 9, 16 y 23 de febrero. De 10:30 a 12:30 h.

Nombrando lo invisible. La violencia intragénero en mujeres lesbianas y bisexuales

En este taller se conocerá de cerca la realidad de la violencia intragénero, poniendo nombre a muchas cuestiones invisibilizadas y silenciadas en mujeres lesbianas y bisexuales en edad adulta.

Se tratarán los estereotipos, prejuicios y roles que se han construido en torno a la identidad lésbica y bisexual a través de la expresión de género; los diferentes tipos de violencia que se dan en la violencia de género y cómo se producen los mismos mecanismos entre personas del colectivo LGTBI. Se tratarán violencias específicas que se dan en el marco de las parejas no heterosexuales. Por último, conoceremos herramientas para el cuidado del vínculo en las relaciones sexo-afectivas evitando situaciones violentas o agresivas.

Facilita: Alicia Ramos

Dirigido a mujeres.

Viernes 17 y 24 de febrero. De 17:30 a 19:30 h.

EMPODERAMIENTO ARTÍSTICO

Taller de estampación manual en tela

En este taller exploraremos las múltiples posibilidades de la estampación manual. Conectaremos con la artista que llevamos dentro, aprenderemos la técnica utilizando pinturas, papeles, telas y otros objetos variados y crearemos nuestros propios diseños feministas, para finalmente transferirlos a nuestras prendas, camisetas, bolsas o cualquier otra superficie textil que queramos transformar y reciclar, preparándonos para celebrar y reivindicar el 8M.

Facilita: Patricia Hernández Baena

Dirigido a mujeres.

Lunes 6, 13 y 20 de febrero. De 17:30 a 19:30 h.





Humor contra los males de amor

El sistema patriarcal fomenta que a menudo nos hayamos podido encontrar en situaciones muy desagradables o dolorosas en la experiencia amorosa debido a los mitos del amor romántico que tenemos inoculado como mujeres desde que nacemos.

Este taller es una propuesta en la que hacer algo desde lo teatral y lo plástico con las secuelas que nos puedan haber dejado las malas experiencias amorosas, utilizando el humor como herramienta principal. Se trata de una invitación a pensar, hacer y sentir juntas, de una manera activadora y creativa, que nos sorprenda y que nos mueva, que nos permita contactar con la imaginación y la poesía como acto de resistencia y de goce.

Facilita: Paloma Calle

Dirigido a mujeres.

Martes 14 y 21 de febrero. De 17:30 a 19:30 h.

Las *Tejeclaras*. Grupo itinerante de tejedoras urbanas

Desde las *Tejeclaras* desarrollamos la técnica del *yarn bombing* llenando de color el barrio, bolardos, árboles y marquesinas. Y ocupando así, el espacio con nuestras agujas y ovillos de lana. Queremos resaltar lo que permanece oculto, subrayar lo invisible y aprender tejiendo en grupo. Estamos deseando conocerte y seguir creciendo, te esperamos cada quince días en el Espacio de Igualdad Clara Campoamor (¡Y en las calles!)

Dirigido a mujeres.

Viernes 24 de febrero. De 10:30 a 12:30.

EMPODERAMIENTO LABORAL, DIGITAL Y/O JURÍDICO

Banca ética e inversión socialmente responsable

Explicaremos qué es la banca ética, en qué se diferencia de la banca tradicional y qué son las inversiones sostenibles.

Facilita: Economistas Sin Fronteras

Dirigido a mujeres.

Miércoles 8 de febrero de 11 a 12:30 h.

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 8 de febrero de 17 a 19 h. o martes 21 de febrero de 10:30 a 12:30 h.





Competencias digitales: comunicación y colaboración online

Las competencias digitales implican un uso responsable y crítico de la tecnología para alcanzar objetivos relacionados con la empleabilidad, el aprendizaje, el uso del tiempo libre, la inclusión y la participación en la sociedad. En este taller trabajaremos sobre:

- Interactuar y compartir a través de tecnologías digitales
- Participación ciudadana y colaboración a través de tecnologías digitales
- Comportamiento en la red
- Gestión de la identidad digital

Dirigido a mujeres.

Miércoles 15 y 22 de febrero. De 17 a 19 h.

Cómo buscar empleo por Internet

¿Te lías cuando navegas por una página web? ¿Quieres sacarle todo el jugo y encontrar toda la información? ¿Quieres localizar la forma de enviar el currículum a una empresa a través de su página web y no sabes cómo hacerlo? Aprenderemos de forma fácil, entretenida y divertida:

- Como buscar empresas por internet del sector que quieres trabajar
- Como moverte por la página web sin perderte
- Como enviarles tu currículum de diferentes maneras

Facilita: Helena Sánchez

Dirigido a mujeres.

Lunes 27 de febrero. De 17 a 19:30 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 aula y Biblioteca de préstamo gratuito Si deseas más información, ponte en contacto con nosotras.

Camino del empoderamiento

El curso consta de cinco módulos, de octubre 2022 a junio 2023. Trabajaremos herramientas para la autoestima y la comunicación, así como para la búsqueda de empleo, las herramientas tecnológicas y los derechos laborales. De enero a febrero dedicamos 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 la Congregación de las Siervas de San José.

Dirigido a mujeres en riesgo de exclusión de su Congregación.

Miércoles 1, 8, 15 y 22 de febrero. De 10:30 a 12:30 h.

Las *Tejeclaras*: grupo itinerante de tejedoras urbanas

Desde las *Tejeclaras* desarrollamos la técnica del *yarn bombing* llenando de color el barrio, bolardos, árboles y marquesinas. Y ocupando así, el espacio con nuestras agujas y ovillos de lana. Queremos resaltar lo que permanece oculto, subrayar lo invisible y aprender tejiendo en grupo. En esta ocasión el grupo ofrecerá un taller en el CRPS de Villaverde.

Dirigido a personas usuarias del CRPS de Villaverde.

Viernes 10 de febrero. De 10:30 a 12:30 h.

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 27 de febrero. De 10:30 a 13:30 h.

Promoción del buen trato

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

Esta actividad se oferta al alumnado del Instituto Villaverde. Se realizarán diferentes talleres 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 Villaverde.

Fechas y horarios a concretar.





Presentación Plataforma Madrid Violencia Cero

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

Tres Jornadas de presentación del proyecto y de la plataforma Madrid Violencia 0 a recursos educativos de primaria, de secundaria y de la educación no formal del distrito. El objetivo es que conozcan los recursos formativos de la web.

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

Dirigido a recursos y agentes sociales.

Miércoles 1, 8 y 15 de febrero. A las 10:30 h.

Lugar: Salón de Actos de la Junta del Distrito de Villaverde.

