



PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 2023

No estoy aceptando las cosas que no puedo cambiar, estoy cambiando las cosas que no puedo aceptar.

Angela Davis, activista afrodescendiente.

El 25 de noviembre se conmemora el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

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 que habremos leído previamente. Disfrutaremos de la lectura enriqueciéndonos con las aportaciones del grupo.

Este mes leeremos *Una voz escondida* de Parinoush Saniee.

Dirigido a toda la población.

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

ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA

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

EVENTOS ARTÍSTICOS

Representación teatral *Los monólogos de los invisibles*

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

En colaboración con el Espacio de Igualdad Juana Doña os invitamos a estos monólogos. Un grupo de hombres, en confianza, hablando de mujeres. Cada uno se expresa con total naturalidad y sin pudor, solo lo escuchan otros hombres que, como espejos, serán su reflejo. Pero el público está allí, escuchando sin ser visto, y, al finalizar los monólogos, podrá preguntar todo aquello que desee.

Karrankas producciones.

Dirigido a toda la población.

Jueves 2 de noviembre. A las 19 h.

Inscripciones en el Espacio de Igualdad Juana Doña: 91 588 17 18.

Lugar: Auditorio Nuevas Dependencias. Paseo de la Chopera, 6.





Cantando por el buen trato

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Un año más, para conmemorar el 25 de noviembre, hemos preparado un evento artístico para denunciar la violencia y reivindicar el buen trato. Para ello contaremos con la actuación del coro *Diversas* del Espacio de Igualdad Clara Campoamor. No os dejarán indiferentes ni sus voces ni sus cantos.

Dirigido a toda la población.

Martes 21 de noviembre. A las 18 h.

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

Recogida de entradas gratuitas desde el lunes 20 en el Centro Cultural Santa Petronila.

VISITAS Y PASEOS

Ruta *Madrid y la caza de brujas*

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Para conocer qué ha representado la caza de brujas y recuperar la memoria de las mujeres acusadas de brujería, realizaremos una ruta por las calles de Madrid que fueron escenario de estos hechos históricos.

Dirigido a toda la población.

Lunes 13 de noviembre. A las 16:30 h.

Lugar de encuentro: Plaza de Santo Domingo.

Visita al Observatorio contra la Violencia Doméstica y de Género

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Visitaremos el Observatorio contra la violencia de género y doméstica, con el fin de conocer el trabajo que desarrolla e intercambiar cuestiones relacionadas con el abordaje de la violencia de género por parte de esta institución.

Dirigido a toda la población.

Jueves 16 de noviembre. A las 12:15 h.

Lugar: Calle del Marqués de la Ensenada, nº 8.

TALLERES, CURSOS, CONFERENCIAS

Buen trato a través del arte y el cuerpo

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Un tiempo para nosotras, para escucharnos y focalizar en nuestros deseos. Un tiempo para el autocuidado, la aceptación de una misma y aprender a respetarnos a través del arte y el cuerpo.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 15, 22 y 29 de noviembre. De 10:30 a 13h.



Autodefensa jurídica

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Simularemos en un juicio para adquirir conciencia de la importancia de tener una buena protección ante cualquier situación de violencia sobre las mujeres.

En la primera sesión se darán pautas y materiales a trabajar sobre los derechos que se van a trabajar en el juicio y en la segunda sesión simularemos el juicio.

Dirigido a mujeres.

Viernes 17 y 24 de noviembre de 17:30 a 19:30h

Re(construyendo)nos II. Taller para hombres que se hacen preguntas

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Taller para hombres dirigido a analizar las relaciones de poder entre mujeres y hombres, creando un espacio para pensar el cambio individual y colectivo.

Facilita: Olmo Morales Albarrán

Dirigido a hombres.

Viernes 17 y 24 de noviembre. De 17 a 20 h.

Lugar: viernes 17 en E.I. Clara Campoamor y viernes 24 en E.I. Juana Doña.

Mujeres que hacen deporte: autodefensa.

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Aprenderemos a desarrollar la autoconfianza para poner límites a través de la autodefensa física y cómo responder a la violencia de forma segura.

Facilita: Beatriz Herranz

Dirigido a mujeres.

Lunes 20 y 27 de noviembre. De 17:30 a 19:30h.

Aprende a hacer *lettering*

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

El *lettering* es una técnica que consiste en dibujar letras a mano de forma creativa, pudiendo mezclar diferentes estilos, tamaños, efectos. ¡Apúntate para ponerlo en práctica!

Dirigido a toda la población.

Miércoles 22 de noviembre. De 17:30 a 19:30h.

Contra la manipulación: autodefensa emocional

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Tomaremos conciencia de las estrategias que se utilizan en la manipulación y aprenderemos para que no abusen de nosotras.

Dirigido a mujeres.

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



CONVOCATORIAS

Acto conmemorativo de la Planta Forma en Género de Villaverde

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

A lo largo de la mañana, esta red comunitaria de Villaverde integrada por recursos, entidades y asociaciones del distrito, realizaremos diversas actividades (talleres, performances, lecturas, conciertos) para conmemorar el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Dirigido a toda la población.

Viernes 24 de noviembre. De 11 a 14h.

Lugar: Parque Ciudad de Los Ángeles. C/ Anoeta, 14.

Encuentro de autodefensa feminista

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Queremos reunir a todos los grupos de autodefensa de la Red de Espacios de Igualdad y todas las mujeres que quieran participar, para encontrarnos en el Retiro, poder compartir sinergias y realizar una clase grupal de autodefensa. La autodefensa feminista no consiste solo en aprender a defenderse de agresiones. Se trata también de querernos a una misma, perder el miedo, crear vínculos y apoyo mutuo entre nosotras. No es necesario haber practicado autodefensa previamente.

Dirigido a mujeres.

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

Lugar: Nave Ternereras (Matadero Madrid). Paseo de la Chopera, 10

EXPOSICIONES

Exposición fotográfica *Buentrato*

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Exposición de las fotografías creadas en el taller "Fotografía para el buen trato", realizado en el Centro de Mayores La Platanera. Se retrataron diferentes aspectos de la violencia machista y sus fases hasta su reparación o sanación, dando cuenta de la fuerza de las mujeres y la importancia de encontrarse con otras mujeres para su recuperación. Contaremos con las autoras de las fotos que nos hablarán del proceso creativo.

Dirigido a toda la población.

Presentación: lunes 20 de noviembre. A las 13 h.

Exposición del 20 de noviembre al 1 de diciembre.

Lugar: Centro Mayores La Platanera, C/ Concepción de la Oliva, 1





CICLOS DE CINE

Club de Cine. Visionado de películas, debate y encuentro con creadoras

Actividad conmemorativa del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.

Actividad enmarcada en el Proyecto Transversal *Madrid Ciudad Segura para Mujeres y Niñas*.

Desde el club de cine "Las Chicas del Celuloide", vemos, debatimos y aprendemos sobre cine con quienes han creado e inspirado estas películas. Una propuesta de los espacios de Igualdad Clara Campoamor, Berta Cáceres y Juana Doña en colaboración con Cines Embajadores.

Este mes veremos la película *O Corno*, de Jaione Camborda.

Dirigido a toda la población.

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

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

ACTIVIDADES DE EMPODERAMIENTO

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

6

BIENESTAR FÍSICO

Coro de mujeres *Diversas*

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.

Grupo cerrado.

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

BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL

Cómo acompañar en un proceso de duelo

Este es un espacio para compartir y conversar sobre todo lo que rodea al duelo a través de temáticas que nos permitan reflexionar y conectar con la vida.

Facilita: Virginia Garrido

Dirigido a mujeres.

Jueves 23 de noviembre. De 10:30 a 12:30 horas.



EMPODERAMIENTO ARTÍSTICO

Laboratorio de investigación y creación teatral

En este laboratorio anual exploraremos juntas nuevos relatos e identidades, rescataremos la vida de mujeres olvidadas y denunciaremos el machismo a través de las artes escénicas y de acción.

Aprenderemos técnicas de expresión corporal, teatro, danza libre y performance.

Nos acercaremos a textos de dramaturgas, escribiremos nuestros propios textos y los pondremos en escena.

Dirigido a mujeres.

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

Grupo de ganchillo de tejedoras urbanas

Actividad enmarcada en el Proyecto Transversal *Madrid Ciudad Segura para Mujeres y Niñas*.

En el grupo de ganchillo 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.

Estamos deseando conocerte y seguir creciendo, te esperamos cada quince días en el Espacio de Igualdad Clara Campoamor.

Dirigido a mujeres.

Viernes 10 y 24 de noviembre. De 10:30 a 12:30 h.

7

EMPODERAMIENTO LABORAL, DIGITAL Y/O JURÍDICO

1, 2, 3... ¡A emprender!

Taller en colaboración con la entidad Nantik Lum y con la Red de Espacios de Igualdad, dirigido a aquellas mujeres que, o bien se plantean el trabajo por cuenta propia como alternativa laboral, aclarando conceptos básicos sobre emprendimiento, o bien tienen un negocio iniciado y les gustaría saber cómo consolidarlo obteniendo ingresos regulares y estables.

Facilita: Entidad Nantik Lum

Dirigido a mujeres.

Martes 7 de noviembre. De 10 a 11:30h.

Lugar: Espacio de Igualdad María Telo, c/ Camino de los Vinateros, 51

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.

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



Practica inglés conversando

¿Necesitas practicar tu inglés por motivos laborales? ¿Quieres viajar y necesitas el inglés para entenderte con los nativos? ¿Tienes un nivel medio de inglés y necesitas desempolvarlo? Ven a practicar tu inglés conversacional de la mano de una profesora nativa norteamericana.

Dirigido a mujeres.

Martes 7, 14, 21 y 28 de noviembre. De 10:30 a 12:30 h.

Aula digital: Hedy Lamarr

Actividad enmarcada en el Proyecto Transversal *Madrid Ciudad Segura para Mujeres y Niñas*.

¿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.

Lunes 20 de noviembre de 10:30 a 12:30 h o miércoles 29 de noviembre de 17 a 19h.

Itinerario formativo en Competencias Digitales

Este itinerario consta de 4 sesiones y tendrá como objetivo acercarse al mundo de la programación:

- Maquetación básica. Martes 7 de noviembre de 17 a 19h.
- Disfruta programando. Miércoles 8 de noviembre de 17 a 19h.
- Aprende rompiendo los códigos. Martes 14 de noviembre de 17 a 19h.
- Programa como una desarrolladora. Miércoles 15 de noviembre de 17 a 19h.

Dirigido a mujeres.

Lugar: FACTORIA F5, C/Fernando Poo, 25 Bjs.

No son necesarios conocimientos previos.

Si estás interesada ponte en contacto con el Espacio de Igualdad.

Si no puedes realizar el itinerario en esas fechas, contacta con el Espacio para próximas ediciones.

Talleres de Descubrimiento de Competencias Digitales

Los talleres tendrán como objetivo facilitar el acercamiento al mundo digital y al mundo de la programación. Apúntate a los que te interesen:

- ¡Programar mola!. *Online*. Lunes 20 de noviembre de 17 a 19h.
- AI4All (Inteligencia artificial). *Online*. Lunes 20 de noviembre de 17 a 19h.
- Ciberseguridad es para ti. *Online*. Martes 14 de noviembre de 17 a 19h.
- Taller de Creación de Videojuegos 2D simple. *Online*. Lunes 27 de noviembre de 17 a 19h.
- Cloud es para ti. *Online*. Lunes 27 de noviembre de 17 a 19h.
- Sumérgete en el Metaverso. *Presencial*. Lunes 6 de noviembre de 17 a 19h.

Dirigido a mujeres.

Si estás interesada ponte en contacto con el Espacio de Igualdad.

No son necesarios conocimientos previos. Si no tienes ordenador, podrás acercarte a la sede (FACTORIA F5, C/Fernando Poo, 25 Bjs), y realizar en ella el taller elegido.

Si no puedes realizar el taller en las fechas indicadas, contacta con el Espacio para próximas ediciones.





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.

Qué hacemos en los Espacios de Igualdad contra la violencia de género

A través de este taller comprenderemos qué es la violencia de género y qué función tienen los Espacios de Igualdad para prevenirla y detectarla.

Actividad en colaboración con la Fundación Juan XXIII.

Dirigido las personas voluntarias de la Fundación.

Jueves 2 de noviembre. De 10:30 a 12:30h.

Detección de la violencia de género en la intervención con mujeres

A través de este taller comprenderemos qué es la violencia de género, cómo detectarla en nuestro día a día profesional y qué función tienen los Espacios de Igualdad para prevenirla y detectarla.

Actividad en colaboración con el Centro de Salud de San Cristóbal.

Dirigido al personal sanitario.

Lunes 6 de noviembre. De 14 a 15 h.

Fotografía y buen trato

Actividad enmarcada en el Proyecto Transversal *Madrid Ciudad Segura para Mujeres y Niñas*.

Taller de fotografía con el móvil, donde aprenderemos a utilizar la cámara de nuestro dispositivo, así como los principios de composición fotográfica e iluminación. Practicaremos juntas y de forma individual. Para finalizar, haremos una exposición en torno al 25 de noviembre con las imágenes seleccionadas en relación al buen trato.

Actividad en colaboración con el Centro Municipal de Mayores de "La platanera".

Dirigido a la población usuaria de los Centros de Mayores de Villaverde.

Grupo cerrado.

Miércoles 8, 15 y 22 de noviembre. De 11:30 a 13:30h.

Inscripción en el teléfono 621214351 (Beatriz). O en beatrizdinamizacionvillaverde@sanivida.es

Sexualidad para hombres

En este taller dirigido a hombres nos centramos en la sexualidad como elemento fundamental en nuestras vidas abarca todo nuestro desarrollo. De cómo la compartamos y de cómo se satisfacemos nuestros deseos va a depender que generemos espacios y experiencias más igualitarias, consentidas y seguras para las personas con las que convivimos.

Facilita: Olmo Morales Albarrán

Actividad en colaboración con el Centro de Rehabilitación Psicosocial de Villaverde

Dirigido a hombres usuarios del CRPS.

Miércoles 8 y 15 de noviembre. De 12 a 13:30h.





Camino del empoderamiento

Colaboramos 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, las herramientas tecnológicas y los derechos laborales.

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

Dirigido a mujeres en riesgo de exclusión.

Miércoles 8, 15, 22 y 29 de noviembre. De 10:30 a 12:00 h.

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.

Te invitamos a realizar esta actividad para poner nombre a los ciberdelitos machistas, cómo prevenirlos, qué podemos hacer para proteger nuestra privacidad y cómo denunciarlos en caso de ser víctimas.

Actividad en colaboración con el Centro Municipal de Mayores María Zambrano.

Dirigido a socias de los Centros de Mayores de Villaverde.

Miércoles 15 de noviembre. De 12 a 13:30h.

Lugar: Centro de Mayores María Zambrano. Pl. Pinazo, 1

Inscripciones: yessedinamizacionvillaverde@gmail.com y 621232238 y presencial en el centro de mayores (martes y jueves de 10 a 14h).

10

Empoderamiento y promoción del coliderazgo en equipos de mujeres

Acompañamos a grupos informales de mujeres a expandir su coherencia intraorganizacional, su capacidad de observarse desde diferentes puntos de vista y su inteligencia relacional.

Dirigido a Las Lideresas de los Centros de Mayores de Villaverde.

Lunes 27 de noviembre. De 10:30 a 13:30 h.

