



PROGRAMACIÓN OCTUBRE 2019

Repensar la ciudad desde una perspectiva feminista es dejar de producir espacios desde una lógica productivista y mercantilista y empezar a pensar en entornos que prioricen a las personas que los van a utilizar. Que los espacios estén adaptados a las diferentes necesidades de las personas y no que las personas se adapten a las condiciones del espacio. Poner a las personas en el centro, visibilizando la diversidad de experiencias y necesidades, sin tratar de homogeneizar los usos y actividades en el espacio urbano. Por eso, frente a la ciudad funcionalista, las Smart Cities u otros paradigmas alejados de la realidad de las personas, nosotras proponemos la ciudad cuidadora.

Blanca Valdivia Gutiérrez, socióloga del
Collectiu Punt 6

ESCUELA DE EMPODERAMIENTO¹

AUTOESTIMA Y GÉNERO (NIVEL II): LAS HERRAMIENTAS

Este segundo nivel de Autoestima propone dos herramientas, una de ellas es identificar nuestro diálogo interno y convertirlo en una voz objetiva y amable, reeducando nuestros pensamientos irracionales y negativos para reforzar nuestra autoestima. Otra herramienta es la comunicación asertiva que promueve una habilidad estrechamente ligada al respeto

¹ Actividades dirigidas a mujeres. Es necesario inscripción para participar en cualquier actividad.

por una misma y por otras personas. Se propone entrenar la capacidad de relacionarse con las demás personas de igual a igual. Sólo quien posee una adecuada autoestima, quien se aprecia y valora a sí misma, podrá relacionarse con las demás en el mismo plano. Es necesario señalar que el sistema y la educación sexista dificultan más estas habilidades en las mujeres.

Lunes 7, 14, 21 y 28 de octubre
Horario: 10.30 a 12.30 horas

APRENDE A UTILIZAR TU MÓVIL. Uso eficaz y seguro de la tecnología móvil

- Funcionamiento básico del dispositivo móvil: alfabetización tecnológica, iconos, configuración.
- Descarga de aplicaciones cotidianas: Gmail, WhatsApp y uso de Play Store.
- Seguridad, privacidad y atención al acoso cibernético.
- Redes sociales y gestiones telemáticas: WhatsApp, Facebook, etc.

Martes 8 y 15 de octubre
Horario: 17.00 a 19.30 horas

AUTOESTIMA Y GÉNERO (NIVEL I): LAS BASES

Las condiciones de desigualdad de género están relacionadas directamente con la autoestima. Cuando las mujeres ponen conciencia e incorporan nuevas formas de relacionarse consigo mismas y con otras personas, con mirada feminista, ganan en calidad de vida.

Desde este punto de partida, abordaremos el autoconocimiento, la autoaceptación, la autoafirmación y la asunción de responsabilidades

Miércoles 9, 16, 23 y 30 de octubre
Horario: 17.30 a 19.30 horas

SINVERGÜENZAS

Laboratorio de investigación y creación teatral

En este laboratorio escénico exploraremos nuevos relatos e identidades, pondremos en escena la vida de mujeres olvidadas y denunciaremos el machismo.

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

Nos acercaremos y pondremos en escena textos de dramaturgas. Nos dejaremos inspirar por otras disciplinas artísticas, como la fotografía, la pintura, la poesía, el cine y por el trabajo de otros colectivos artísticos.

Miércoles 2, 9, 16, 23 y 30 de octubre
Horario: de 17.00 a 19.00 horas

FOTOGRAFÍA URBANA

Aprenderemos nociones básicas de composición fotográfica para sacarle el mayor partido a nuestra cámara (puede ser la del móvil).

Haremos salidas urbanas para realizar fotografías con un tema común.

Seleccionaremos las fotos que más nos gusten y las intervendremos artísticamente a través del fotobordado, collage y otras técnicas plásticas.

Realizaremos una exposición con las obras finales durante el mes de noviembre

Jueves 10, 17, 24 y 31 de octubre
Horario: de 17.30 a 19.30 horas

TALLER DE RAP

En este taller con la rapera **Emi Rap**, aprenderemos a crear nuestras propias canciones en varias fases:

- ♫ Puesta en común de las injusticias que vivimos como mujeres.
- ♫ Convertir nuestras ideas y experiencias en material para nuestra canción.
- ♫ Recursos y técnicas de rap: rima, ritmo y mensaje. Compás y estribillo.
- ♫ Grabación del tema

Lunes 14, 21 y 28 de octubre y 4 de noviembre
Horario: de 17.30 a 19.30 horas

TALLER DE AUTODEFENSA

Fomenta tu rol activo e independiente para poder salir de las agresiones en este taller donde aprenderás:

Qué derechos te amparan ante una agresión y dónde puedes acudir.

Técnicas de autodefensa en caso de ataques contra tu persona.

A poner límites ante las distintas situaciones de violencias machistas a través de la integración de la esfera física, mental y emocional.

Aumentar la confianza en ti misma a través de la gestión de tu espacio personal y la realización de tus deseos.

Martes 22, y 29 de octubre y 5, 12, 19 y 26 de noviembre

Horario: 17.00 a 19.00 horas

TALLER DE FINANZAS PARA NO FINANCIERAS

En este taller conoceremos el funcionamiento del sistema financiero:

1. Introducción a la Economía doméstica: diferentes formas de llevar una correcta gestión de las cuentas. Se ofrecerán diferentes herramientas: presupuesto familiar y control del presupuesto. La importancia del ahorro y claves para conseguirlo.

2. Conceptos financieros básicos: diferentes tipos de cuentas, tarjetas, Inversión versus financiación, préstamo, crédito, hipoteca, aval, tipo de interés, TAE, EURIBOR, CIRBE, ASNEF, intereses de demora, fondo de inversión, fondo de pensiones, seguros, renta fija, renta variable, etc.

3. ¿Cómo funciona el sistema financiero actual? ¿Qué son las finanzas éticas?

² Actividades dirigidas a toda la ciudadanía. Es necesario inscripción para participar en cualquier actividad

4. Nuevas tecnologías: Banca digital. Proponemos una simulación financiera de procesos básicos a realizar como consumidora.

5. Nuestros derechos como consumidoras.

Miércoles 23 de octubre

Horario: 10.30 a 13.30 horas

ESCUELA DE EQUIDAD²

TARDE RADIOFÓNICA. Programa de radio en directo dedicado a las fronteras en la ciudad

En este programa debatiremos sobre cómo se vive la ciudad y, en concreto, Villaverde, desde los diferentes cuerpos e identidades (de género, raciales, sexuales, de edad, funcionales) y desde una perspectiva de género.

- **Las fronteras visibles:** las dificultades de acceso para la movilidad, el uso del transporte y de las instalaciones públicas.
- **Las fronteras invisibles:** discriminaciones por razón de origen, color de piel, cultura, etc.

Contaremos con AMIFIVI y con Zenib Laari, campeona del mundo en Kenpo Karate y vecina del barrio de San Cristobal.

Miércoles 2 de octubre

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

LENGUAJE Y FEMINISMOS. Todas y todos, todxs, todes, tod@s... ¿Cómo lo digo?

¿Es sexista o excluyente decir "todos"?

¿Qué relación tiene este debate con la manera en que distintos feminismos entienden el concepto de igualdad?

¿Qué implicaciones tienen las alternativas a "todos" que se están proponiendo?

¿Cómo nos afectan los cambios en el lenguaje?

Viernes 11 y 25 de octubre
Horario: 17.30 a 20.00 horas

MUSAS INSUMISAS. Visita guiada a la exposición en el Museo Reina Sofía.

La exposición "*Musas insumisas*" aborda la singular figura de Delphine Seyrig (1932-1990) y toma como punto de partida su trabajo como actriz para adentrarse en su obra como vídeo-realizadora junto con otras activistas feministas de su entorno.

Películas, vídeos, fotografías, documentos y materiales de archivo dialogan en secciones que muestran las preocupaciones políticas que el movimiento feminista puso sobre el tapete en ese momento histórico, y que resuenan en problemáticas que conciernen al arte y la política de hoy.

Miércoles 16 de octubre
Horario: 11.00 a 13.00 horas

Lugar: Museo Reina Sofía. Entrada grupos.
Edificio Nouvel.

VERDE, TE QUIERO VERDE. Taller de diseño y creación de jardines urbanos vecinales.

Diseñaremos las zonas verdes urbanas y conoceremos experiencias de **jardinería vecinal en la ciudad**.

Aprenderemos herramientas para el diseño y mantenimiento de pequeñas intervenciones en los alcorques y zonas ajardinadas urbanas.

Crearemos un **pequeño jardín urbano** en los alrededores del Espacio Clara Campoamor.

Jueves 17, 24 y 31 de octubre
Horario: de 10.30 a 13.30 horas

TRAMANDO BARRIOS. Ruta por San Cristóbal de Los Ángeles.

Tiene fama de ser el peor barrio de Madrid y, sin embargo, San Cristóbal es **uno de los barrios más movilizad**os y con más iniciativas comunitarias de la ciudad. En esta actividad:

- ★ Repasaremos su historia y cómo se ha ido construyendo gracias al esfuerzo vecinal (el viernes en aula).
- ★ Recorreremos sus **rincones más emblemáticos** y conoceremos las **iniciativas vecinales** y comunitarias más novedosas (el sábado por el barrio).

Viernes 18 de octubre
Horario: de 17.30 a 19.30 horas

Sábado 19 de octubre
Horario: de 10.30 a 12.30 horas

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 de las demás.

Viernes 25 de octubre

Horario: de 17.30 a 19.30 horas

JORNADA MUJERES Y URBANISMO

Para dar un marco teórico-práctico a la temática de la programación de los Espacios de Igualdad de este cuatrimestre, organizamos una jornada sobre Urbanismo Feminista.

La jornada está pensada desde un enfoque metodológico de reflexión-acción: comenzando desde un marco teórico y concluyendo con experiencias prácticas.

El objetivo de la jornada es conocer qué aporta el urbanismo feminista a la construcción de un modelo de ciudad, y acercar experiencias prácticas que puedan ser extrapolables al distrito de Villaverde. Para poder cumplir con este objetivo seleccionamos ejemplos de experiencias tanto metodológicas de fomento de la participación de las mujeres, como de intervención artística. Contamos en la planificación de la jornada con las asociaciones vecinales del distrito, así como con otros agentes del tejido social.

Sábado 26 de octubre

Horario: de 9.30 a 14.30 horas

TRABAJO COMUNITARIO EN RED Y COLABORACIONES CON ENTIDADES Y GRUPOS DE MUJERES DEL DISTRITO

EMPODERAMIENTO Y REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL

En este cuatrimestre colaboramos con el Centro de Rehabilitación Psicosocial de Villaverde realizando un taller al mes para un grupo de mujeres con el objetivo de aumentar la sensibilidad y la prevención ante la violencia de género.

En octubre trabajaremos las habilidades de comunicación.

Miércoles 9 de octubre

Horario: 10.30 a 12.30 horas

“NO SÓLO DUELEN LOS GOLPES”

Durante los meses de octubre y noviembre realizaremos una campaña de prevención de violencia de género, dirigida al alumnado de Educación Secundaria Obligatoria.

En primer lugar se realizará un pase del monólogo "No sólo duelen los golpes" de Pamela Palenciano. A este monólogo asistirá el alumnado y el profesorado del IES "Ciudad de los Ángeles".

Con posterioridad, y con el objetivo de recoger lo que han visto y sentido en el monólogo, realizaremos los talleres en el aula. Son talleres de dos horas de duración, y se llevarán a cabo durante los meses de octubre y noviembre.

Lunes 14 de octubre

Horario: 10.30 a 12.30 horas

OTROS SERVICIOS:

ATENCIONES INDIVIDUALIZADAS

- ➔ Asesoría jurídica.
- ➔ Apoyo psicológico.
- ➔ Acompañamiento para el desarrollo profesional.
- ➔ Acompañamiento para la creación y mantenimiento de grupos y equipos.
- ➔ Detección y prevención de violencia de género.

Pide cita previa en el teléfono del Espacio o a través de Línea Madrid (en el 010 o Internet: www.madrid.es/citaprevia).