



PROGRAMACIÓN SEPTIEMBRE 2021

“La libertad se aprende ejerciéndola”

Clara Campoamor

La Red Municipal de Espacios de Igualdad inicia cuatrimestre con una nueva programación bajo la temática **“El poder de las decisiones”**, continuando con un hacer y decir constante y permanente por parte de toda la sociedad: NO a la VIOLENCIA DE GÉNERO. A través de todas nuestras actividades y talleres, desaprenderemos los mandatos de género, reinventaremos las normas para construir una ciudad sin violencia contra las mujeres, conoceremos los recursos sociales, personales e institucionales que ayudan a poner fin al acto manifiesto más brutal de la desigualdad de género. También recuperaremos de forma segura el uso de los espacios públicos, haremos frente a los malestares de género intensificados por la pandemia, crearemos redes de apoyo y utilizaremos las nuevas tecnologías para generar espacios libres de violencias de género.

Este mes, además, hablaremos sobre sexualidad, economía, deporte e igualdad salarial, volvemos a cantar y viajar juntas, conocemos a las Dibujantas y seguimos aprendiendo en colectivo de la mano de la tecnología.

Laboratorio fotográfico para la sanación colectiva frente a las violencias machistas **Sanando en RED**

Con motivo del 25N, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, la Red Municipal de Espacios de Igualdad nos unimos para crear una exposición fotográfica en el marco del proyecto **“Empoderar-t”**.

A través de ella, visibilizamos el papel **transformador y sanador de las mujeres** frente a las violencias machistas.

1

¿Quieres crearla y ser la protagonista?
Participa en este taller de dos sesiones y sana con nosotras en red.

Miércoles 22 de septiembre de 18.30 a 20h.
Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Las actividades presenciales serán con grupos reducidos, por medidas de seguridad sanitaria; siendo obligatorio el uso de la mascarilla y la distancia interpersonal.

ESCUELA DE IGUALDAD

Actividades dirigidas a la población en general para contrarrestar la invisibilización a la que la historia ha sometido a las mujeres y sus contribuciones en todos los campos del saber, reparando este agravio histórico y reconstruyendo una memoria colectiva que las sitúe en el lugar que merecen.

Mujeres con historia.

90 años del voto femenino

El 1 de octubre celebramos 90 años del voto femenino. Pero, ¿cómo ocurrió? ¿Quiénes fueron las protagonistas de este gran logro por la igualdad? En este encuentro conoceremos la vida de tres diputadas que tuvieron escaño en el Congreso de los Diputados con la proyección de vídeos contados de una manera muy especial; a través de las lideresas del Espacio. ¿Te apuntas?

Jueves 30 de septiembre de 18 a 19.30h.

Actividad para la población en general. Necesaria inscripción previa. Modalidad online.

Igualdad salarial: ¿Mito o realidad?

¿Crees que hay discriminación entre mujeres y hombres en materia salarial? ¿Conoces medidas específicas para hacer efectivo el derecho a la igualdad de trato en el empleo? Por el Día Internacional de la Igualdad Salarial responderemos a estas preguntas y muchas más. Participa y descúbrelo con la abogada.

Lunes 27 de septiembre de 17 a 18.30h.

Actividad para la población en general. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Cambia el cuento: educando en igualdad

Los buenos tratos pueden enseñarse. Sin embargo, a veces no sabemos cómo y nos faltan herramientas para pasar de la teoría a la práctica. Te invitamos a participar en la segunda edición de este taller: un proceso de aprendizaje para cambiar los cuentos de princesas que necesitan ser salvadas y hombres insensibles. Un espacio donde adquirir habilidades para **fomentar una cultura coeducativa**.

Martes 14 de septiembre de 18 a 19:30h.

Actividad dirigida a AMPAS, madres, padres y/o agentes coeducativos. Necesaria inscripción previa. Modalidad online.

Una carrera de fondo: mujeres en el deporte

En el deporte todas jugamos, y además, queremos **jugar en igualdad**. En este encuentro vamos a hablar sobre las mujeres y el deporte, cómo lo vivimos y sobre todo aquello que los Juegos Olímpicos Tokyo 2020 nos enseñaron.

Jueves 9 de septiembre de 11 a 12.30h.

Actividad para la población en general. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

¡Que viene el lobo!

Los cuentos que nos contaban

¿Te has parado a recordar los cuentos que te contaban en la infancia? ¿Si los escucharas ahora, te gustarían? Te invitamos a crear una fábula diferente: traeremos aquellos cuentos que nos narraron y le daremos una nueva historia y un nuevo final con una mirada de género.

Lunes 13 de septiembre de 17 a 18.30h.

Actividad para la población en general. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

ENredADAS

Taller de radio ENRADIADAS

¿Quieres **tomar la palabra**? ¿Quieres escuchar y ser escuchada? Empezamos septiembre y nuestro **podcast** ENRADIADAS vuelve una temporada más. Construimos juntas contenidos de los que el relato no ha contado y que nosotras queremos contar y compartir. Siempre desde una **mirada de género**.

¡Escúchanos en IVOOX! con la palabra clave ENRADIADAS.

Jueves 16 de septiembre de 18 a 20h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad online.

ArteMujer

Las Dibujantas: pioneras de la Ilustración

Josefina Alix, Historiadora del Arte y comisaria de exposiciones, nos brinda su saber para iluminarnos en el descubrimiento de artistas femeninas, olvidadas o desconocidas: Las Dibujantas. El nombre proviene del *I Salón de Dibujantas* organizado por el Lyceum Club femenino en 1931, y con ese espíritu de promoción de los valores igualitarios venimos a compartir estos talleres de carácter bimensual con toda la ciudadanía.

Martes 21 de septiembre de 17.30 a 19h. Actividad para la población en general. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Exposición fotográfica: empodérate

En colaboración con el área de empleo de la Asociación Candelita, creamos una exposición fotográfica en la que se visibiliza el trabajo de mujeres en situación de especial vulnerabilidad

que, en busca de un empleo digno, amplían sus competencias ejerciendo sus derechos.

Reconstruyendo juntas el empleo.

Actividad para la población en general. Modalidad presencial.

EN LAS CALLES

Paseos en calle de mujer: las profesiones femeninas

Paseos en calle de mujer toma nuevo formato en este nuevo curso. Seguimos con los paseos y reescribiendo las huellas borradas de Madrid con historias de mujeres. En esta ocasión, visitaremos lugares emblemáticos para el desarrollo cultural, político y social de las mujeres.

Viernes 10 de septiembre de 11 a 12.30h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Escuela de asignaturas pendientes. 2ª Edición

Inicia una nueva edición de la **formación en teoría de género e igualdad**: asignaturas que tenemos pendientes de tratar, pendientes de nombrar, pendientes de poner en el currículum educativo. Cada mes trabajaremos distintos contenidos buscando fomentar espacios de reflexión y debate.

La formación es "semipresencial": nos encontramos una vez al mes y seguimos conectadas a través de la plataforma Classroom. En septiembre comenzamos el Módulo 1: *Conceptos Generales sobre igualdad de género*.

Lunes 20 de septiembre de 17 a 18.30h. Actividad para la población en general. Necesaria inscripción previa. Modalidad online.

3

Tertulia con tu abogada

Conocer mis derechos es el primer paso para ejercerlos. En este encuentro tendrás la oportunidad de consultar cualquier tema jurídico a la abogada e intercambiar experiencias con las asistentes. Mis derechos son **derechos de todas**.

Lunes 13 de septiembre de 12 a 14 h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Espacio jurídico propio

Las abogadas de las áreas jurídicas de la Red de Espacios de Igualdad se han unido para transmitir una píldora jurídica en redes sociales sobre temas de interés general. Síguenos y conoce la de este mes.

Actividad en redes sociales. Modalidad online.

ESCUELA DE EMPODERAMIENTO

Espacios para mujeres que favorecen procesos de empoderamiento creativo individual y colectivo. Para impulsar el protagonismo, la autonomía y el liderazgo de las mismas en la sociedad como sujetos críticos, activos y participativos.

MUJERES VINCULADAS 2.0

Taller de informática: *presentando en la nube*

La tecnología nos sigue ofreciendo nuevas oportunidades. En este taller de tres sesiones aprendemos a crear presentaciones en Google Drive: añadir fotos y vídeos, hacer transiciones y elegir la temática.

Será un taller práctico en el que desarrollaremos una breve presentación vinculada con el Día

Internacional de la Igualdad Salarial celebrado el 18 de septiembre.

Para la participación en el taller será necesario disponer de un ordenador con conexión a internet.

Martes 28 de septiembre de 11 a 12.30h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad online.

Taller de Smartphone. Aprendo en red

Afrontamos la brecha digital resolviendo juntas las dudas sobre nuestro Smartphone. Creamos una red de dudas y aprendizajes para avanzar en colectivo en nuestra autonomía.

Más libres, más autónomas, mejor en red.

Nivel básico e intermedio.

Martes 14 de septiembre de 12.30 a 14h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Bloggeras: nosotras contamos

¿Quieres proyectar tu creatividad y no sabes cómo? ¿Y no sabes dónde? Te invitamos a seguir **construyendo de manera colectiva** nuestro Blog, Mujeres: Libertas y sororidad. Una ventana donde compartir cuenta. Anímate a (ciber)caminar.

Sábado 11 de septiembre de 11 a 13h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad online.

CUIDADAS Y SATISFECHAS

Yo decido sobre mi sexualidad

En el marco del **Día Internacional de los Derechos Sexuales y Reproductivos**, nos preguntamos: ¿Qué es el sexo? ¿Cómo afecta a mi felicidad? Nos reunimos una vez al mes para hablar de **mujeres, sexualidad,**

autoconocimiento, deseo, salud y bienestar.
¡Esta cita no puede salir mal!

Imparte Diana Pantoja.

Martes 28 de septiembre de 18 a 19.30h.

Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Cantando ¡por la igualdad!

¿Te gusta cantar? ¿Quieres vivir la experiencia de participar en un coro? Ven a pasártelo bien y aprender... Porque ¡cantando también construimos igualdad!

Martes 21 de septiembre a las 19h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

CREA tu Economía

¿Has pensado alguna vez en **emprender** un negocio? ¿Te gustaría manejar mejor tus cuentas, facturas y otros gastos? Si tienes curiosidad sobre este u otros temas, te invitamos a un encuentro en colaboración con la Fundación Nantik Lum. Charlaremos sobre economía y aprenderemos claves para aumentar nuestra salud financiera.

Jueves 30 de septiembre de 11 a 12.30h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Grupo psicoterapéutico

Te ofrecemos un espacio terapéutico donde liberarnos de los malestares y construir colectivamente herramientas para la gestión emocional y el bienestar personal.

Se valorará la pertinencia de participación, previa entrevista con la psicóloga.

Miércoles 22 de septiembre de 17 a 18.30h.

Grupo abierto con entrevista previa. Modalidad presencial.

Taller de improvisación teatral: ¡expresARTE!

¿Has escuchado alguna vez “no seas teatrera”? ¿Te has sentido cohibida cuando has expresado tus emociones? En este taller buscamos todo lo contrario. Creamos un espacio seguro donde **romper con las barreras** y disfrutar de nosotras mismas convirtiéndonos en otros personajes a través de la improvisación. ¿Te atreves?

Jueves 16, 23 y 30 de septiembre de 16.30 a 18h.

Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Autocuidado a través del movimiento

El cuerpo acumula tensiones y malestares, se expresa. Para dejarle estar y procurarle cuidados y bienestar, te proponemos este grupo de Autocuidado. Podrás aumentar tu bienestar físico y aceptar las posibilidades de tu cuerpo.

Imparte Natalia López.

Lunes 6, 13, 20 y 27 de septiembre de 19 a 20h.

Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Taller de viajes: “Mujeres en tránsito”

Es hora de pasar de la Imaginación a la Acción. Después de “Viaja con nosotras”, recuperamos las ganas de movernos y empezamos a transitar juntas. ¿Qué has echado de menos de viajar? ¿Y si volvemos a hacerlo? ¿Qué llevarías en el equipaje de tu próximo viaje?

Participa y vuela con nosotras.

Imparte Azucena Magdaleno.

Jueves 23 de septiembre de 18 a 19.30h.

Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Lideresas participativas

Queremos escuchar tu voz y tus ideas. Únete para pensar de manera colectiva cómo queremos que sea el Espacio de Igualdad Nieves Torres y reflexionar desde una perspectiva de género sobre las noticias de la actualidad. Queremos que toméis la iniciativa y **hacer este espacio cada vez más de todas.**

Jueves 9 de septiembre de 18 a 19:30h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Artesanía con Marita

Compartir, charlar en un espacio seguro y acogedor. Trae tu arte y creatividad para hacer con tus compañeras. Puedes pintar mandalas, coser, tejer, hacer crochet, reciclar tus collares y pendientes y darles una segunda vida... mientras te vinculas con otras mujeres. Os proponemos pensar una propuesta creativa para compartir el 25N. Entre todas, creamos un **espacio sororo donde compartimos la artesanía y aprendemos del saber de cada una.**

Viernes 3 y viernes 17 de septiembre de 18 a 19.30h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

APRENDIZAS

Lectoras conectadas

Seguimos leyendo, seguimos conectadas. Nuestra habitación propia abre sus puertas virtuales de nuevo. En este *especial popurrí* de (re)encuentro compartimos con el grupo un relato, novela, poema o ensayo que nos guste y queramos dar a conocer. Leeremos partículas de las obras para disfrutar del trabajo de autoras y elegiremos juntas la próxima novela.

Martes 7 de septiembre de 18:00 a 19:30h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad online/presencial.

Descubriendo Autoras

Conoce y comparte obras de escritoras en la librería virtual "Descubriendo Autoras". Un espacio online a través de un documento colaborativo en el que damos luz a la riqueza de la literatura que ha estado en la sombra. Además compartimos píldoras formativas para manejarnos en las bibliotecas públicas de manera online.

Martes 7 de septiembre de 19.30 a 20.30h. Actividad para mujeres. Necesaria inscripción previa. Modalidad online.

TRABAJO COMUNITARIO

Participación en mesas comunitarias

Trabajamos con el tejido asociativo del Distrito de Chamartín a través de las mesas comunitarias de infancia y familia, de juventud y adolescencia y sociosanitaria.

Con(vivencias) personas refugiadas

En colaboración con la ONG Rescate Internacional, acompañamos a personas refugiadas por motivos de género para facilitar sus vivencias y convivencias en la ciudad de Madrid. Donde el reconocimiento y el buen trato se ponen en el centro.

Miércoles 29 de septiembre de 19 a 20h. Grupo cerrado. Modalidad presencial.

Vivir con buen trato, detectar las violencias

Nos encontramos mensualmente para dialogar y aprender sobre cuestiones que nos atraviesan desde una mirada de género, compartir saberes y hacer sonar nuestros pasos. Avanzando juntas para vivir una vida sin violencia.

Grupo para mujeres, en colaboración con CRL Nueva Vida.

Viernes 17 de septiembre de 10 a 12h. Grupo cerrado. Modalidad presencial.

Vivir con buen trato, detectar las violencias

Nos encontramos mensualmente para crear un espacio colectivo en el que reaprender y mirar nuestras historias desde una perspectiva de género. Avanzando juntas para vivir una vida sin violencia.

Grupo para mujeres, en colaboración con EASC Chamartín.

Jueves 16 de septiembre de 16:30 a 18:00 h.
Grupo cerrado. Modalidad online.

Taller abierto de lengua de signos

En el marco del Día Internacional de la Lengua de Signos, el Programa de apoyo a la Autonomía de Personas con Discapacidad de Chamartín nos ofrece la participación en este taller donde compartiremos experiencias junto con personas sordas y aprenderemos nuevas formas de comunicarnos.

Para que todas las personas avancemos en igualdad.

Viernes 24 de septiembre de 17 a 20h.
Actividad para la población en general.
Necesaria inscripción previa. Modalidad presencial.

Caminos a la igualdad. CHAMARTÍN SE MUEVE

El Espacio de Igualdad Nieves Torres participará junto con los diversos recursos del distrito de Chamartín en el Proyecto de desarrollo comunitario juvenil: "Chamartín se mueve" en colaboración con la Junta Municipal de Distrito. Este año volvemos a encontrarnos con más ganas que nunca, creando caminos a la igualdad. ¡Te esperamos en el Parque de Berlín!

Sábado 25 de septiembre de 17 a 21h. Actividad dirigida a jóvenes y adolescentes entre 14 y 30 años. Modalidad presencial.

Punto @PIC

Desde el Punto de Información de Chamartín seguimos trabajando en Institutos y Colegios del distrito herramientas útiles para garantizar los derechos de todas las personas.

Actividad para adolescentes.

SERVICIO DE ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA

La atención individualizada es un servicio que ofrece el Espacio de Igualdad a las mujeres del distrito y del municipio de Madrid, se realiza siempre bajo cita previa.

Servicio de atención psicológica

Si necesitas apoyo emocional para hacer frente a un malestar que te está generando dificultad en estos momentos, no lo dudes, llámanos. Podemos apoyarte en situaciones que hayas vivido o estés viviendo en las que te sientas discriminada como mujer, tanto en las relaciones de pareja como en otros ámbitos de la vida: atendemos situaciones de baja autoestima y dificultad en la toma de decisiones, déficit de habilidades para poner límites, conflictos con otras personas, sensación de sobrecarga y la necesidad de conciliar.

También en estos momentos y debido a la pandemia se ofrece apoyo desde nuestra área para ayudarte a afrontar las situaciones derivadas de la misma.

Servicio de atención jurídica

Nuestra abogada te ofrece apoyo jurídico, tanto en supuesto de derecho de familia (divorcio, custodias menores, medidas paterno filiales...), laboral, arrendamientos, extranjería, así como en

7

la prevención y reparación de violencia de género y doméstica. En estos momentos y con motivo de la pandemia también orientamos de las posibles medidas, ayudas, prestaciones, etc. Que van aprobándose y que a lo mejor desconoces. Aclaremos tus dudas acerca de situaciones de ERTE, de regularización como empleada de hogar, de cómo realizar tu inscripción como demandante de empleo y poder solicitar alguna prestación. Tráenos tus dudas y te asesoramos.

*Tanto las atenciones individuales como las actividades se llevan a cabo sin coste alguno para las personas participantes.

HORARIO DE APERTURA DEL ESPACIO DE IGUALDAD EN EL MES DE SEPTIEMBRE:

De lunes a viernes: 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 20:30
Sábados: 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00

La inscripción previa a las actividades y la petición de citas pueden realizarse a través del teléfono y del correo electrónico. Todas las actividades se llevan a cabo sin coste alguno para las personas participantes.

Esta programación puede sufrir modificaciones. Disculpá las molestias.

“Acogimiento, amor, energía, fuerza, empoderamiento, igualdad, cariño que llevan todas las mujeres, de saberlo encontrar y de saberlo expresar, de compartir, de debatir... donde las mujeres se encuentran fuertes, unidas, creciendo juntas, descubriendo sus interiores, sus luces y ampliando horizontes... la mejor forma de conocerlo es vivirlo.” Mujer que da vida al Espacio de Igualdad Nieves Torres.