



PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 2021

“Nos han enseñado a tener miedo a la libertad; miedo a tomar decisiones, miedo a la soledad. El miedo a la soledad es un gran impedimento en la construcción de la autonomía”.

Marcela Lagarde, política, académica, antropóloga e investigadora mexicana, representante del feminismo latinoamericano.

SERVICIOS 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 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 supuestos de derecho de familia

(divorcio, custodias menores, medidas paterno filiales), laboral, Arrendamientos, Extranjería, así como en 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 asesoraremos.

Servicio de desarrollo profesional.

Esta crisis del Covid-19 impacta también de manera significativa en el área de empleo y queremos seguir apoyándote, resolver tus dudas y trabajar contigo para ver dónde te posicionas ante esta nueva realidad.

Te ofrecemos:

- Orientación laboral: información, objetivo profesional, sistemas y herramientas de búsqueda de empleo. Itinerario personalizado de búsqueda. Orientación en formación.
- Competencias profesionales: mapeo de habilidades personales vinculadas al empleo, identificación de puntos fuertes y áreas de mejora.

1



RED MUNICIPAL DE ESPACIOS DE IGUALDAD

La Red Municipal de Espacios de Igualdad continúa la programación del cuatrimestre bajo la temática "El poder de las decisiones".

Además, durante todo el mes de noviembre realizaremos actividades y talleres para conmemorar el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres (25N) que este año se centra en las mujeres con discapacidad.

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.

ESCUELA DE IGUALDAD

Actividades gratuitas dirigidas a toda la ciudadanía. Es necesario inscripción.

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.

Viernes 5 de noviembre
Horario: de 17:30 a 19:30 h.
Modalidad: presencial

EXPOSICIÓN FOTOGRAFICA «SANANDO EN RED»

Exposición de las fotografías realizadas en el laboratorio fotográfico «Sanando en red», realizado en el Espacio de Igualdad Clara Campoamor.

A través de las fotografías viajaremos por las fases de la violencia machista: desde la oscuridad, hasta el punto de inflexión y la reparación o sanación, dando cuenta de la fuerza de las mujeres y de la importancia de encontrarse con otras mujeres para su recuperación. El día de la inauguración contaremos con las autoras de las fotos que nos hablarán del proceso creativo.

Exposición: del 11 al 30 de noviembre
Inauguración: jueves 11 de noviembre
Horario: 18 h.
Modalidad: presencial.

LAS RELACIONES DE PODER ENTRE HOMBRES Y MUJERES. PRIVILEGIOS Y MICROMACHISMOS

En este taller para hombres analizaremos en colectivo los aprendizajes del ser hombre como grupo social con privilegios sobre las mujeres. Mediante dinámicas vivenciales identificaremos los privilegios y micromachismos que nos han acompañado a lo largo de nuestra vida; y diseñaremos un "proyecto de amor" para unas relaciones más justas con las mujeres.

Facilita: Olmo Morales

Viernes 12 y 19 de noviembre
Horario: de 17 a 20 h.
Modalidad: *online*

«¿QUÉ VEN MIS OJOS?». Violencia contra las mujeres en la colección del Museo del Prado

Visita guiada por la colección permanente del Museo del Prado, en la que veremos cómo obras maestras de diferentes épocas y escuelas naturalizan la violencia contra las mujeres.

2



Descubriremos qué historias esconden algunos cuadros del Museo, analizándolos desde otras miradas.

Lunes 22 de noviembre

Horario: 16:30 h.

Modalidad: presencial

Lugar de encuentro: Estatua de Goya, frente a las taquillas del Museo.

CONVERSATORIO

“LA CONSTRUCCIÓN DE LA MASCULINIDAD”

Conversatorio sobre la construcción de la masculinidad entre Beatriz Ranea, autora de “Desarmar la masculinidad” y Javier Royo, autor de “Homo Machus” y “Laborachismo”.

Jueves 18 de noviembre

Horario: 17:30 a 19:30 h.

Modalidad: presencial.

Lugar: por confirmar

MOSTRAR-T, espacio expositivo para artistas noveles. Exposición «Collages» de Herminia Silva

Continuamos con el espacio expositivo para artistas noveles. Si nunca has expuesto y te lo estás pensando, si quieres dar a conocer tus obras y no sabes dónde, si has empezado a pintar, te has estrenado en la fotografía, haces grabados o ilustraciones, queremos apoyarte y dar a conocer tus creaciones. Escríbenos a caimujercc@madrid.es o llama al 917109713

Este mes contamos con la exposición de *collages*, de Herminia Silva.

Exposición: del 15 de noviembre al 15 de diciembre.

ENCUENTRO ARTÍSTICO CONTRA LA VIOLENCIA MACHISTA

Conmemoramos el 25N, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, con un acto artístico de denuncia.

Miércoles 24 de noviembre

Horario: por confirmar

Modalidad: presencial.

Lugar: Salón de Actos. Centro Cultural Santa Petronila.

ESCUELA DE EMPODERAMIENTO

Actividades gratuitas dirigidas a mujeres en toda su diversidad. Es necesario inscripción.

TEATRO POR LA IGUALDAD

Laboratorio de investigación y creación escénica *Sinvergüenzas*

En el grupo de teatro *Sinvergüenzas* exploramos nuevos relatos e identidades, rescatamos la vida de mujeres olvidadas y denunciemos el machismo a través del arte.

Aprendemos técnicas de expresión corporal, teatro, danza libre y performance. Nos acercamos a textos de dramaturgas, escribimos nuestros propios textos y los ponemos en escena.

Miércoles 3, 10, y 17 de noviembre

Horario: de 16:30 a 18:45 h.

Modalidad: presencial

«QUERERNOS BIEN» DEL AMOR ROMÁNTICO AL AMOR SANO A TRAVÉS DEL ARTETERAPIA

Revisaremos a través del arte nuestra forma de amar y relacionarnos, desmontaremos los mitos del amor romántico e imaginaremos formas de amor más sanas donde prevalezca la igualdad, el crecimiento y el buen trato.

Jueves 4, 11 y 18 de noviembre

Horario: de 10:30 a 13 h.

Modalidad: presencial

EL PODER DE LAS DECISIONES (II): la comunicación asertiva

¿Expresas tus decisiones? ¿Se tienen en cuenta tus elecciones? ¿Dices NO cuando es necesario?

3



¿Quieres hacer valer tus derechos, expresar lo que sientes? ¿Quieres de manera apropiada sin olvidar los derechos del resto de personas?

La asertividad es una habilidad que facilita la convivencia con las demás personas; además, es una herramienta fundamental en los procesos de toma de decisiones porque nos permite una comunicación eficaz desde el respeto mutuo que promueve elegir desde una autoestima sana.

Jueves 11 y 18 de noviembre

Horario: de 17:30 a 19:30 h.

Modalidad: presencial

«LA AVENTURA DE VIAJAR EN BICICLETA».

Aprenderás de forma autónoma a diseñar un recorrido en bici. Descubrirás cómo hacer de tu bici tu medio de transporte y de viaje. Descubrirás otras formas de viajar de forma sostenible: cicloturismo.

Facilita: Isis Mas

Viernes 12 y 19 de noviembre

Horario: de 10:30 a 12:30 h.

Modalidad: presencial.

TALLER DE *COLLAGE* CONTRA LA VIOLENCIA MACHISTA

En este taller la artista Almudena Arribas nos enseñará a decir NO al machismo a través del *collage*. Nos enseñará claves y trucos de esta suculenta técnica y realizaremos nuestras propias obras para darles difusión en las redes.

Facilita: Almudena Arribas

Lunes 15, 22 y 29 de noviembre

Horario: de 17:30 a 19:30 h.

Modalidad: presencial

CÓMO HACER GESTIONES ADMINISTRATIVAS POR INTERNET

Aprenderemos a hacer diferentes trámites con la administración (solicitar información, prestaciones, ayudas, comunicar cambio de

circunstancias en nuestra situación económica, laboral y familiar, reclamaciones), a través de diferentes herramientas tecnológicas.

¿Qué es la Cl@ve PIN? ¿Y la Cl@ve permanente? ¿Para qué se utiliza? ¿Cómo la consigo? ¿Y el certificado digital?

Martes 16 de noviembre

Horario: de 10:30 a 12:30 h.

Modalidad: presencial

USOS Y ABUSOS DEL PODER. Del poder sobre los demás al poder vital

En este taller reflexionaremos sobre el poder, analizando nuestro uso y/o mal uso del mismo. También conoceremos y experimentaremos otras alternativas donde el poder no suponga jerarquía, opresión y violencia, sino equidad, cooperación e inteligencia colectiva a través del juego y la creatividad.

Martes 16, 23 y 30 de noviembre

Horario: de 17:30 a 19:30 h.

Modalidad: presencial

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.

Miércoles 17 y 24 de noviembre

Horario: de 17:30 a 19:30 h.

Modalidad: presencial

EMPODERAMIENTO SEXUAL (II): el placer como punto de partida.

En la segunda parte de este ciclo sobre sexualidad vamos a abordar el placer en nuestras experiencias. ¿Es un punto de llegada

o de partida? ¿Cómo exploramos y vivimos las mujeres el placer en un mundo que nos niega el derecho a hacerlo? ¿Hemos cambiado como sociedad, tenemos ahora las mujeres de todas las edades más espacio y oportunidades para explorar nuestro placer? De estos temas y los que surjan en el grupo hablaremos en estos dos encuentros, donde pondremos en el centro el disfrute y los derechos sexuales de las mujeres.

Facilita: Roma de las Heras Gómez

Viernes 19 y 26 de noviembre

Horario de 17:30 a 19:30 h.

Modalidad: presencial

AULA DIGITAL PARA LA BÚSQUEDA ACTIVA DE EMPLEO HEDY LAMARR

¿Necesitas orientación para buscar trabajo por Internet? ¿Quieres aprender cómo hacer tu currículum? ¿Precisas enviar tu currículum y no sabes cómo? ¿Quieres operar con el teléfono móvil para la búsqueda de empleo?

Te ofrecemos un aula digital para solucionar problemas o aprender cuestiones tecnológicas que tienen que ver con la búsqueda activa de empleo.

Martes 23 de noviembre

Horario de 10:30 a 12:30 h.

Modalidad: presencial

25 DE NOVIEMBRE EN BICI

En conmemoración del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres haremos un recorrido en bici por la ciudad con el lema «NIUNAMENOS».

Quedaremos en el parque El Cruce para tunear nuestras bicis. Tráete algo morado (camiseta, pañuelo, tela).

Condiciones de inscripción: llevar tu propia bicicleta y algo morado.

Facilita: Isis Mas

Jueves 25 de noviembre

Horario: de 10:30 a 12:30 h.

Modalidad: presencial

Lugar: Parque de El Cruce

FINANZAS PARA MAYORES. TODOS LOS SECRETOS DE LA BANCA ONLINE

El sector bancario se ha transformado como consecuencia de la implantación de los servicios digitales (internet, aplicaciones móviles, etc.). Esto a veces provoca una mayor deshumanización entre los bancos y sus clientes, que desemboca en la necesidad de tener más herramientas para saber cómo operar de manera independiente y segura; y que la gestión financiera no se convierta en un nicho de problemas.

¿Tienes miedo a usar la banca online o a hacer transferencias por Internet? ¿Te parece complicado y no sabes cómo avanzar por mucho que te lo expliquen? En este taller y gracias a un simulador bancario *online*, podrás entrenarte a tu ritmo y sin correr ningún riesgo.

Facilita: Economistas Sin Fronteras

Martes 30 de noviembre

Horario: de 10 a 13 h.

Modalidad: presencial

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, conozca o no la técnica, para crear un grupo que se reúna regularmente para tejer y decorar nuestras calles y plazas.

Llamadnos y os informamos del primer encuentro.

Fecha: a concretar

Horario: a concretar

Modalidad: presencial



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

Participamos en actividades y redes del distrito. Si eres una entidad, recurso o grupo informal de personas y necesitas realizar actividades de empoderamiento para mujeres, de sensibilización sobre igualdad para la ciudadanía o de prevención de violencia de género, no dudes en ponerte en contacto con nosotras para poder ofrecerte un paquete a la medida de tus necesidades, tanto para la población con la que trabajas como para el equipo técnico.

AUTOESTIMA Y GÉNERO (NIVEL II): LAS HERRAMIENTAS

Durante 2021 seguimos colaborando 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.

En noviembre 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.

BUZONES VIOLETAS. Píldoras de sensibilización a entidades y recursos

En el mes de noviembre continuamos con el proyecto de los Buzones Violetas, que ha comenzado en el mes de julio, instalándose 5 buzones fijos en diferentes puntos del distrito de Villaverde, y otros 5 buzones itinerantes que se intercambiarán entre los recursos del distrito cada 15 días.

Se ofrecen píldoras formativas de sensibilización sobre discriminaciones de género y de violencia contra las mujeres, de 2 a 4 horas de duración, así como materiales de apoyo para profesionales.

CIBERVIOLENCIA

Talleres sobre la violencia contra las mujeres en entornos digitales. El primero va dirigido a jóvenes en búsqueda de empleo y el segundo a madres jóvenes de la Asociación de Jóvenes para el Empleo ASPA.

Pondremos nombre a los cibercrimes machistas para identificarlos y herramientas para prevenirlos y protegernos.

Además, la abogada del Espacio expondrá la legislación y los derechos en materia de violencia digital.

TALLERES DE BUEN TRATO Y PREVENCIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO.

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.

ENCUENTRO FORMATIVO Y DE INTERCAMBIO DE EXPERIENCIAS CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO PARA PROFESIONALES DEL DISTRITO

En conmemoración del 25-N, proponemos un encuentro para compartir información con los y las profesionales del distrito. Valoramos como positivo establecer criterios comunes relacionados con conceptos básicos, herramientas en la intervención, la red especializada y la aplicación de la normativa vigente.

PROYECTO COMUNITARIO: "PLANTAFORMA EN GÉNERO DE VILLAVERDE"

Espacio abierto a profesionales y entidades que trabajan en los distritos de Villaverde y Usera en ámbitos y proyectos sociales, aplicando en el trabajo cotidiano la perspectiva de género

Es un espacio para aprender, compartir, reflexionar y crear redes para trabajar la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres.

Hemos diseñado un podcast donde puedes conocer a todos los recursos que participamos y contar con nosotras en el caso de necesitarlo. Aquí puedes escucharnos:

www.ivoox.com/plantaforma-genero-villaverdecovid19-audios-mp3_rf_50225565_1.html

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

Para todas las actividades es necesario inscribirse a través del teléfono (91 710 97 13) o del correo electrónico caimujercc@madrid.es

Horario:

De lunes a viernes, de 10 a 14 y de 16 a 20 h.



Espacio accesible

7