



PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 2021

El 17,5% de las mujeres con discapacidad que han sufrido violencia física, sexual o emocional de alguna pareja dicen que su discapacidad es consecuencia de la violencia de sus parejas.

Macroencuesta de violencia contra la mujer 2019

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.

1



RED MUNICIPAL DE ESPACIOS DE IGUALDAD

La Red Municipal de Espacios de Igualdad, inicia el 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 como no podría ser de otra manera, se conmemora **el 25 de noviembre Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres**. Este año visibilizaremos la violencia de género que sufren las mujeres con discapacidad.

ESCUELA DE IGUALDAD

Actividades dirigidas a toda la ciudadanía.

HOMBRES A PRUEBA:

Este grupo de Hombres a prueba se reúne de manera bimensual para reflexionar en conjunto sobre las aportaciones que los hombres pueden hacer (y hacen) a la lucha por la igualdad.

En el mes de noviembre se encuentra el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, por lo que se trabajarán en este grupo de hombres aspectos relacionados con las diferentes formas de violencia hacia las mujeres, la responsabilidad y el efecto espectador.

Por último, habrá una sesión mixta en la que el grupo de hombres dialogará con un grupo de mujeres para compartir las conclusiones y aspectos relevantes que se hayan trabajado.

Miércoles 3, 10 y 17 de noviembre

Miércoles 24 de noviembre, sesión mixta grupo de hombres-grupo de mujeres

De 17 a 18:30 h.

Taller virtual

IV EDICIÓN DEL CURSO COORDENADAS FEMINISTAS: MÓDULO II PERSPECTIVA FEMINISTA EN DIVERSAS ÁREAS

Los Espacios de Igualdad Clara Campoamor y Juana Doña programan la cuarta edición del Curso *Coordenadas*

2



Feministas. El curso tiene como objetivo ofrecer formación en perspectiva feminista y crear espacios de encuentro y diálogo entre profesionales y/o movimiento asociativo, con interés en incorporar esta perspectiva en sus ámbitos de trabajo y activismo. Este mes de noviembre se impartirá el Módulo II

Este módulo plantea mostrar diversas áreas de trabajo y actuación, incorporando en ellas la perspectiva de género. La salud, las diversidades funcionales y la economía serán algunas de las materias que se dejarán permear por una perspectiva integradora.

- Placeres que abren mundos: cómo plantear una educación sexual feminista e interseccional en la infancia y la adolescencia: **Teo Pardo, activista trans y feminista**, experto en educación sexual feminista para peques y grandes, profesor de biología de Secundaria
- Diversidad funcional y género: **Sandra Candelas Tejada**, técnica de proyectos de trabajo comunitario y formadora en equipo Andecha
- Mujeres mayores: Algunas ideas clave: **Mónica Ramos, antropóloga feminista**, experta en envejecimiento y género.

- Taller: *Cómo incorporar la perspectiva feminista.*

Jueves 4 y 18 de noviembre

Miércoles 10 y viernes 26 de noviembre

De 17 a 19:30 h.

Curso virtual

SALIDA MADRID CIUDAD DE LAS MUJERES: Ciudadanas

¿Qué es una ciudad? ¿Qué son los símbolos culturales? ¿Cómo se estructuran y operan en cada quien construyendo realidad? ¿Qué símbolos nos rodean? ¿Qué memoria tenemos y se nos da de la ciudad? ¿Dónde están las mujeres?

El proyecto MADRID, CIUDAD DE LAS MUJERES aborda la recuperación de la memoria de las mujeres en la ciudad de Madrid desde sus distintas perspectivas.

Visitaremos edificios, plazas, calles y espacios donde las mujeres han contribuido como ciudadanas.

Jueves 11 de noviembre

De 17:30 a 19 h.

Actividad presencial

Lugar: Plaza del Rey, 1 (Ministerio Cultura y Deporte)

3



TEATRO MALAS

“Malas, nos acusan de ser malas cuando lo que queremos es ser libres” es un espectáculo teatral que refleja la experiencia de mujeres diversas que nos hablan de su maldad (a menudo olvidada), de la maldad que la sociedad ha proyectado sobre ellas o de la maldad con la que sueñan. Mujeres que han decidido ser madres y otras que no. Mujeres que han sufrido acoso en el trabajo y mujeres que envidian tener un salario. Mujeres que ofrecen su ira en defensa propia, que protestan, mujeres que cantan y que bailan solas, mujeres que leen, mujeres que desprecian la misoginia... mujeres que saben reír y ríen.

El espectáculo tiene su origen en un proceso de investigación: ¿Cuándo te has sentido mala? ¿Cuándo te han acusado de ser mala?

Compañía: *Cómo me pone la lavadora.*
Laboratorio Teatral.

Jueves 18 de noviembre

De 18 a 19:30 h.

Necesaria inscripción y retirada previa de entradas del 10 al 16 de noviembre

Actividad presencial

Lugar: Auditorio Centro Cultural Casa del Reloj

FORMACIÓN A PROFESIONALES ARGANZUELA.

Ley Protección Infancia y Adolescencia frente a la Violencia.

Estar al corriente de las leyes más emblemáticas en nuestro panorama social puede resultarnos útil para nuestra labor como profesionales.

En esta ocasión, dedicaremos esta formación para profesionales del distrito a abordar las novedades de esta nueva ley dentro del panorama legislativo de lucha contra la violencia de género.

Viernes 19 de noviembre

De 12 a 14 h.

Formación virtual

CICLO CHARLAS: MUJERES JURISTAS QUE HICIERON HISTORIA (II): La Edad Media

Este ciclo visibiliza a las mujeres juristas a lo largo de la Historia, empezando por la antigua Roma, pasando por la Edad Media y finalizando en la Edad Contemporánea y Moderna.

Conoceremos las enormes dificultades con que se han ido encontrando las mujeres para ejercer la abogacía.

Lunes 22 de noviembre

De 17:30 a 18:30 h.

Actividad virtual

4

ENCUENTRO 25N: CONMEMORANDO, CONCIENCIANDO Y TRANSFORMANDO

Como todos los años, os invitamos a conmemorar el 25 de noviembre, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, con el Espacio de Igualdad.

En esta ocasión, inauguramos la exposición fotográfica elaborada por mujeres participantes en el taller *Sanando en Red*. A través de ella, visibilizamos el papel transformador y sanador de las mujeres frente a la violencia machista.

También contaremos con las elaboraciones de los grupos de mujeres del centro para decorar el mismo y alrededores conmemorando a las víctimas mortales de violencia de género de este año y repartiremos llaveros para concienciar por el fin de la violencia de género.

Jueves 25 de noviembre
De 11 a 13 h.
Actividad Presencial

CORTOFORUM: ACOSO CALLEJERO

Una de las violencias que más sufren las mujeres y que mayor aceptación social tiene son las situaciones de acoso callejero;

los malentendidos “piropos”, históricos en nuestro panorama cultural, son discriminatorios y muchas veces ofensivos.

Lunes 29 de noviembre
De 17:30 a 18:30 h.
Actividad virtual

ESCUELA DE EMPODERAMIENTO

Actividades dirigidas a mujeres

ESCUCHA, ATENCIÓN Y MEMORIA: ESTIMULACIÓN COGNITIVA

La memoria es como un gran baúl donde guardamos nuestros recuerdos, recientes y lejanos; es la capacidad de saber quiénes somos, quiénes son las personas con las que nos relacionamos y cómo nos vinculamos.

Es un taller permanente dedicado al autocuidado mental y la estimulación cognitiva. A través de sencillos ejercicios potenciamos la escucha, la atención y compartimos recuerdos con otras mujeres.

Grupo 1:
Martes 2, 16, 23 y 30 de noviembre
De 10:30 a 11:30 h.

Grupo 2:
Martes 2, 16, 23 y 30 de noviembre
De 12:00 a 13:30 h.

Taller presencial y virtual

5



RESILIENCIA Y VIOLENCIA DE GÉNERO

Tomaremos conciencia del impacto de la violencia machista en nuestras vidas y adquiriremos y reforzaremos herramientas de resiliencia, autocuidado y buen trato para la reparación y la transformación personal.

**Miércoles 17, 24 de noviembre y 1
de diciembre**
De 10:30 a 12 h.
Taller Presencial

RINCÓN LITERARIO

Espacio para descubrir escritoras y pensadoras, disfrutar con sus textos y compartir momentos de lectura con otras y otros.

Para la realización de este taller, te enviaremos el texto por correo electrónico para su lectura/escucha previa y el día indicado, tendremos la tertulia literaria.

Miércoles 10 de noviembre
De 18 a 19:30 h.
Actividad presencial

ESPACIO SALUD, PLACER Y BIENESTAR: EN NOVIEMBRE POTENCIAMOS EL BUEN TRATO Y EL AUTOCUIDADO

El Espacio de Salud, placer y bienestar es un lugar de encuentro abierto y dedicado todo el año a mejorar nuestra salud y bienestar.

Está guiado por una profesional que dinamiza las sesiones y recoge las propuestas realizadas por las propias participantes en torno a su salud.

En noviembre se promocionará el buen trato y el autocuidado como forma de luchar contra la violencia machista y favorecer una cultura en paz y en equidad.

Grupo 1: lunes 15, 22, 29 de
noviembre
De 10:30 a 12 h.
Grupo 2: jueves 4, 11 y 18.
De 10:15 a 11:45 h.
Talleres presenciales

AUTODEFENSA EMOCIONAL

En ocasiones nos resulta difícil decir que no a otras personas, evitamos los conflictos y no los terminamos de resolver.

6



En este taller conoceremos los tipos de comunicación, aprenderemos las bases para poner límites e incorporar estrategias con los que regular diferentes tipos de que tenemos en el día a día.

Jueves 4, 11 y 18 de noviembre
De 12 a 13:30 h.
Taller presencial

GRUPO DE DESARROLLO PERSONAL

Continuación del grupo de autoconocimiento, autocuidado y crecimiento personal.

Todos los jueves del 7 de octubre al 25 de noviembre
De 18 a 19:30 h.
Taller virtual

ENCUENTRO DE MATERNIDADES RESPETUOSAS

Continuamos con el espacio de encuentro entre mujeres que sean madres, que estén con necesidades de red social y que quieran compartir sus experiencias con otras madres.

El enfoque de Maternidades Respetuosas se centra en la escucha activa y sin juicio de la experiencia en torno a la maternidad de cada participante.

También en la importancia de nombrar nuestras necesidades como mujeres, de cara a articular juntas respuestas. En definitiva, compartir crianza, tiempo de autocuidado y dudas.

Viernes 12 de noviembre
De 17 a 19 h.
Actividad presencial

MUJERES DIVERSAS, DIVERSAS MUJERES

Diferentes factores conforman identidades diversas y en este taller queremos reflexionar y visibilizar conjuntamente cómo interseccionan dos factores de riesgo como son el género y la discapacidad.

Nos preguntaremos y compartiremos cómo es en esta sociedad ser mujer con diversidad intelectual, funcional, sensorial y/o psicológica, y como resultado de todo este diálogo elaboramos un collage entre todas las participantes que expondremos el 25N en el centro.

Este es un espacio de intercambio y encuentro entre mujeres diversas.

Lunes 15 de noviembre
De 17:30 a 19:30 h.
Actividad presencial

7



TALLER JUNTAS CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

Detrás de cada cifra hay una mujer, niñas, niños... una vida, una persona con proyectos, vínculos, deseos...

Os invitamos a este taller donde visibilizaremos a las víctimas mortales por violencia de género de 2021 elaborando juntas rosas que el día 25 expondremos en el centro.

Martes 16 y 23 de noviembre
De 17:30 a 19 h.
Actividad presencial

VIOLENCIA DE GÉNERO Y SALUD MENTAL

Esta actividad es el resultado de la colaboración entre el EASC (equipo de apoyo social comunitario), el Centro de Día y el Espacio de Igualdad Juana Doña.

Estos tres recursos de Arganzuela colaboran conjuntamente en mejorar la salud mental de las mujeres a través de diversas acciones y, en esta ocasión, pretenden visibilizar el impacto de la violencia de género en la salud.

También se pretende con esta actividad dar a conocer los recursos que pueden

atender y mejorar situaciones y posiciones.

Miércoles 24 de noviembre
De 10:30 a 12:30 h.

Imparte: Espacio de Igualdad Juana Doña
Actividad presencial

MI AMIGO EL MÓVIL: uso y manejo de WhatsApp

El móvil se ha vuelto un elemento imprescindible en nuestras vidas, a través de él nos conectamos con otras personas y con el mundo.

Este mes dedicaremos la sesión de Mi Amigo el Móvil a aprender a usar la plataforma virtual WhatsApp para entablar conversaciones, compartir archivos, crear grupos, enviar audios...

No olvides que para poder participar debes traer tu dispositivo móvil y tener conocimientos iniciales previos sobre el manejo del móvil (encender y apagar el móvil, uso de pin, hacer llamadas...).

Martes 30 de noviembre
Grupo 1: de 16 a 18 h.
Grupo 2: de 18 a 20 h.
Taller presencial

8



RED DE GANCHILLERAS

Si te gusta tejer con ganchillo te invitamos a sumarte a la Red de Ganchilleras. Desde el Espacio de Igualdad conmemoramos días significativos a través de la sensibilización en calle repartiendo elaboraciones de ganchillo.

Si te interesa sumarte y colaborar, ponte en contacto con nosotras y te enviaremos los pasos para elaborar el proyecto que estamos tejiendo para el 25N y te facilitaremos los materiales necesarios.

ACTIVIDADES EN REDES SOCIALES

Te invitamos a seguirnos a través de Facebook y/o Instagram @espaciodeigualdadjuanadona:

EMPODER-ARTE

El arte como herramienta para el empoderamiento.

El día 8 de cada mes os recomendamos un libro, película o serie y/o cuentos infantiles creados por mujeres o que tienen como temática la igualdad. También visibilizamos mujeres artistas y creadoras.

Te animamos a participar a través de los comentarios, compartiendo otras referencias que podamos descubrir.

Actividad dirigida a toda la población en publicaciones en Facebook y/o Instagram.

VIDA DE MUJERES

A lo largo del mes os invitamos a conocer a mujeres pioneras en diferentes ámbitos. Te animamos a descubrirnos otras mujeres en los comentarios.

Actividad dirigida a toda la población en publicaciones en Facebook y/o Instagram.

ESPACIO JURÍDICO PROPIO DE LA RED DE ESPACIOS DE IGUALDAD

Las abogadas de las áreas jurídicas de la Red de Espacios de Igualdad se han unido para transmitir una píldora jurídica breve quincenal sobre temas de interés general.

Cada mes se analizan las publicaciones jurídicas, se eligen las más interesantes y se trasladan a la población a través de nuestras redes sociales para su conocimiento.

Consulta las redes sociales del Espacio de Igualdad Juana Doña para ver sus contenidos. Actividad dirigida a la ciudadanía.



ACTIVIDADES CERRADAS

PARTICIPACIÓN COMUNITARIA

- CENTRO DE ATENCIÓN A DROGODEPENDENCIAS
- SENSIBILIZACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO EN INSTITUTOS
- PUNTO "A"
- RED ARGANZUELA

MÁS INFORMACIÓN

FB: [Facebook.com/Espacioigualdadjuanadona](https://www.facebook.com/Espacioigualdadjuanadona)

IG: [@espaciodeigualdadjuanadona](https://www.instagram.com/espaciodeigualdadjuanadona)

TW: [@eijuanadona](https://twitter.com/eijuanadona)

Facebook: [Madrid Igualdad](https://www.facebook.com/MadridIgualdad)

Instagram: [@madridigualdad](https://www.instagram.com/madridigualdad)

Twitter: [@MadridIgualdad](https://twitter.com/MadridIgualdad)

YouTube: [Madrid Igualdad](https://www.youtube.com/MadridIgualdad)

La Red Municipal de Espacios de Igualdad continúa prestando atención presencial en las áreas de apoyo individualizado: psicológica y jurídica a todas las mujeres de la Ciudad de Madrid que así lo requieran. Los talleres son mayoritariamente presenciales, los talleres online requieren uso de cámara, excepto los que se indican directos en YouTube.

Para poder participar, tienes que escribirnos un correo a juanadonal@madrid.es o llamarnos al teléfono 915881718

10

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes:

Mañana: 10 a 14 h.

Tarde: 16 a 20 h.

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

**SE REQUIERE INSCRIPCIÓN PREVIA
EN TODAS LAS ACTUACIONES
GRUPALES**