



PROGRAMACIÓN DICIEMBRE 2021

“No hemos venido a alegrarles la vista, tampoco a completar su mitad.

Somos dueñas de la piel que nos viste, de nuestra guarida, de las palabras que nunca pudieron amordazar”.

Mabel Flores.

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 con 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; 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, 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 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.

1

En estos momentos 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, regularización como empleada de hogar, cómo realizar tu inscripción como demandante de empleo, solicitar alguna prestación... Trae tus dudas, 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.



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.

En diciembre, conmemoramos el Día de los Derechos Humanos y el Día Internacional de las Personas con Discapacidad, entre otros.

Reflexionamos y compartimos sobre los procesos de migración, lo que supone dejar atrás el año 2021, los cambios que nos ha supuesto, etc. Y además continuamos con nuestros talleres permanentes de empoderar- T, desarrollo profesional, psicología y jurídica.

El Emilia Pardo Bazán es un Espacio de Igualdad para relacionarse y generar cambio social, pero ese cambio lo diriges tú. Dedícate un rato para compartir actividades, verás que es una interesante y saludable forma de autocuidado, desarrollo personal, social y ocio.

Las actividades requieren de inscripción previa y confirmación de plaza. Todas aquellas que llevan este símbolo (*) están destinadas a toda la población, el resto son dirigidas a las mujeres en toda su diversidad.

Todas las actividades se llevan a cabo sin coste para las/os participantes. Las actividades presenciales se realizan respetando las medidas de seguridad sanitaria. Reserva tu plaza.

ESCUELA DE IGUALDAD.

Profesionales en Red de Ciudad Lineal. (*)

Profesionales de la atención y/o intervención en Ciudad Lineal que comparten recursos y estrategias para promover una intervención basada en la igualdad entre mujeres y hombres.

¡Un grupo en el que crear red y poner feminismo, apoyo y autocuidado en el centro!

Taller permanente. **Viernes 17 de diciembre de 17:30 a 18:30h. A través de Zoom.** Dirigida a toda la ciudadanía, especialmente profesionales de la intervención socio-sanitaria de Ciudad Lineal. Inscripción previa.

Colorín colorado... El cuento ha cambiado. (*)

2

Los cuentos tradicionales necesitan ser reflexionados antes de llegar a nuestras/os peques. En este espacio compartiremos, hombres y mujeres, historias alternativas a las de príncipes que deben salvar a las princesas que esperan y que no son valientes.

Generamos nuevas narrativas para promover que niñas y niños, puedan imaginar que son quienes quieren y con quienes quieren ser.

Lunes 20 de diciembre de 17:30 a 18:30h. Actividad presencial. Dirigida a toda la ciudadanía. Inscripción previa.

2 de diciembre. Día Internacional para la Abolición de la Esclavitud.

Cine Fórum: “12 años de esclavitud”. (*)

Una historia basada en hechos reales que nos habla de esclavitud, libertad y supervivencia.

Visionamos el film para después, como siempre, debatir y compartir desde un análisis con perspectiva de género.

“12 años de esclavitud” es una película que se puede visionar a través de diferentes plataformas de cine online y en el catálogo de las Bibliotecas Municipales de Madrid.

Jueves 2 de diciembre de 17:30 a 20h. Actividad presencial. Dirigida a toda la ciudadanía. Inscripción previa.



10 de diciembre. Día de los Derechos Humanos.

Cine Fórum: “Sufragistas”. (*)

Inglaterra, año 1912. Mujeres que ponen en juego su vida (trabajo, casa, hijos/as...) por lograr una igualdad real y efectiva. Visionamos este film y debatimos posteriormente sobre los aspectos más importantes del mismo.

“Sufragistas” es una película que se puede visionar a través de diferentes plataformas de cine online y en el catálogo de las Bibliotecas Municipales de Madrid.

Lunes 13 de diciembre de 17:30 a 20h. Actividad presencial. Dirigida a toda la ciudadanía. Inscripción previa.

3 de diciembre. Día Internacional de las Personas con Discapacidad.

Ciclo: “Discapacidad y/o Dependencia”. (*)

En la primera sesión, abordaremos todo lo relacionado con el grado de discapacidad. Requisitos, solicitud y beneficios fiscales y laborales. Además, haremos una comparativa e introduciremos qué es la dependencia.

Jueves 9 de diciembre de 10:30 a 12h. Actividad presencial. Dirigida a toda la ciudadanía. Inscripción previa.

Todo sobre la Dependencia. (*)

Toda la información sobre la Ley de dependencia y el procedimiento para acceder a los derechos que establece la Ley. Qué requisitos debe cumplir, cómo solicitarla, qué documentación necesita, grados de dependencia, cómo se realiza la valoración y qué tipo de ayudas puede solicitar. Haremos una comparativa final entre grado de discapacidad y Ley de dependencia.

Jueves 23 de diciembre de 10:30 a 12h. Actividad presencial. Dirigida a toda la ciudadanía. Inscripción previa.

Exposición colectiva itinerante sobre igualdad y violencia de género. (*)

La Asociación sin ánimo de lucro y solidaria “Círculo de Pintores Solidarios” ha organizado, en colaboración con Cruz Roja Española, una exposición colectiva itinerante sobre Igualdad y Violencia de Género con el fin de reivindicar, a través de su pintura, la igualdad entre hombres y mujeres con especial atención a sensibilizar, combatir y prevenir la violencia de género tan presente por desgracia en nuestra sociedad.

¡Ven a visitarla!

Del 1 al 29 de diciembre de lunes a viernes de 10 a 14 y de 16:30 a 20:30h. Actividad presencial. Dirigida a toda la ciudadanía. Inscripción previa.

ESCUELA DE EMPODERAMIENTO.

3

18 de diciembre. Día Internacional del/a Migrante.

Encuentro: “Historias de mujeres migrantes”.

Todo lo que vivimos cada una de nosotras, influye en la forma de relacionarnos con el resto, y es necesario comprender sin juzgar, a las personas con las que interaccionamos.

Si quieres compartir tu historia y/o escuchar el relato de otras mujeres que han afrontado un proceso migratorio, este es un encuentro para ello.

Viernes 10 de diciembre de 17 a 18h. Actividad presencial. Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.

Creando redes: “Huertos urbanos comunitarios de Ciudad Lineal”.

Acércate al Espacio de Igualdad para conocer dónde están y cómo participar en los huertos urbanos comunitarios de Ciudad Lineal.

¿Para qué? Observar su desarrollo, integrar el mundo rural en el urbano y potenciar una forma de ocio saludable, creando redes sororas y compartiendo conocimientos y experiencias.

Miércoles 1 de diciembre de 11 a 12h y de 17 a 18h. Actividad presencial. Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.



¿Caminamos juntas?

Caminamos de la mano de nuestras vecinas para conocer los rincones de Ciudad Lineal y observar las características de sus calles.

Si quieres y/o te han recomendado caminar pero no quieres hacerlo sola, ya tienes con quién. Sólo dinos cuándo te apetece que vayamos a recorrer juntas las calles del Distrito.

Taller permanente. **Escríbenos, llámanos o acércate al Espacio y quedamos el día y hora que prefieras.** Entre todas decidimos. Actividad dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.

Bienvenida al 2022: nuestros nuevos deseos.

Finaliza el año 2021 y comenzamos uno nuevo, diferente como cualquier otro. Pero, ¿qué nos depara el 2022?

Compartimos nuestros nuevos deseos para nosotras mismas, ponemos en común nuestras fortalezas y nos unimos para despedir juntas el año que forma parte de nuestra historia, pero que dejamos atrás.

Martes 28 de diciembre de 10 a 11h. Actividad presencial. Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.

Liberando tensiones.

Nos juntamos para realizar diferentes ejercicios que nos ayuden a eliminar tensiones acumuladas en nuestro día a día y aumentar la flexibilidad y la movilidad.

¡Ya es hora de liberar nuestro cuerpo!

Taller permanente. **Jueves 2, 16 y 30 de diciembre de 10:30 a 11:30h. Actividad presencial.** Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.

EmpoderARTE.

Visita al Museo Nacional Thyssen- Bornemisza.

Salimos del Espacio de Igualdad para visitar el Museo Thyssen- Bornemisza Aprendemos juntas sobre arte, personajes, época, estilos e ideas.

¿Te vienes? Apúntate.

Lunes 20 de diciembre de 12 a 14h. Actividad presencial en Paseo del Prado, 8. Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa

El Rincón de la Lectora.

“El Rincón de la Lectora” es una pequeña Biblioteca de préstamo en la entrada del Espacio.

4

Nuestro objetivo: fomentar la lectura, reflexionar y aprender gracias a ella. Además, podrás dejar una nota en el “Rincón de la Lectora” de lo que te ha aportado “ese libro”, y de ese modo, compartir nuestras sensaciones... y que éstas den pie a la imaginación de la siguiente persona que decida leer ese libro.

¿Qué te parece? ¡El Rincón está vivo, ven a formar parte de él!

Recogemos ideas. Mándanos tus propuestas a través de nuestro mail, Redes Sociales o nuestro teléfono y WhatsApp.

Cántame, me dijiste cántame.

Voz, arte, sentimiento y poderío. Si quieres unirse al “son del Emilia”, esto es lo único que tienes que traer. Una actividad para poder cantar y ser libres al hacerlo, compartiendo con otras mujeres lo que siempre nos ha gustado hacer y lo que nos acompaña en nuestro día a día.

¡Si cantas, da igual qué y cómo, este es el taller que estabas esperando y que te está esperando!

Taller permanente. **Lunes 27 de diciembre de 17 a 18h. Actividad presencial.** Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.



El teatro que llevamos dentro.

Te proponemos un taller en el que ser teatreras e improvisar desde lo más adentro de nosotras mismas.

Diferentes escenas y situaciones para analizar, reflexionar, poner en común e interpretar.

¿Te animas a hacer el teatro de tu vida?

Taller permanente. **Miércoles 22 de diciembre de 11 a 12h. Actividad presencial.** Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.

De la mano de Emilia Pardo Bazán, en busca de las mujeres perdidas.

Con este taller permanente, nuestro objetivo es visibilizar y analizar las obras de mujeres de la cultura cuyos trabajos y vidas nos han sido ocultados.

Juntas nos adentraremos en los aspectos más significativos de su trayectoria y compartiremos su conocimiento. El objetivo es empoderarnos desde el ejemplo de tantas mujeres que han realizado grandes aportaciones a la cultura, dándoles la visibilidad merecida y reconociendo su legado.

Taller permanente. **Viernes 3 de diciembre de 17:30 a 18:30h. A través de Zoom.** Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.

Espacio Jurídico-Informativo para Nosotras.

Ciclo Jurídico sobre trámites con la Administración.

Certificado Digital- clave pin - clave permanente.

¿Siempre oyes hablar del certificado digital y no sabes qué es o para qué sirve? ¿Sabes lo que es, pero no sabes cómo obtenerlo? ¿Tampoco tienes clave permanente? ¿Y clave pin?

Aquí te diremos todo lo que necesitas saber. Para qué se utiliza y cómo se obtiene.

Martes 14 de diciembre de 10:30 a 12h. Actividad presencial. Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.

Aplicaciones móviles de la Administración.

En esta segunda sesión veremos las aplicaciones que tiene la Administración y como descargarlas y utilizarlas, lleva la tarjeta sanitaria en tú móvil, tu clave pin y hasta tu carnet de conducir.

Martes 21 de diciembre de 10:30 a 12h. Actividad presencial. Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.

Empoderamiento Psicológico.

Grupo terapéutico: “Gestionando emociones”.

Espacio de trabajo personal y apoyo en el que nos centraremos en los malestares emocionales y compartiremos estrategias y herramientas para vivir una vida más autónoma e independiente.

Se realizará una valoración previa al ingreso en el grupo de las participantes con la psicóloga del Espacio.

Todos los jueves de 11:30 a 13:30h. Actividad presencial. Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.

Grupo terapéutico: “Mujeres resilientes”.

El grupo es un espacio de entendimiento y apoyo mutuo que pretende favorecer la recuperación emocional de las mujeres y el aprendizaje de formas de relación más saludables.

Se realizará una valoración previa al ingreso en el grupo de las participantes con la psicóloga del Espacio.

Todos los martes de 17 a 19h. Actividad presencial. Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.



Empleo en Femenino.

Espacio Conéctate para el empleo.

En Octubre, en este espacio, te puedes conectar a internet y usar nuestras tablets para buscar empleo. Es un buen momento para optar a las ofertas de trabajo de la campaña de Navidad.

Si no te manejas muy bien, nosotras te ayudamos.

Taller permanente. **Lunes 6, 13, 20 y 27 de diciembre de 10 a 11:30h. Actividad presencial.** Dirigida a mujeres en toda su diversidad. Inscripción previa.

Grupo de búsqueda de empleo para mujeres mayores de 52 años.

Hay muchas mujeres por encima de los 50 años que quieren trabajar, que tienen una experiencia increíble, y tienen dificultades para encontrar empleo por la edad. ¡Y este talento no se puede dejar escapar!

En este grupo de búsqueda de empleo, aprenderemos juntas a dar con la clave para encontrar un empleo, sin que la edad sea un impedimento para ello.

Taller permanente. **Martes 7, 14, 21 y 28 de diciembre de 11 a 12:30h. Actividad presencial.** Dirigida a mujeres en toda su diversidad, en especial a mujeres mayores de 52 años. Inscripción previa.

Empoderamiento Digital/ TIC,s.

“Mujeres navegando a través de la red”.

¿Dudas y/ o dificultades con las aplicaciones móviles y las redes sociales? Aprendemos juntas acerca del uso de Gmail, Canva, Zoom, Instagram, Facebook, Tiktok... Plantea y resolvemos.

¡Tiremos abajo la brecha digital y navegamos libres y con seguridad!

Taller permanente. **Miércoles 1 y 15 de diciembre de 12 a 13h. Actividad presencial.** Dirigida a mujeres en toda su diversidad, en especial a mujeres mayores de 55 años. Inscripción previa.

HORARIO DE ATENCIÓN DEL ESPACIO DE IGUALDAD:

De lunes a viernes.

De 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 20:30 horas

Imprescindible cita previa.

Puedes solicitarla por teléfono:

915 256 831 / 625 090 251

O en el email: emiliapardobazan6@madrid.es

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