



PROGRAMACIÓN SEPTIEMBRE 2022

“No hay barrera, cerradura ni cerrojo que puedas imponer a la libertad de mi mente”

Virginia Woolf (1882-1941). Escritora referente del modernismo vanguardista del siglo XX y del movimiento feminista.

RED MUNICIPAL DE ESPACIOS DE IGUALDAD

1

Es un recurso público municipal especializado en la promoción de la igualdad y la prevención de la violencia machista.

Para ello, se ofrecen **servicios gratuitos de intervención individual a las mujeres y actividades grupales abiertas a la población** que abordan de manera transversal la violencia machista.

Espacio accesible para personas con discapacidad.

HORARIO DE ATENCIÓN:

Lunes a viernes de 9 a 14h y de 15 a 18h.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 795 24 21 – 692 73 45 83

Correo electrónico: centrodulcechacon@gmail.com

Presencialmente: calle Mareas, 34 (Metro Villaverde Alto o Renfe Puente Alcocer)

Espacio de Igualdad
DULCE CHACÓN

Calle Mareas, 34. Local 2
Distrito de Villaverde

☎ 91 795 24 21
centrodulcechacon@gmail.com
www.madrid.es/espaciosdeigualdad





SERVICIOS DE ATENCIÓN INDIVIDUAL:

Dirigida a mujeres

Ofrecemos apoyo y asesoramiento gratuito, mediante cita previa, en las siguientes áreas:

- **Psicológica:** para favorecer el bienestar y la autonomía personal, la reducción del estrés y la ansiedad ante situaciones de discriminación o violencia por razones de género.
- **Jurídica:** en materia civil, laboral, de extranjería y especialmente en todo lo relacionado con la violencia machista.
- **Desarrollo Profesional:** se fomenta la empleabilidad de las mujeres a través de la mejora de sus capacidades, sus competencias y habilidades sociolaborales.

ACTIVIDADES GRUPALES

Algunas de estas actividades son de continuidad, por lo que te invitamos a contactar con el Espacio de Igualdad para consultar las plazas disponibles.

ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN

2

Dirigida a la población general y profesionales que quieran profundizar en temas relacionados con la igualdad y la diversidad de género. Falta negrita color del Espacio

VISITAS Y PASEOS

“Paseos Morados”

¡Todas las ciudades tienen historia feminista!

En colaboración con el Espacio de Igualdad “María Moliner” os proponemos un paseo morado para recorrer los rincones de Madrid que marcaron la historia de las mujeres, y de toda la ciudad. Vente y descubre los lugares que fueron pilares fundamentales para la lucha hacia la igualdad.

Dirigido a toda la población.

Jueves 22 de septiembre. De 10 a 13h.

Espacio de Igualdad

DULCE CHACÓN

Calle Mareas, 34. Local 2

Distrito de Villaverde

☎ 91 795 24 21

centrodulcechacon@gmail.com

www.madrid.es/espaciosdeigualdad



TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS

"Club de Lectura Encuentros Violetas"

¿Te gusta leer? Cada mes vamos a reunirnos en la Biblioteca María Moliner para compartir una lectura y analizarla con perspectiva de género. Leeremos a autoras pasadas y presentes, conversaremos sobre sus obras y compartiremos las reflexiones y sensaciones que nos transmiten favoreciendo un lugar para el encuentro y la amistad.

Dirigido a toda la población.

Viernes 16 de septiembre. De 10 a 12h.

HOMBRES POR LA IGUALDAD

"Taller de sexualidad para hombres"

¿Qué significado como hombres, le damos a la sexualidad? ¿de qué forma la compartimos y se satisfacen nuestros deseos? Con la idea de generar y compartir espacios y experiencias más igualitarias entre hombres y mujeres, ofrecemos este taller dirigido a hombres donde abrir un debate y reflexión favoreciendo un espacio psicoeducativo donde fomentar las relaciones sexuales basadas en el respeto y la igualdad.

Con la colaboración de SEDRA.

Dirigido a hombres.

Viernes 16 de septiembre. De 11:30 a 13h.

CICLOS DE CINE

Proyección a debate "Clara Campoamor la mujer Olvidada"

La lucha de una mujer injustamente olvidada. La película nos presenta la batalla de Clara Campoamor, la mujer que consiguió el sufragio femenino en España.

En el año 1931, en España se proclama la Segunda República. En este contexto, las mujeres son elegibles, pero no pueden votar. Clara Campoamor y Victoria Kent son las primeras mujeres diputadas que pisan las cortes y se plantean muy firmemente luchar por los derechos de la mujer, con mucho rechazo y obstáculos por parte de sus propios compañeros de partido, republicanos, de izquierdas. No obstante, después de una lucha constante, y después de múltiples traiciones, el 1 de diciembre de 1931, Campoamor consigue su objetivo: el voto para la mujer. Disponible en las Bibliotecas Públicas de la Comunidad de Madrid.

Dirigido a toda la población. Centro de Mayores Villalonso.

Martes 27 de septiembre. De 10:30 a 12:30h.

Espacio de Igualdad

DULCE CHACÓN

Calle Mareas, 34. Local 2

Distrito de Villaverde

 91 795 24 21

centrodulcechacon@gmail.com

www.madrid.es/espaciosdeigualdad





ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA.

Dirigida a población general y profesionales que quieran mejorar sus conocimientos y habilidades para prevenir y detectar la violencia machista.

TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS

“Ciberviolencias sexuales”

¿Quieres conocer más sobre las violencias machistas digitales? ¿Sabes cómo prevenirlas? En este taller aprenderemos juntas los tipos de ciberviolencias sexuales que existen, los mitos y estereotipos asociados, compartiremos estrategias útiles para la detección y prevención, y conoceremos recursos a los que poder acudir ante los delitos sexuales digitales.

A través de dinámicas grupales, reflexionaremos juntas sobre la normalización en redes sociales e Internet de las ciberviolencias sexuales contra las mujeres.

¡Anímate a participar!

Con la colaboración de Accem.

Dirigido a mujeres migradas de 18 a 35 años.

Martes 6 de septiembre. De 10:30 a 13h.

“Conmemoración del Día Internacional contra la Explotación Sexual y la Trata de Mujeres, Niñas y Niños”

4

En Conmemoración del Día Internacional contra la Explotación Sexual y la Trata de Mujeres, Niñas y Niños y comprometidas en la realización de campañas de concienciación para el conocimiento del problema de la trata, así como su prevención y erradicación, contamos con Médicos del Mundo, con el fin de visibilizar el gravísimo atentado contra los derechos humanos que se diversifica en varias modalidades: explotación sexual, explotación laboral, trabajos forzados, tráfico de órganos, etc. De las cuales la variante, la relacionada con la explotación sexual, es la más numerosa, constituyendo y conlleva un fuerte componente de género, pues la inmensa mayoría de sus víctimas son mujeres y niñas.

Con la colaboración de Médicos del Mundo.

Dirigido a la población general.

Viernes 23 de septiembre. De 10 a 11:30 h.

“Espacio de análisis y reflexión, ampliando la mirada sobre la violencia de género”

La psicóloga del Espacio de Igualdad, facilitará información sobre la violencia de género, con el fin de profundizar de forma conjunta con el equipo de voluntariado de Cáritas sobre dichas violencias. Así mismo, se trabajará sobre las estrategias adecuadas para la detección y derivación a recursos especializados de situaciones de violencia de género identificadas en las mujeres que pasan por los procesos de acompañamiento de Cáritas.

Dirigido a voluntariado de Cáritas Vicaría V.

Jueves 22 de septiembre. De 16:30 a 18h. Online.

Espacio de Igualdad

DULCE CHACÓN

Calle Mareas, 34. Local 2

Distrito de Villaverde

☎ 91 795 24 21

centrodulcechacon@gmail.com

www.madrid.es/espaciosdeigualdad



“Promotoras/es de igualdad de género”.

Espacio formativo dirigido a profesionales Servicio Vínculos. Proyecto de Soledad No Deseada de Madrid Salud - Ayuntamiento de Madrid, del 13 de septiembre hasta el 4 de octubre de 2022.

PRIMERA SESIÓN: Promoción de la igualdad y diversidad de género. Se abordarán los siguientes contenidos: Teoría Sexo/género. Roles y estereotipos de género. Socialización de género diferenciada. Sistema patriarcal. Gestión emocional por género. Autoestima y género. Diversidad sexual. Acompañamiento a personas Trans*

Dirigido a profesionales. Grupo cerrado.

Martes 13 de septiembre. De 10 a 12h. Online.

SEGUNDA SESIÓN: Ampliando la mirada sobre la violencia machista. Se abordarán los siguientes contenidos: Construcción social del amor romántico. Mitos. Teoría sobre la violencia de género y herramientas prácticas y vivenciales para su prevención.

Dirigido a profesionales. Grupo cerrado.

Martes 20 de septiembre. De 10 a 12h. Online.

TERCERA SESIÓN: Consecuencias psicológicas y emocionales de la violencia machista sobre las mujeres. Se abordarán en profundidad los siguientes contenidos: repercusiones de la violencia de género en pareja o expareja en las mujeres e información sobre recursos especializados de la Red Violencia de Género.

5

Dirigido a profesionales. Grupo cerrado.

Martes 27 de septiembre. De 10 a 12h. Online.

Grupo de mujeres con diversidad funcional: “Guerreras, amigas que se cuidan”.

Este grupo está conformado por mujeres con discapacidad intelectual de la Asociación AFANDICE y será guiado desde el Espacio de Igualdad Dulce Chacón con el objetivo de trabajar distintas temáticas que tienen que ver con el desarrollo personal, la promoción de la salud, la educación sexual y la prevención de las violencias. Dedicaremos una mañana de manera quincenal para conocernos más a nosotras mismas y para aprender a poner límites, gestionar ciertas situaciones que puedan generarnos malestar y a relacionarnos de otra manera más saludable con nuestra sexualidad.

PRIMERA SESIÓN: Autocuidados feministas. juntas haremos un trabajo integral que parte del autoconocimiento y el autocuidado, atendiendo a las emociones, como estrategia de autodefensa para enfrentar las múltiples formas de violencia contra las mujeres.

Dirigido a mujeres de AFANDICE. Grupo cerrado.

Miércoles 14 de septiembre. De 11:30 a 12:30h.

Espacio de Igualdad

DULCE CHACÓN

Calle Mareas, 34. Local 2

Distrito de Villaverde

 91 795 24 21

centrodulcechacon@gmail.com

www.madrid.es/espaciosdeigualdad





SEGUNDA SESIÓN: Reforzando mi autoestima. Haremos un recorrido grupal en base a nuestra autoimagen y como reforzarla.

Dirigido a mujeres de AFANDICE. Grupo cerrado.

Miércoles 28 de septiembre. De 11:30 a 12:30h.

ACTIVIDADES DE EMPODERAMIENTO.

Dirigida a mujeres que quieran iniciar o fortalecer su proceso de empoderamiento personal junto a otras mujeres.

BIENESTAR FÍSICO

“Consigue calma pintando tu mándala”

Pintar mándalas aporta equilibrio, paz y serenidad además de ayudar a la concentración y facilitar la atención plena. En este espacio, dinamizado por la psicóloga de nuestro centro, pondremos en práctica esta técnica creando un ambiente de calma, bienestar y autocuidado. ¡Anímate a participar!

Dirigido a mujeres.

Jueves 8 y 22 de septiembre. De 10 a 11:30h.

“Descúbrete a través del Yoga”

Después de arrancar este taller en agosto, queremos dedicarte de nuevo en septiembre este espacio de autocuidado y autoconocimiento a través de la práctica del Yoga por sus innumerables beneficios a nivel físico y emocional. No dejes escapar esta oportunidad, ¡apúntate!

Dirigido a mujeres.

Jueves 1, 8, 15, 22 de septiembre. De 13 a 14h.

“Mindfulness”

En muchas ocasiones, las situaciones pasadas, y las proyecciones hacia el futuro, nos dificultan conectar de manera consciente con la experiencia del momento presente. Para facilitar este encuentro, hemos creado este maravilloso espacio de atención plena hacia nosotras mismas, con el fin de favorecer un espacio de escucha y de meditación guiada. No te lo puedes perder, apúntate.

Con el apoyo de Dionne Beltrao Sial, Experta en Mindfulness y Meditación.

Dirigido a mujeres.

Lunes 12, 19 y 26 de septiembre. De 16:30 a 18h.

Espacio de Igualdad

DULCE CHACÓN

Calle Mareas, 34. Local 2

Distrito de Villaverde

☎ 91 795 24 21

centrodulcechacon@gmail.com

www.madrid.es/espaciosdeigualdad





"Moviendo el esqueleto"

Ven a pasar una mañana en donde poder reconectar con tu cuerpo y el movimiento a través de diferentes técnicas corporales. Trabajaremos con diferentes ejercicios físicos y dinámicas tanto en nuestro espacio como al aire libre. Encontraremos bienestar a través del movimiento ejercitándonos juntas.

¡Anímate!

Dirigido a mujeres.

Lunes 5, 12, 19 y 26 de septiembre. De 11 a 12h.

BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL

"Espacio de salud para mujeres migrantes"

Espacio mensual en el Espacio de Igualdad, en el que poder reflexionar sobre la salud desde una perspectiva biopsicosocial: cuerpo - mente - entorno, con la idea de compartir inquietudes y resolver dudas.

Buscamos crear un espacio de aprendizaje dirigido a la mujer migrante y migrada que comprende aspectos relacionados con la educación, la prevención y la promoción de la salud y de los derechos sexuales y reproductivos. Todo ello con un enfoque holístico, de género y transcultural. En colaboración con las compañeras sanitarias del equipo de Salud entre Culturas.

Dirigido a mujeres migrantes. Grupo abierto. Plazas disponibles.

Martes 13 septiembre. De 11:30 a 13h.

"Reconstruyendo mi autoestima"

En este grupo terapéutico compartiremos sentires y experiencias. Trabajaremos aspectos de nosotras mismas como autoestima, maternidad, sexualidad, emociones...con el objetivo de encontrarnos mejor y comenzar un proceso de empoderamiento y cambio con nosotras mismas. Todo esto desde el cuidado, la sororidad y el apoyo entre nosotras. ¡Apúntate! Valoración previa por parte de la psicóloga del Espacio de Igualdad.

Dirigido a mujeres.

Jueves 29 de septiembre. De 12:30 a 14h.

EMPODERAMIENTO ARTÍSTICO

"Laboratorio Artístico"

Saca tu lado más creativo y comparte con nosotras un espacio de creación artística colectiva basado en las diferentes técnicas pictóricas. En cada sesión exploraremos diferentes temáticas y materiales. Apúntate a este taller artístico en donde exploraremos diferentes formas de expresarnos entendiendo el arte como algo sanador y liberador. No necesitas experiencia previa para participar.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 7 y 21 de septiembre. De 11 a 12:30h.

Espacio de Igualdad

DULCE CHACÓN

Calle Mareas, 34. Local 2

Distrito de Villaverde

☎ 91 795 24 21

centrodulcechacon@gmail.com

www.madrid.es/espaciosdeigualdad



EMPODERAMIENTO JURÍDICO, LABORAL Y/O DIGITAL

“Empoderamiento ante la Banca. Inversión Socialmente Responsable y Ética Bancaria”

Teniendo en cuenta la brecha salarial de género y el impacto que esto tiene en las mujeres, en esta sesión explicaremos la diferencia entre la banca ética y la tradicional, qué entidades de banca ética operan en España y veremos qué son las finanzas sostenibles y las Inversión Socialmente Responsable, ahora tan presentes en cualquier entidad financiera. Con ello, pretendemos el empoderamiento de las mujeres ante la toma de decisión relativas a la Banca.

Con la colaboración de Economistas sin Fronteras.

Dirigido a mujeres.

Viernes 30 de septiembre. De 10:30 a 12h.

“Mejora tus habilidades para búsqueda de empleo online”

Con estas sesiones te proponemos familiarizarte con la búsqueda de empleo a través de internet y te acercamos los portales de empleo públicos y privados más eficaces y actuales para que puedas realizar una búsqueda de empleo con resultados. Además, trataremos la búsqueda de empleo a través de redes sociales como LinkedIn para que puedas estar actualizada y encuentres nuevas fórmulas online para poder acceder a ofertas de trabajo.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 7, 14, 21 y 28 de septiembre. De 10 a 11:30h.

“Taller de alfabetización”

¡Retomamos las clases de alfabetización!

Saber leer y escribir nos permite entender e interpretar el mundo que nos rodea, en definitiva, nos ayuda a manejarnos con autonomía e independencia. En muchas ocasiones, realizar actividades de la vida cotidiana puede resultar difícil sin tener adquiridas estas habilidades de lectoescrituras.

Dirigido a mujeres.

Viernes 9, 16, 23 y 30 de septiembre. De 10 a 11:30h.

“Conectando con las Nuevas Tecnologías: Aula de Informática”

Las "nuevas" tecnologías han venido para quedarse. La situación sanitaria y social que estamos viviendo hace que las nuevas tecnologías sean cada vez más necesarias para poder relacionarnos con el mundo y para llevar a cabo tareas básicas que forman parte de nuestro cotidiano. Os acompañaremos en el proceso de la manera más individualizada posible y los contenidos que trabajaremos son conocimientos informáticos básicos como el manejo del ratón, la mecanografía, Word y Excel, Internet y correo electrónico.

Dirigido a mujeres.

Nivel inicial. Lunes 5, 12, 19 y 26 de septiembre. De 16 a 17:30h.

Espacio de Igualdad

DULCE CHACÓN

Calle Mareas, 34. Local 2

Distrito de Villaverde

 91 795 24 21

centrodulcechacon@gmail.com

www.madrid.es/espaciosdeigualdad





“Aprovecha al máximo tu móvil para empoderarte”

Con el fin de acercarnos a mujeres mayores, ofrecemos este espacio donde se trabajarán de forma práctica cuestiones elementales para el manejo básico de tu móvil. Y además de adquirir conocimientos y habilidades, se pretende incidir ante la “brecha digital” que afecta a las mujeres, especialmente a las mujeres mayores, y acompañarlas a superar los miedos e inseguridades con la telefonía móvil estimulando el empoderamiento, la autonomía y la autoestima.

Con la colaboración del Servicio de Soledad No Deseada de Villaverde.

Dirigido a mujeres mayores de 60 años. Grupo cerrado.

Martes 13, jueves 15, martes 20, jueves 22, martes 27 y jueves 29 de septiembre. De 10 a 11:30h.

TRABAJO COMUNITARIO

Trabajamos en red con asociaciones, colectivos y recursos comunitarios del distrito, ya sea para la realización de actividades o para dar respuesta a demandas específicas.

Si deseas más información, ponte en contacto con nosotras.

“Mural colaborativo Villaverde”

De forma conjunta con el Espacio de Igualdad Clara Campoamor, Agente de Igualdad y la Unidad de Participación Ciudadana y Cooperación Público Social del distrito de Villaverde se está llevando a cabo la elaboración de un Mural colaborativo en Villaverde de retratos de mujeres referentes. Se ha iniciado un proceso participativo en el que contaremos con la participación las entidades de mujeres del distrito para decidir conjuntamente que mujeres serán pintadas en el mural comunitario.

Dirigido a entidades convocadas al encuentro

Martes 20 de septiembre. De 18 a 20h.

“Homenaje por su labor social al párroco de Villaverde”

De forma conjunta dese la Plataforma Comunitaria Vive tu Barrio y la Asociación Vecinal Los Hogares se está organizando un encuentro para despedir y homenajear la labor social del párroco de Villaverde en un encuentro muy especial lleno de sorpresas

Dirigido a toda la población

Viernes 23 de septiembre. De 18 a 20h.



2º Encuentro Interespacial de Hombres por la Igualdad

Segundo Encuentro de grupos de hombres de los Espacios de Igualdad que trabajan contra el machismo en diferentes actividades a lo largo del año. Continuamos con el compromiso de reunirnos y realizar acciones conjuntas en la Red de Espacios de Igualdad por una sociedad más justa y equitativa con motivo del 25N (Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer) u otras posibles acciones, jornadas, etc.

Dirigido a hombres y grupos de hombres de la Red Municipal de Espacios de Igualdad.

Lugar Encuentro: Espacio de Igualdad Juana Doña, Paseo de la Chopera, 10.

Jueves 29 de septiembre. De 18 a 20h.

Actividad Interespacial: “Hablemos de la menstruación”

Te invitamos al visionado de la película “Red Cunt”, un documental de animación sobre la menstruación y los tabúes a su alrededor. Abordaremos el mundo de la regla y la pondremos allí donde se merece: en medio de la sociedad y no escondida en un rincón. ¿Por qué está tan discriminada la regla? ¿Quién saca provecho de esta discriminación? Estas preguntas y muchas más se profundizan en la película con la ayuda de Mensi, un ser de sangre que acompaña a Isabel un par de días al mes durante muchos años.

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de los Derechos Sexuales y Reproductivos (28 de septiembre), Día Mundial de la Salud Sexual (4 de septiembre) y en colaboración con la Red Municipal de Espacios de Igualdad y los Cines Embajadores.

10

Dirigido a toda la población

Lugar Encuentro: Presencial Cines Embajadores. (horario pendiente de confirmar con Cines Embajadores)

Lunes 26 de septiembre. De 18 a 20h.

Espacio de Igualdad

DULCE CHACÓN

Calle Mareas, 34. Local 2

Distrito de Villaverde

☎ 91 795 24 21

centrodulcechacon@gmail.com

www.madrid.es/espaciosdeigualdad

