



EMILIA PARDO BAZÁN

Espacio de Igualdad

PROGRAMACIÓN MARZO 2023

"Lo que para los hombres era considerado "normal", en las mujeres se consideraba una desviación".

Lisa Appignanesi (1946-). Escritora, novelista, crítica cultural, profesora de universidad y traductora canadiense, nacida en Polonia.

RED MUNICIPAL DE ESPACIOS DE IGUALDAD

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 movilidad reducida. Si tienes otro tipo de discapacidad ponte en contacto con nuestro centro.

HORARIO DE ATENCIÓN:

Lunes a viernes de 10 a 14h y de 16 a 20h. Festivos cierra el centro.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 525 68 31/ 625 090 251

Correo electrónico: emiliapardobazan6@madrid.es

Presencialmente: avenida de Badajoz, 60 (metro Barrio de la Concepción)



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

Dirigida a la población general y profesionales que quieran profundizar en temas relacionados con la igualdad y la diversidad de género.

ACTIVIDADES EN FAMILIA:

Mi árbol violeta.

En esta actividad dirigida a familias, nos tenemos que poner las gafas violetas para observar nuestro árbol familiar. Niños y niñas deberán preguntar quiénes eran las mujeres de su familia, remontándose tres generaciones (bisabuela, abuela y madre).

Después, elaboramos nuestro árbol genealógico violeta para comprender cómo han cambiado las condiciones de vida para las mujeres a lo largo de los años.

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Actividad en colaboración con Asociación EDES.

Dirigida a familias.

Miércoles 1 de marzo. De 17 a 18h.



CICLOS DE CINE:

Tertulia, Género y Cine.

Una mirada a la igualdad a través del cine donde visualizamos una película para después compartir e intercambiar ideas, sentires y experiencias. ¡En el Emilia Pardo Bazán, las tardes son de cine! Este mes hablamos sobre mujeres e identidad racial.

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Eliminación de la Discriminación Racial, que se conmemora el 21 de marzo.

Dirigida a toda la población.
Miércoles 22 de marzo. De 17 a 19h.

TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS:

COMP-ARTE.

El programa CompArte, impartido por Fundación ACOBE y financiado por la Unión Europea, es un proyecto europeo que se desarrolla en coordinación con la entidad Bida de Alemania y que busca mejorar las competencias, habilidades y autoestima de las personas que se encuentran en situación de desempleo. A través de actividades artísticas, como risoterapia, pintura, y otras muchas más, podrás tener más herramientas para mejorar tu empleabilidad.

Actividad en colaboración con Fundación ACOBE.
Dirigida a toda la población.
Martes 21 y miércoles 22 de marzo. De 10 a 14h.

Actividad Comunitaria. 8M: Mariposas con nombre de Mujer.

Desde el Tejido Comunitario del distrito Ciudad Lineal, os traemos una actividad para que todas y todos pongamos nombre a unas pequeñas mariposas. El nombre, el de la mujer que tú decidas. Una mujer importante de la historia o de tu historia. El objetivo, visibilizar a cada una de las mujeres que han hecho y siguen haciendo que cada vez estemos más cerca de la igualdad. A todas ellas, GRACIAS.

Tienes dos opciones: la primera venir a la sesión grupal para la elaboración conjunta de las mariposas, la segunda, venir en horario de apertura y dejar tu mariposa en nuestra cesta destinada a ello. ¡Tú eliges!

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Actividad en colaboración con los Espacios Técnicos Comunitarios.
Dirigida a toda la población.
Lunes 6 de marzo. De 11:30 a 12:30h.

8M en Red. Quién es Quién en los Espacios de Igualdad.

Elena, María, Minerva, Clara, Dulce, Lucía... mujeres increíbles que han contribuido a la lucha feminista. Este 8M te invitamos a jugar, a descubrir y a conocer a las mujeres que dan nombre a los Espacios de Igualdad. Actividad organizada por la Red de Espacios de Igualdad.

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Dirigida a toda la población.
Miércoles 8 de marzo. De 11 a 12:30h.

¿Qué sabemos del retorno voluntario y el retorno productivo?

¿Llevas tiempo en España y la situación aquí, no es cómo esperabas y no sabes qué hacer? En este taller puedes asesorarte e informarte sobre cómo regresar, qué tipo de ayudas existen y cómo hacerlo. Todo ello teniendo en cuenta las diferencias existentes en caso de que la solicitud se haga por parte de una mujer o de un hombre y también si hay hijos/as menores o no.

Actividad en colaboración con Fundación Acobe.
Dirigida a población en general y profesionales.
Miércoles 22 de marzo. De 11 a 13h.

CONVOCATORIAS:

Ven a conocer el Emilia Pardo Bazán.

4

Ven a conmemorar con nosotras el 8 de marzo en esta jornada de puertas abiertas donde compartir la tarde con nosotras, si ya nos conoces, o conocernos si aún no lo has hecho. ¡Haz tuyo el Emilia Pardo Bazán!

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Dirigida a toda la población.
Miércoles 8 de marzo. De 16 a 18h.

“Concierto del cuarteto de Barbershop 4x4”.

Con motivo del 8 marzo, y por segundo año consecutivo, tenemos el honor de presentaros en concierto al “Cuarteto de Barbershop 4x4”. ¿Quiénes son? Se conocieron en “The Barbees”, el único coro femenino de música barbershop en Madrid. El barbershop es un estilo de música vocal a capella creada con tres voces que armonizan con la melodía cantada por una cuarta voz. Lo que hace tan diferente al barbershop de otro tipo de música vocal es el tipo de arreglo armónico y el uso de múltiples recursos artísticos como el tempo, el volumen, la dicción, el color y el fraseo. Manteniendo toda la esencia del barbershop puro, 4x4 ha sido pionero del barbershop con eñe: arreglos barbershop exclusivos de canciones en español.

Actividad en colaboración con el cuarteto Barbershop 4x4.
Dirigida a toda la ciudadanía.
Jueves 9 de marzo. A las 19h.



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA.

Actividades dirigidas a mejorar conocimientos y habilidades para prevenir y detectar la violencia machista.

VISITAS Y PASEOS:

Caminando por el barrio.

Caminamos juntas/os para conocer los rincones de Ciudad Lineal, observar las características de sus calles y responder a preguntas como si son las calles seguras o si conocemos a las mujeres dan nombre a algunas de ellas. Si no quieres caminar sola/o, ya tienes con quién.

Actividad enmarcada dentro del Proyecto Transversal Madrid Ciudad Segura para Mujeres y Niñas.

Dirigida a toda la población.
Miércoles 1 de marzo. De 11 a 12h.

HOMBRES POR LA IGUALDAD:

ComprometidOS.

Este mes os proponemos conversar sobre la masculinidad y repensar acerca de la necesidad de la implicación de los hombres en el camino hacia la igualdad real. ¡Ciudad Lineal Suma Igualdad!

5

Dirigida a hombres.
Miércoles 15 de marzo. De 17:30 a 19h.

TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS:

Taller de prevención de violencia machista.

Abordamos los comportamientos violentos que se dan en las relaciones de pareja y que están normalizados e integrados por todas y todos. Un taller de prevención de la violencia donde encontrar herramientas para visibilizar y generar nuevas relaciones sanas e igualitarias.

Dirigida a población en general y profesionales.
Miércoles 29 de marzo. De 17 a 18:30h.

Prevención de violencia en la red.

Acoso, sexting, grooming, sextorsión... El entorno digital no está libre de violencia machista. ¡Por el momento! En este taller, aprenderemos sobre los riesgos que encontramos en el entorno virtual y cómo identificarlos para protegernos.

Dirigida a población en general y profesionales.
Jueves 16 de marzo. De 17 a 18:30h.

ACTIVIDADES DE EMPODERAMIENTO.

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

BIENESTAR FÍSICO:

Cuerpos en movimiento desde el cuidado.

Os proponemos venir al Espacio de Igualdad para hacer ejercicio y decir adiós a las tensiones que tanto cuesta soltar. Se trata de un taller trimestral en el que, desde el placer y el cuidado, nos juntemos para mover nuestros cuerpos, compartir trucos de autocuidado, y pasar el día con las endorfinas subidas. ¡Ven a ejercitarte desde el amor!

Dirigida a mujeres.
Lista de espera para siguientes ediciones.
Jueves 9 de marzo. De 11:30 a 12:30h.

Estiramientos y relajación.

Una actividad en la que estirar, relajarnos y tomar conciencia de nuestro cuerpo. En este espacio nos tomaremos el tiempo necesario para que cada parte de nuestro cuerpo descanse y se estire a su ritmo, dejando que la mente se vaya relajando poco a poco.

Dirigida a mujeres.
Jueves 2 y 23 de marzo. De 12 a 13h.

6

BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL:

Grupo terapéutico: Mujeres Resilientes.

Terapia Grupal de continuidad. El grupo es un espacio de entendimiento y apoyo mutuo que pretende favorecer la recuperación emocional 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.

Dirigida a mujeres.
Lista de espera para siguientes ediciones
Martes 21 y 28 de marzo. De 17:30 a 19:30h.



El 8M por y para nosotras. Taller de autocuidado psicológico.

Compartiremos un espacio en el que reflexionar acerca de la autoestima, conocer formas de cuidarla y celebrarnos como mujeres.

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Dirigida a mujeres.

Jueves 9 marzo. De 17 a 19h.

Grupo terapéutico: Gestionando Emociones.

Espacio de trabajo personal y apoyo en el que nos centraremos en 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.

Dirigida a mujeres.

Lista de espera para siguientes ediciones

Jueves 23 y 30 de marzo. De 11:30 a 13:30h.

Rompiendo mitos sobre el final de la vida y el duelo.

7

Sesión de sensibilización en la que desde el CMSc de Ciudad Lineal nos presentarán el Proyecto de Comunidades Compasivas, para posteriormente charlar sobre diferentes ideas preconcebidas en torno al final de la vida y el duelo a través de la exposición de diferentes mitos.

Actividad en colaboración con Proyecto de Comunidades Compasivas de CMSc Ciudad Lineal.

Dirigida a mujeres.

Jueves 30 de marzo. De 11:30 a 13:30h.

Espacio de saberes compartidos.

Os proponemos un espacio propio, en el que compartir vuestros saberes con otras mujeres. Cada mes este espacio estará al cuidado de una de vosotras. Si te animas y te apetece compartir tus saberes, tus conocimientos y/o tus habilidades con otras mujeres, no te lo pienses.

Puedes escribir a emiliapardobazan6@madrid.es o llamar al 915 256 831/ 625 090 251.

Dirigida a mujeres.



EMPODERAMIENTO ARTÍSTICO:

Actividad Inter espacial: Micro abierto por el Día Mundial de la Poesía (21M). Especial 8M.

Con motivo del Día Mundial de la Poesía (21 de marzo), el Karma se convierte en un espacio de micro abierto para compartir la poesía de mujeres: poetisas conocidas o de creación propia.

Realizaremos esta actividad en colaboración con nuestras vecinas del Espacio de Igualdad Carme Chacón. Nos vemos en el Emilia Pardo Bazán a las 11:15h y vamos juntas. Si tienes dudas, pregúntanos.

Actividad enmarcada con motivo del Día Mundial de la Poesía, que se conmemora el 21 de marzo y del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Actividad en colaboración con el Espacio de Igualdad Carme Chacón de Hortaleza.

Dirigida a mujeres.

Jueves 23 de marzo. A las 12:15h en el El Carme Chacón (C/Matapozuelos 2).

Probando, probando...IMPROVISANDO.

¿Crees que el teatro puede ayudarte a sacar todas tus habilidades? ¿Te llamaron teatrera alguna vez? Pues llegó el momento de serlo. En esta actividad trabajaremos nuestras emociones, nuestra comunicación, capacidad de escucha y creatividad desde la risa y la alegría.

Un espacio creativo para liberarnos, expresarnos y romper nuestras barreras y miedos juntas.

Dirigida a mujeres.

Miércoles 15 y 29 de marzo. De 12 a 13h.

Club de lectura: Escritura de Mujeres.

En este club nuestro objetivo es escucharnos, leer, intercambiar opiniones y sentirnos. Acércate a alimentar tu gusto por la lectura y a conocer historias protagonizadas por mujeres desde su pluma, obra y vida. Juntas nos adentraremos en los aspectos más significativos de su escritura e historia.

Actividad enmarcada con motivo del Día Mundial de la Poesía, que se conmemora el 21 de marzo.

Dirigida a mujeres.

Viernes 31 de marzo. De 17 a 18h.

EMPODERAMIENTO LABORAL:

Laboratorio de cultura sostenible y emprendimiento.

Este mes comienza “Hélice”, un itinerario formativo en emprendimiento y sostenibilidad en el ámbito cultural que trabaja con población vulnerable en Madrid. A través de 8 sesiones presenciales, nos introduciremos en un proceso de aprendizaje y acompañamiento, en el que las mujeres participantes puedan finalizar con un puesto de trabajo en el ámbito cultural a través de una microempresa o proyecto de autoempleo. Es una oportunidad que no puedes perder, apúntate.

Actividad en colaboración con la Asociación Meninas Cartoneras.
Dirigida a mujeres.

Sesión 1: ¿Qué es emprender en cultura?
Martes 7 de marzo. De 11:30 a 13h.

Sesión 2: Igualdad, inclusión y respeto por la diferencia en el mundo cultural.
Martes 14 de marzo. De 11:30 a 13h.

Sesión 3: Taller de plan de negocios para mi emprendimiento.
Martes 21 de marzo. De 11:30 a 13h.

Sesión 4: Taller de autoconocimiento visual.
Martes 28 de marzo. De 11:30 a 13h.

Sesión 5: Pitching y desarrollo de habilidades comunicativas.
Martes 4 de abril. De 11:30 a 13h.

Sesión 6: Comunicación de proyectos culturales.
Martes 11 de abril. De 11:30 a 13h.

Sesión 7: Metas de la Agenda 2030.
Martes 18 de abril. De 11:30 a 13h.

Sesión 8: Emprendimientos.
Martes 25 de abril. De 11:30 a 13h.

Mujeres en búsqueda de empleo por internet.

Aprenderemos en grupo a realizar una búsqueda de empleo adecuada a través de páginas de trabajo, optimizando el uso de dichas páginas y recursos para sacarle el mayor partido y tener más confianza y eficacia a la hora de encontrar ofertas activas.

Dirigida a mujeres.
Lunes 6, 13 y 27 de marzo. De 10 a 11h.

9



Hazte tu Propio Currículum.

En este taller, aprenderemos con herramientas digitales de edición, a diseñar tu currículum o a actualizarlo. Podrás disponer de tablets, o traerte tu propio ordenador y de una forma creativa, hacer un CV atractivo y profesional.

Dirigida a mujeres.

Jueves 30 de marzo. De 10 a 11:30h.

EMPODERAMIENTO JURÍDICO:

Conoce tus Derechos como Trabajadora del Hogar.

Al hilo de las nuevas modificaciones en los derechos de las empleadas del hogar, repasamos los ya existentes y abordaremos los nuevos derechos que se han introducido como la prestación por desempleo. ¡En este taller podrás resolver todas tus dudas!

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de las Trabajadoras del Hogar, que se conmemora el 30 de marzo.

Dirigida a mujeres Trabajadoras del Hogar.

Jueves 30 de marzo. De 18 a 19:30h.

EMPODERAMIENTO DIGITAL:

10

Conectadas desde el Emilia.

Ofrecemos un espacio libre de acceso a Internet donde puedes conectarte para realizar cualquier gestión que necesites. Disponemos de ordenadores y tablets pero también puedes traer tu propio portátil. ¡Llámanos o pásate por el Espacio de Igualdad y no te quedes fuera del mundo digital! ¡Nuestro Espacio es tu Espacio!

Dirigida a mujeres.

En horario de apertura del Espacio.

ConectaTE con tu teléfono.

Apúntate a este taller en el que conectar con tu teléfono móvil. Todo lo que quieras aprender, lo que se te resista y lo que se nos ocurra a nosotras, en una misma actividad. Ven, conoce y hagamos frente a la brecha digital de género. ¡Con nosotras, juntas, no podrá!

Actividad enmarcada dentro del Proyecto Transversal Madrid Ciudad Segura para Mujeres y Niñas.

Dirigida a mujeres.

Jueves 15 y 29 de marzo. De 10:30 a 12h.



TRABAJO COMUNITARIO

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

Además, ponemos a disposición de la comunidad los siguientes servicios: disponibilidad de aulas y biblioteca de préstamos gratuitos.

Si deseas más información, ponte en contacto con nosotras.

El Rincón de la Lectora.

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

Dirigida a mujeres.

Permanente en horario de apertura del Espacio.

Charlando entre ganchillos.

Grupo de mujeres creado en febrero de 2015, en el que a través del ganchillo, punto y bordado tejen redes sororas, conversaciones, intercambios y crean espacios de apoyo colectivo en el Barrio de la Concepción.

11

Este mes con motivo del 8 de marzo, se llevará a cabo la decoración del Emilia Pardo Bazán en la tarde del lunes 6 de marzo. ¿Te apuntas?

Dirigido a mujeres que quieran tejer en compañía.

Todos los lunes. De 17 a 19:30h.

Espacio de Educación Afectivo Sexual con jóvenes.

Desde la colaboración entre el Centro Madrid Salud Comunitaria, CMSc Ciudad Lineal, y el Espacio de Igualdad, se va a facilitar un taller de Educación Afectivo Sexual con el alumnado del Colegio Nuevo Equipo y el IES Salvador Dalí, que consistirá en dos sesiones en las que, desde la perspectiva de género, se combinen los ámbitos de salud y afectividad en igualdad en el ámbito de la sexualidad.

Actividad enmarcada dentro del Proyecto Transversal Madrid Violencia 0 (MVO).

Actividad en colaboración con el CMSc Ciudad Lineal e IES Salvador Dalí.

Dirigida al alumnado del IES Salvador Dalí.

Jueves 2 de marzo. De 11:30 a 14:15h.

El Punto de Ciudad Lineal.

El punto de Ciudad Lineal está compuesto por profesionales de diferentes recursos del distrito de Ciudad Lineal: CMSc Ciudad Lineal, Educación Social de Servicios Sociales de Ciudad Lineal, Programa de Absentismo de Servicios Sociales de Ciudad Lineal, Servicio de dinamización vecinal de Quintana, Asociación Barró, Asociación Candelita, Asociación AMAFE, CAD San Blas, Biblioteca la Elipa de Ciudad Lineal, COPIA Ciudad Lineal y OIJ zona 5.

Juntas/os abordamos diferentes temáticas en aula y patio: derecho y participación juvenil, salud física, sexual y mental, prevención de bullying, ocio y tiempo libre, buenos tratos, prevención de adicciones, educación medioambiental... todo ello siempre transversalizando la perspectiva de género y promoviendo la igualdad.

Actividad enmarcada dentro del Proyecto Transversal Madrid Violencia 0 (MVO).

Actividad en colaboración con el IES Miguel Delibes.
Dirigida al alumnado del IES Miguel Delibes.
Martes 7 de marzo. De 11:15 a 11:45h.

Actividad en colaboración con el IES Francisco de Goya.
Dirigida al alumnado del IES Francisco de Goya.
Martes 14 de marzo. De 11:15 a 11:45h.

Mujer, Sobrecarga y Autocuidado.

¿Sientes que siempre cuidas a las demás personas pero que nadie te cuida a ti? Da un paso al frente y aprende a cuidarte. Una actividad grupal para aprender y compartir con otras mujeres diferentes formas de cuidar nuestra salud y nuestro bienestar físico, relacional y emocional. ¡Cuidémonos!

12

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Actividad en colaboración con AAVV Quintana.
Dirigida a mujeres participantes de la AAVV Quintana.
Martes 7 de marzo. De 18 a 20h.

Actividad Comunitaria. Con nombre de Mujer.

Una actividad en la que, a través de diferentes dinámicas y juegos, hablamos sobre el 8 de marzo con el alumnado y sobre lo que significa este día para peques y mayores. ¡Un día que, no olvidemos, debe recordarse siempre, durante el resto del año!

Actividad enmarcada dentro del Proyecto Transversal Madrid Violencia 0 (MVO) y con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Actividad en colaboración con la Mesa Socio comunitaria Jazmín.
Dirigida al alumnado del CEIP Joaquín Turina.
Viernes 10 de marzo. De 12:30 a 13:30h.



Actividad Comunitaria. 8M: Mariposas con nombre de Mujer.

Montamos juntas/os el mural colaborativo que se ha realizado previamente en distintas entidades del Tejido Comunitario de Ciudad Lineal con motivo del 8M.

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Actividad en colaboración con los Espacios Técnicos Comunitarios.

Dirigida a profesionales del Espacio Técnico Comunitario.

Miércoles 8 de marzo. De 12 a 13:30h.

Tertulia de Cine “La Matinal”.

Por segundo año y con motivo del 8M, colaboramos con “La Matinal”. Realizaremos el visionado de una película y participaremos en una mesa redonda posterior para finalizar con la presentación del Emilia Pardo Bazán a las/os participantes.

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Actividad en colaboración con la Biblioteca Pública Municipal Ciudad Lineal.

Dirigida a participantes de la Biblioteca Pública Municipal Ciudad Lineal.

Jueves 9 de marzo. A las 10h en la Biblioteca Pública Municipal Ciudad Lineal.

Mujer, Placer y Autocuidado.

Reflexionaremos junto con las mujeres del CRPS la Elipa, sobre cómo ser mujer es un factor de riesgo para la salud mental. Las acompañaremos en el entendimiento de los malestares de género y las diferentes formas que podemos encontrar para cuidarnos a nosotras mismas.

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Actividad en colaboración con CRPS la Elipa.

Dirigida a mujeres participantes del CRPS la Elipa.

Martes 14 de marzo. De 11 a 12:30h.

Tribu al sol. Grupo de crianza.

Un grupo de crianza para encontrarnos, apoyarnos, sostenernos y compartir. ¡Haciendo red en el barrio para que la crianza sea más sencilla!

Dirigido a madres de/con bebés de 0 a 24 meses.

Viernes 17 y miércoles 29 de marzo. De 16:30 a 18h.



La construcción social de la masculinidad.

Charlamos sobre la construcción social del género y sobre los roles de la feminidad y la masculinidad como construcciones sociales alrededor de los cuales se van generando los estereotipos de género. ¿Cómo la sociedad pone expectativas diferentes en hombres y mujeres en función de los valores, creencias y costumbres?

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Actividad en colaboración con CRPS la Elipa.
Dirigida a hombres participantes del CRPS la Elipa.
Miércoles 22 de marzo. De 12 a 13:30h.

Conocer, identificar y acompañar.

Aprovechamos el 8 de marzo para impartir una actividad de dos sesiones a las/os profesionales del Centro de Salud Estrecho de Corea. En la primera sesión, abordamos los orígenes de las desigualdades y discriminaciones por razón de sexo y género que se producen por efecto de la socialización en nuestro día a día. En la segunda sesión, aprendemos estrategias de detección para identificar las diferentes violencias que sufrimos las mujeres por el hecho de serlo, y conocemos los recursos que intervienen con estas realidades.

Actividad enmarcada con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Actividad en colaboración con CS Estrecho de Corea.
Dirigida a profesionales de CS Estrecho de Corea.
Lunes 27 y miércoles 29 de marzo. De 14 a 15h.

14

Prevención de violencia machista en jóvenes.

Cuestionamos las relaciones no igualitarias mediante el análisis del modelo de amor romántico tradicional a través de mitos, frases, películas, canciones... Ponemos sobre la mesa conceptos básicos como la dependencia y el control para poder analizar y reflexionar sobre la desigualdad que existe en nuestra sociedad entre mujeres y hombres. También sobre todo aquello que se sitúa en la base del iceberg de la violencia de género y que tenemos normalizado.

Actividad enmarcada dentro del Proyecto Transversal Madrid Violencia 0 (MV0) y con motivo del Día Internacional de la Mujer, que se conmemora el 8 de marzo.

Actividad en colaboración con el Colegio Ágora.
Dirigida al alumnado del Colegio Ágora.
Martes 28 de marzo. De 8:30 a 12:30h.