

# ESPACIO DE IGUALDAD CLARA CAMPOAMOR

## PROGRAMACIÓN ENERO 2025



Recurso público municipal especializado en la promoción de la igualdad y la prevención de la violencia machista.

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 requieres otra medida de apoyo, ponte en contacto con nuestro centro.

### CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 710 97 13

Correo electrónico: [caimujercc@madrid.es](mailto:caimujercc@madrid.es)

Presencialmente: calle María Martínez Oviol, 12, 2ª (Metro Villaverde Bajo-Cruce).

### HORARIO DE ATENCIÓN

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

### SERVICIOS DE ATENCIÓN INDIVIDUAL

Dirigidos 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.



### ADEMÁS TENEMOS:

- Biblioteca Clara Campoamor
- Disponibilidad de aula

*Educar para la convivencia.  
Educar para adquirir conciencia  
de la justicia. Educar en la  
igualdad para que no se pierda  
un solo talento por falta de  
oportunidades.*

**Josefina Rodríguez Álvarez,  
conocida como Josefina  
Aldecoa, fue una escritora y  
pedagoga española, directora  
del Colegio Estilo.**

# SEMANA DEL 6 AL 10 DE ENERO 2025



VIERNES 10

MAÑANA

**Tejeclaras: grupo de ganchillo (M):**

Nos juntamos para aprender a tejer, a veces proyectos propios, otras proyectos solidarios y otras para llenar el barrio con nuestros colores.

10:30-12:30h Quincenal

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,  
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad  
y contra la Violencia de Género

[madrid.es/espaciosdeigualdad](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)

[madrid.es/go/espaciodeigualdadclaracampoamor](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadclaracampoamor)



# SEMANA DEL 13 AL 17 DE ENERO 2025

## LUNES 13

### MAÑANA

#### **Aula de empleo. Diseña tus objetivos profesionales (M):**

Descubrirás cómo identificar tus objetivos profesionales, fortalecer tu confianza y crear un plan de acción claro y efectivo.

10:30-12:30h

### TARDE

#### **Comparte tus saberes: Descubre tu propósito 2025 (M):**

¿Buscas mayor claridad en tu vida? Este taller te guiará para encontrar tu verdadero propósito, tanto personal como profesional. Aprenderás sobre el IKIGAI; una herramienta práctica para tomar decisiones alineadas con tus pasiones y valores.

17:30-19:30h Semanal

## MARTES 14

### MAÑANA

#### **Visita a la exposición de Gabriele Münter (TP):**

Visita a la exposición dedicada a la gran pintora expresionista Gabriele Münter en el Museo Thyssen Bornemisza.

11:00-13:00h

### TARDE

#### **Teatro (M):**

Aprenderemos técnicas teatrales para pasárnoslo bien y poner en escena nuevos relatos e identidades, rescatar a mujeres olvidadas y denunciar el machismo.

17:30-19:30h Semanal

## MIÉRCOLES 15

### MAÑANA

#### **Autoestima y género para el grupo del taller Nazaret (M):**

10:30-12:00h

GRUPO CERRADO

### TARDE

#### **Un mural entre todas (M):**

En este taller diseñaremos entre todas el boceto para un mural que en febrero plasmará un artista en un muro de Villaverde, donde también podremos participar pintando.

17:30-19:30h

#### **Derechos sanitarios al final de la vida (M):**

Conoceremos los derechos que nos asisten como el control del dolor y los cuidados paliativos.

17:30-19:30h



## VIERNES 17



### TARDE

#### **Club de lectura (TP):**

Encuentro mensual del club de lectura, para compartir impresiones y aprender las unas de las otras en torno al libro que hemos seleccionado el mes anterior.

17:30-19:30h Mensual

#### **Costura de supervivencia (TP):**

¿Acudes a tu madre o abuela para que te arreglen el bajo del pantalón o una cremallera? Vente a este taller de reparaciones básicas textiles y gana en autonomía y sostenibilidad, ya que, al arreglar la ropa, extendemos su vida útil y evitamos el aumento de residuos textiles.

17:30-19:30h Semanal

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,  
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad  
y contra la Violencia de Género

[madrid.es/espaciosdeigualdad](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)

[madrid.es/go/espaciodeigualdadclaracampoamor](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadclaracampoamor)



# SEMANA DEL 20 AL 24 DE ENERO 2025

## LUNES 20

### MAÑANA

#### **Aula de empleo. Cómo redactar currículum y carta de presentación (M):**

Aprenderás a destacar tus habilidades, experiencias y logros a través de un currículum y una carta de presentación impactantes.

10:30-12:30h

### TARDE

#### **Comparte tus saberes: Descubre tu propósito 2025 (M):**

¿Buscas mayor claridad en tu vida? Este taller te guiará para encontrar tu verdadero propósito, tanto personal como profesional. Aprenderás sobre el IKIGAI; una herramienta práctica para tomar decisiones alineadas con tus pasiones y valores.

17:30-19:30h Semanal

## MARTES 21

### MAÑANA

#### **Memoria de las mujeres de Villaverde (M):**

Encuentro mensual del grupo de trabajo para la recuperación de la memoria de las mujeres que trabajaron en las fábricas de Marconi y Standard Eléctrica

10:30-12:30h

GRUPO CERRADO

### TARDE

#### **Teatro (M):**

Aprenderemos técnicas teatrales para pasárnoslo bien y poner en escena nuevos relatos e identidades, rescatar a mujeres olvidadas y denunciar el machismo.

17:30-19:30h Semanal

## MIÉRCOLES 22

### MAÑANA

#### **¿Dónde estoy y dónde quiero estar? (M):**

El comienzo de curso es un buen momento para hacer los cambios que intuimos que necesitamos en nuestra vida y que no nos animamos a hacer. A través de la expresión artística pondremos conciencia a lo que deseamos, lo que nos frena y los pasos a seguir.

10:30-12:30h

### TARDE

#### **Un mural entre todas (M):**

En este taller diseñaremos entre todas el boceto para un mural que en febrero plasmará un artista en un muro de Villaverde, donde también podremos participar pintando.

17:30-19:30h

#### **Tesitura vocal y armonización (III) para el coro Diversas (M):**

17:30-19:30h Semanal

GRUPO CERRADO

## JUEVES 23



### TARDE

#### **Y yo... ¿para cuándo? (M):**

Iniciamos el año cuestionando "lo normal" con una propuesta de refuerzo personal para aumentar el autocuidado y el amor a una misma. Compartiremos conductas y actividades de autocuidado y estilos de vida saludables.

17:30-19:30h Semanal

## VIERNES 24

### MAÑANA

#### **Tejeclaras: grupo de ganchillo (M):**

Nos juntamos para aprender a tejer, a veces proyectos propios, otras proyectos solidarios y otras para llenar el barrio con nuestros colores.

10:30-12:30h Quincenal

### TARDE

#### **Costura de supervivencia (TP):**

¿Acudes a tu madre o abuela para que te arreglen el bajo del pantalón o una cremallera? Vente a este taller de reparaciones básicas textiles y gana en autonomía y sostenibilidad, ya que, al arreglar la ropa, extendemos su vida útil y evitamos el aumento de residuos textiles.

17:30-19:30h Semanal

#### **Aula de empleo. Introducción a la Inteligencia Artificial (M):**

Conocerás herramientas de IA para destacar en el mercado laboral, mejorar tu productividad y crear un futuro profesional lleno de posibilidades. ¡No necesitas experiencia previa!

17:00-19:00h

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES

# SEMANA DEL 27 AL 31 DE ENERO 2025

## LUNES 27

### MAÑANA

#### **Aula de empleo. Herramientas digitales para la gestión del tiempo (M):**

Te enseñaremos a utilizar herramientas para la organización y así mejorar tu productividad y reducir el estrés.

10:30-12:30h

### TARDE

#### **Compra en Internet de forma segura (M):**

Descubre el comercio electrónico y aprende a crear cuentas, identificar señales de alerta y realizar reclamaciones. Compra en línea con seguridad protegiendo tu privacidad.

17:00-19:30h

## MARTES 28



### TARDE

#### **Teatro (M):**

Aprenderemos técnicas teatrales para pasárnoslo bien y poner en escena nuevos relatos e identidades, rescatar a mujeres olvidadas y denunciar el machismo.

17:30-19:30h Semanal

## MIÉRCOLES 29

### MAÑANA

#### **Autoestima y género para el grupo del taller Nazaret (M):**

10:30-12:00h

GRUPO CERRADO

#### **¿Dónde estoy y dónde quiero estar? (M):**

El comienzo de curso es un buen momento para hacer los cambios que intuimos que necesitamos en nuestra vida y que no nos animamos a hacer. A través de la expresión artística pondremos conciencia a lo que deseamos, lo que nos frena y los pasos a seguir.

10:30-12:30h

### TARDE

#### **Tesitura vocal y armonización (III) para el coro Diversas (M):**

Continuaremos reconociendo las diferentes tesituras vocales, sacar el potencial de cada voz y armonizarlas en un grupo de canto.

17:30-19:30h Semanal

GRUPO CERRADO

## JUEVES 30

### MAÑANA

#### **Caminar consciente (M):**

Haremos una ruta de senderismo para conocer en profundidad los parajes naturales del distrito de Villaverde.

11:00-13:00h

### TARDE

#### **Y yo... ¿para cuándo? (M):**

Iniciamos el año cuestionando "lo normal" con una propuesta de refuerzo personal para aumentar el autocuidado y el amor a una misma. Compartiremos conductas y actividades de autocuidado y estilos de vida saludables.

17:30-19:30h Semanal

## VIERNES 31



### TARDE

#### **Costura de supervivencia (TP):**

¿Acudes a tu madre o abuela para que te arreglen el bajo del pantalón o una cremallera? Vente a este taller de reparaciones básicas textiles y gana en autonomía y sostenibilidad, ya que, al arreglar la ropa, extendemos su vida útil y evitamos el aumento de residuos textiles.

17:30-19:30h Semanal

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,  
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad  
y contra la Violencia de Género

[madrid.es/espaciosdeigualdad](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)

[madrid.es/go/espaciodeigualdadclaracampoamor](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadclaracampoamor)

