

ESPACIO DE IGUALDAD CLARA CAMPOAMOR

PROGRAMACIÓN OCTUBRE 2024



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

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.



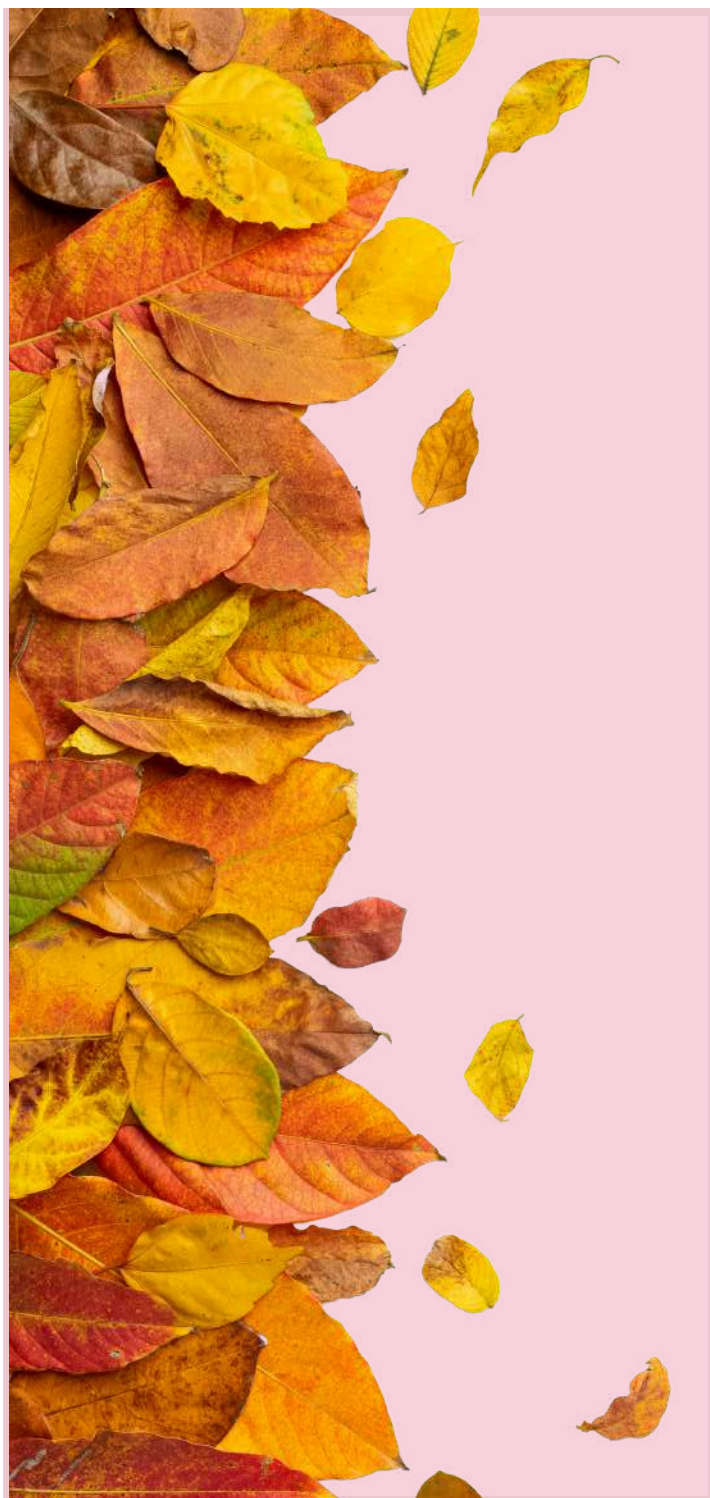
ADEMÁS TENEMOS:

- Biblioteca Clara Campoamor
- Disponibilidad de aula

La narrativa clásica es muy patriarcal. Tiene que ver con el orgasmo masculino. El viaje del héroe con el clímax final. ¿Cómo sería si siguiéramos las pautas del orgasmo femenino?

Clara Roquet, guionista y directora de cine.

SEMANA DEL 1 AL 4 DE OCTUBRE 2024



MARTES 1



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 2



TARDE

Cohesión grupal y coliderazgo para el Coro *Diversas* (M):

Acompañamos al grupo de coro *Diversas* a expandir su coherencia intraorganizacional, su capacidad de observarse desde diferentes puntos de vista y su inteligencia relacional para conseguir alinearse con sus objetivos.

17:30-19:30h

GRUPO CERRADO

JUEVES 3



TARDE

Fiesta de la Colonia Experimental (TP):

Colaboración en la fiesta anual de la Colonia Experimental.

16:00-20:00 h

VIERNES 4



(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRE15



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

madrid.es/go/espaciodeigualdadclaracampoamor



SEMANA DEL 7 AL 11 DE OCTUBRE 2024

LUNES 7



MARTES 8



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 9

MAÑANA

Camino del Empoderamiento: Fotografía, autoestima e identidad (M):

Trabajaremos el autoconocimiento y la autoafirmación a través de la fotografía.

10:30-12:00h Semanal
GRUPO CERRADO

TARDE

Dirección coral para Coro Diversas (M):

Abordaremos ejercicios prácticos para acercarnos a la dirección coral, persiguiendo la autosostenibilidad como grupo vocal.

17:30-19:30h Semanal
GRUPO CERRADO

JUEVES 10

MAÑANA

La niña que fui, la mujer que soy (M):

Taller de escritura creativa a partir de una foto de nuestra infancia.

10:30-13:30h

TARDE

Autoestima y género (I): construcción y bases (M):

Desde pequeñas nos enseñaron a ser buenas, obedientes, discretas y a no querernos para no parecer egoístas. En este taller aprenderás a conocerte, a aceptarte, a defenderte, a asumir responsabilidades y tomar decisiones. Practicaremos el refuerzo personal para aumentar la calidad de vida.

17:30-19:30h Semanal

VIERNES 11

MAÑANA

Tejeclaras: grupo de ganchillo (M):

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

10:30-12:30h Quincenal

TARDE

Club de lectura (TP):

Abrimos nuevo grupo del Club de lectura. Nos reuniremos una vez al mes a comentar e intercambiar opiniones en torno a un libro elegido entre todas. Conoceremos nuevas autoras, diferentes géneros literarios, de diferentes partes del mundo y épocas históricas. Crearemos un espacio de gusto por la lectura, donde aprendamos las unas de las otras.

17:30-19:30h. Mensual

(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

madrid.es/go/espaciodeigualdadclaracampoamor



SEMANA DEL 14 AL 18 DE OCTUBRE 2024

LUNES 14

MAÑANA

Solución a problemas técnicos en el móvil (nivel avanzado) (M):

¿Sueles tener problemas técnicos con tu móvil?

¿Te gustaría poder solucionarlos por tu cuenta?

Aprende a solucionar problemas técnicos sencillos en el móvil, mejora el rendimiento de tu dispositivo y disfruta de una navegación eficaz.

10:30 - 13:00h Semanal

TARDE

Cl@ve PIN (M):

¿Quieres aprender a realizar gestiones administrativas por Internet? ¿Conocer el sistema Cl@ve y cómo registrarte en él? ¿Ya te registraste pero no sabes usarlo?

Descubrirás qué es el Sistema Cl@ve, cómo registrarte y utilizarlo para hacer gestiones fácilmente desde tu dispositivo. ¡Inscríbete y simplifica tus trámites!

17:00-19:00h

MARTES 15

MAÑANA

Paseo urbano "Las escritoras del barrio de las Letras" (TP):

¿Quieres conocer a las escritoras que vivieron en el Barrio de las Letras? María de Zayas, Marcela de San Felix, Elena Fortún o Luisa Carnes fueron vecinas de este barrio. Las recordaremos y leeremos fragmentos de sus obras para conmemorar juntas el Día de las Escritoras.

10:30-12:30h

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

Teatro social para hombres (H):

A través del Teatro Social y el Trabajo de Procesos, exploraremos maneras de entender y habitar la masculinidad.

17:30-19:30h Semanal

MIÉRCOLES 16

MAÑANA

Camino del Empoderamiento: Fotografía, autoestima e identidad (M):

Trabajaremos el autoconocimiento y la autoafirmación a través de la fotografía.

10:30-12:00h Semanal

GRUPO CERRADO

TARDE

Dirección coral para Coro Diversas (M):

Abordaremos ejercicios prácticos para acercarnos a la dirección coral, persiguiendo la autosostenibilidad como grupo vocal.

17:30-19:30h Semanal

GRUPO CERRADO

Mujeres conscientes:

autocuidado y creatividad (M):

Un tiempo para el autocuidado, la aceptación de una misma y aprender a respetarnos a través de las artes y el cuerpo.

17:30-19:30h Semanal

JUEVES 17

TARDE

Autoestima y género (I): construcción y bases (M):

Desde pequeñas nos enseñaron a ser buenas, obedientes, discretas y a no querernos para no parecer egoístas. En este taller aprenderás a conocerte, a aceptarte, a defenderte, a asumir responsabilidades y tomar decisiones. Practicaremos el refuerzo personal para aumentar la calidad de vida.

17:30-19:30h Semanal

VIERNES 18

TARDE

Empoderándonos para la autodefensa (M):

Nos capacitamos para asumir un rol independiente y activo, preparándonos para enfrentar agresiones que afecten a nuestra integridad física y mental.

17:30h a 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

madrid.es/go/espaciodeigualdadclaracampoamor



SEMANA DEL 21 AL 25 DE OCTUBRE 2024

LUNES 21

MAÑANA

Solución a problemas técnicos en el móvil (nivel avanzado) (M):

¿Sueles tener problemas técnicos con tu móvil?

¿Te gustaría poder solucionarlos por tu cuenta?

Aprende a solucionar problemas técnicos sencillos en el móvil, mejora el rendimiento de tu dispositivo y disfruta de una navegación eficaz.

10:30 - 13:00h Semanal

TARDE

Educación Financiera (M):

¿Tienes a veces la sensación de que en los bancos hablan otro idioma? ¿Te sientes insegura al operar por Internet? Aprenderás conceptos de la operativa diaria (cuentas, tarjetas, comisiones, bizum, créditos rápidos); sobre la inflación, el euríbor, TAE y sobre cómo evitar los fraudes por Internet.

17:00-19:00 h

MARTES 22

MAÑANA

Memoria de las Mujeres de Villaverde (TP):

Encuentro mensual del grupo de trabajo para la recuperación de la memoria de las mujeres de Villaverde.

10:30-12:30h Mensual

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

Teatro social para hombres (H):

A través del Teatro Social y el Trabajo de Procesos, exploraremos maneras de entender y habitar la masculinidad.

17:30-19:30h Semanal

MIÉRCOLES 23

MAÑANA

No me da la vida: la ansiedad (M):

La socialización en base a los roles y estereotipos de género carga a las mujeres de exigencias y responsabilidades. Sumando las presiones del trabajo, las cargas familiares y los cuidados de otras personas, es habitual la falta de autocuidado y, como consecuencia, el aumento de la ansiedad. Proponemos revisar los aspectos que aumentan nuestra ansiedad y las herramientas para rebajarla.

10:30-12:30h Semanal

TARDE

Mujeres conscientes:

autoconocimiento y creatividad (M):

Le pondremos conciencia a cómo aprendimos a ser mujer, así como a los cambios que hoy deseamos emprender. Lo haremos a través de la expresión creativa y corporal.

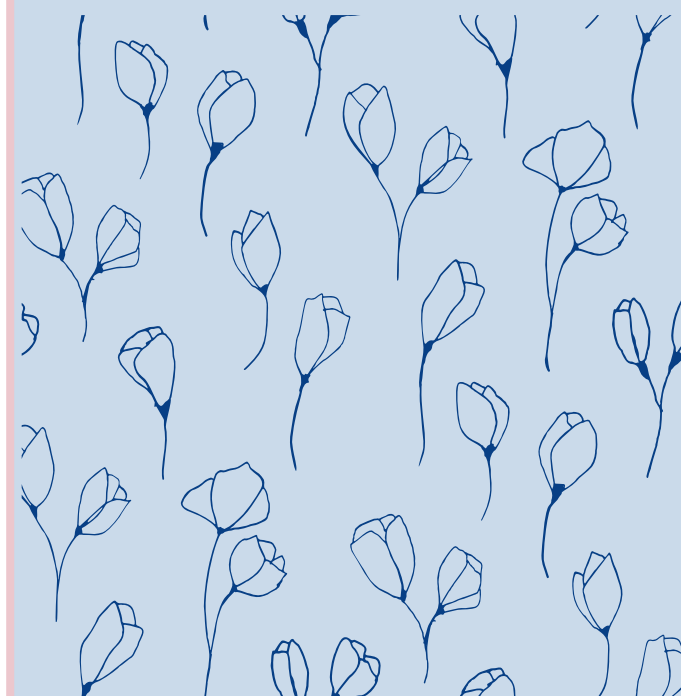
17:30-19:30h Semanal

Videofórum: "El techo Amarillo" (TP):

Veremos el documental "El techo amarillo", dirigido por Isabel Coixet. Después, realizaremos un coloquio en el que contaremos con Violeta Porta, una de las protagonistas de esta historia.

17:30 -19:30 h

JUEVES 24



TARDE

Autoestima y género (I): construcción y bases (M):

Desde pequeñas nos enseñaron a ser buenas, obedientes, discretas y a no querernos para no parecer egoístas. En este taller aprenderás a conocerte, a aceptarte, a defenderte, a asumir responsabilidades y tomar decisiones. Practicaremos el refuerzo personal para aumentar la calidad de vida.

17:30-19:30h Semanal

VIERNES 25

MAÑANA

Tejeclaras: grupo de ganchillo (M):

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

10:30-12:30h Quincenal

TARDE

Empoderándonos para la autodefensa (M):

Nos capacitamos para asumir un rol independiente y activo, preparándonos para enfrentar agresiones que afecten a nuestra integridad física y mental.

17:30h a 19:30h Semanal

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRE15



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

madrid.es/go/espaciodeigualdadclaracampoamor



SEMANA DEL 28 AL 31 DE OCTUBRE 2024

LUNES 28

MAÑANA

Todo sobre Cookies: qué son, cómo afectan a tu privacidad y cómo gestionarlas (M):

Aprenderás sobre el funcionamiento de las cookies, su impacto en tu navegación y cómo gestionarlas para proteger tu información personal. ¡Inscríbete y controla tu privacidad en línea de manera efectiva!

10:30-12:00 h

TARDE

Las chicas del celuloide. Club de cine (TP):

Desde el club de cine "Las chicas del celuloide", propuesta conjunta de los Espacios de igualdad Juana Doña y Clara Campoamor, en colaboración con los Cines Embajadores, veremos y analizaremos la película "Pequeños amores" de Celia Rico Clavellino.

16:45- 20:00h Mensual

MARTES 29

MAÑANA

Cohesión grupal y coliderazgo (M):

Acompañamos a las Lideresas de Villaverde en la expansión de su coherencia intraorganizacional, su capacidad de observarse desde diferentes puntos de vista y su inteligencia relacional para conseguir alinearse con sus objetivos.

10:30-13:00h

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

Teatro social para hombres (H):

A través del Teatro Social y el Trabajo de Procesos, exploraremos maneras de entender y habitar la masculinidad.

17:30-19:30h Semanal

MIÉRCOLES 30

MAÑANA

Camino del Empoderamiento: Fotografía, autoestima e identidad (M):

Trabajaremos el autoconocimiento y la autoafirmación a través de la fotografía.

10:30-12:00h Semanal

GRUPO CERRADO

No me da la vida: la ansiedad (M):

La socialización en base a los roles y estereotipos de género carga a las mujeres de exigencias y responsabilidades. Sumando las presiones del trabajo, las cargas familiares y los cuidados de otras personas, es habitual la falta de autocuidado y, como consecuencia, el aumento de la ansiedad. Proponemos revisar los aspectos que aumentan nuestra ansiedad y las herramientas para rebajarla.

10:30-12:30h Semanal

TARDE

Dirección coral para Coro Diversas (M):

Abordaremos ejercicios prácticos para acercarnos a la dirección coral, persiguiendo la autosostenibilidad como grupo vocal.

17:30-19:30h Semanal

GRUPO CERRADO

JUEVES 31

MAÑANA

Huella e identidad digital en la búsqueda de empleo (M):

Descubre qué es la huella e identidad digital, cómo gestionarla y su impacto en la búsqueda de empleo.

10:30-12:30h

TARDE

Autoestima y género (I): construcción y bases (M):

Desde pequeñas nos enseñaron a ser buenas, obedientes, discretas y a no querernos para no parecer egoístas. En este taller aprenderás a conocerte, a aceptarte, a defenderte, a asumir responsabilidades y tomar decisiones. Practicaremos el refuerzo personal para aumentar la calidad de vida.

17:30-19:30h Semanal



(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRE15



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

madrid.es/go/espaciodeigualdadclaracampoamor

