

ESPACIO DE IGUALDAD CLARA CAMPOAMOR

PROGRAMACIÓN ABRIL 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

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. Días 17 y 18 de abril, festivos, cierra el Centro (Semana Santa).

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
- Formación a profesionales

“Se suponía que nuestro lugar como mujeres era el espacio privado. Osamos salir a la calle y ahora sentimos que debemos pagar un peaje por ello”.

Fiorella Ferrari, coordinadora de comunicación en la organización Paremos el Acoso Callejero.

SEMANA DEL 1 AL 4 DE ABRIL 2025

MARTES 1

TARDE

Rompe el silencio (TP):

Acción performativa donde las integrantes del laboratorio teatral Pizpiretas leerán en voz alta, rompiendo el silencio de la biblioteca, fragmentos de textos y poemas para visibilizar el amor lésbico.

18:00-18:30h

MIÉRCOLES 2

MAÑANA

Camino del empoderamiento: búsqueda de empleo (M):

Colaboramos con las Siervas de San José de Villaverde en su taller Nazaret para mujeres en riesgo de exclusión social, trabajando herramientas para la autoestima y la comunicación, así como para la búsqueda de empleo, las herramientas tecnológicas y los derechos laborales.

10:30-12:00h Semanal

JUEVES 3

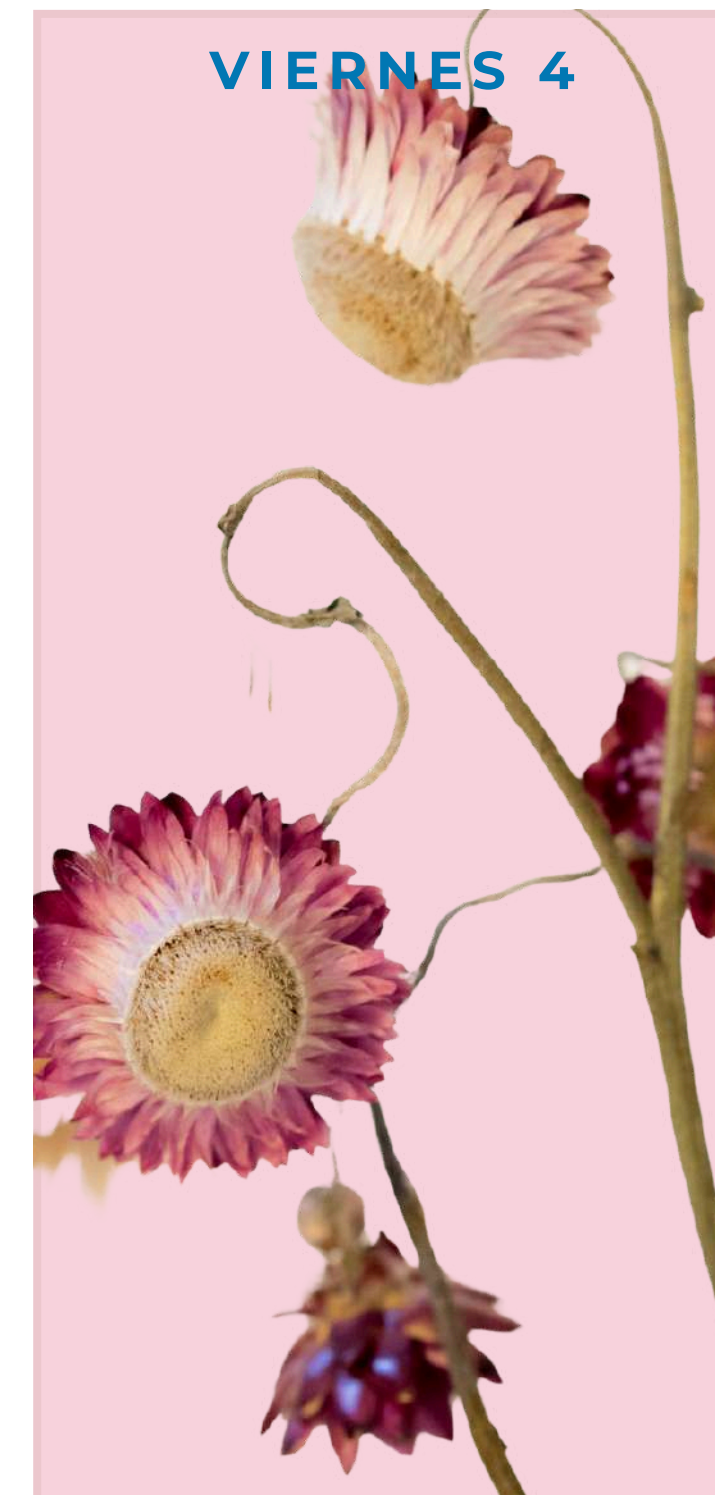
TARDE

Autoestima para liderar (II Módulo Escuela de Lideresas) (M):

Este módulo de la Escuela de Lideresas propone el refuerzo de la autoestima de las participantes para que puedan desarrollar habilidades de liderazgo. Trabajaremos teniendo en cuenta la socialización en base al género y las consecuencias de la desigualdad en nuestras vidas. Facilitaremos herramientas para la gestión de creencias limitantes que dificultan la motivación para liderar.

17:00-19.30h Semanal

VIERNES 4



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



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 ABRIL 2025

LUNES 7

MAÑANA

Competencias digitales. Aula de empleo (M):

Descubrirás las competencias digitales clave que te ayudarán a destacar. Realizarás una autoevaluación para identificar tus habilidades digitales, además de conocer herramientas y recursos prácticos para potenciar tus habilidades.

10:30-12:30h



MARTES 8

MAÑANA

Derechos al final de la vida para Centro de Mayores La Platanera (TP):

Contaremos con la colaboración de la Asociación DMD y la abogada de Clara Campoamor para informar sobre los trámites sanitarios al final de la vida y los trámites jurídicos más importantes.

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 9

MAÑANA

Camino del empoderamiento: búsqueda de empleo (M):

Colaboramos con las Siervas de San José de Villaverde en su taller Nazaret para mujeres en riesgo de exclusión social, trabajando herramientas para la autoestima y la comunicación, así como para la búsqueda de empleo, las herramientas tecnológicas y los derechos laborales.

10:30-12:00h Semanal



JUEVES 10

TARDE

Autoestima para liderar (II Módulo Escuela de Lideresas) (M):

Este módulo de la Escuela de Lideresas propone el refuerzo de la autoestima de las participantes para que puedan desarrollar habilidades de liderazgo. Trabajaremos teniendo en cuenta la socialización en base al género y las consecuencias de la desigualdad en nuestras vidas. Facilitaremos herramientas para la gestión de creencias limitantes que dificultan la motivación para liderar.

17:00-19.30h Semanal

VIERNES 11

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

Cómo actuar frente a una agresión sexual (M):

En este taller trabajaremos técnicas de autodefensa emocional, física y jurídica para empoderarnos ante cualquier tipo de agresión sexual.

17:30-19:30h Quincenal

Club de lectura (TP):

Encuentro mensual del club de lectura, en el que compartiremos las impresiones del libro elegido el mes anterior, hablaremos sobre vida y obra de la autora y decidiremos entre todas la próxima lectura.

17:30-19.30h Mensual

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



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 ABRIL 2025

LUNES 14

MAÑANA

Ruta urbana Las Sinsombrero (TP):

Ruta por el centro de Madrid en recuerdo a las mujeres que formaron parte de la generación del 27 y que han sido olvidadas. Escritoras, pintoras, escultoras, artistas que brillaron con luz propia: Concha Méndez, Maruja Mallo, Zenobia Camprubí, María Teresa León y tantas otras cuyas vidas y nombres tienen que ser recordados.

10:30-12:30h

MARTES 15



MIÉRCOLES 16

MAÑANA

Camino del empoderamiento: búsqueda de empleo (M):

Colaboramos con las Siervas de San José de Villaverde en su taller Nazaret para mujeres en riesgo de exclusión social, trabajando herramientas para la autoestima y la comunicación, así como para la búsqueda de empleo, las herramientas tecnológicas y los derechos laborales.

10:30-12:00h Semanal

JUEVES 17

FES

TI

VO

VIERNES 18

FES

TI

VO

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

SEMANA DEL 21 AL 25 DE ABRIL 2025

LUNES 21

MAÑANA

Visita exposición "Otros surrealismos" (TP):

Visita guiada a la exposición "Otros surrealismos" en la Fundación Mapfre. Con motivo del centenario de la publicación por André Breton del "Primer manifiesto del surrealismo" como punto de partida, la exposición propone una nueva mirada hacia la repercusión en nuestro país del movimiento en su conjunto y el papel real que las mujeres (con la figura de Gala Dalí en el centro) desempeñaron en este movimiento: Maruja Mallo, Remedios Varo, Grete Stern.

15:45-17:45h

MARTES 22

TARDE

Alimentando la igualdad (TP):

Analizaremos el sistema alimentario y los impactos de nuestra alimentación desde el punto de vista medioambiental y social, con especial atención a los derechos y la situación de las mujeres.

17:00-19:00h Semanal

Sexualidad femenina (M):

En este taller exploraremos juntas las diversas dimensiones de la sexualidad femenina en un ambiente respetuoso y enriquecedor.

17:30-19:30h Semanal

MIÉRCOLES 23

MAÑANA

Camino del empoderamiento: búsqueda de empleo (M):

Colaboramos con las Siervas de San José de Villaverde en su taller Nazaret para mujeres en riesgo de exclusión social, trabajando herramientas para la autoestima y la comunicación, así como para la búsqueda de empleo, las herramientas tecnológicas y los derechos laborales.

10:30-12:00h Semanal

Un mimo al cuerpo (M):

Nuestros cuerpos demandan atención y cuidados. En este taller dejaremos a un lado, al menos durante un rato, la carga mental para poder parar y centrarnos en nosotras. Para ello practicaremos el soltar la cabeza, así como la expresión y la liberación de nuestros cuerpos a través de la danza libre, el masaje y técnicas de relajación.

10:30-13:00h

JUEVES 24

MAÑANA

Caminar consciente (M):

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

11:00-13:00h Mensual

TARDE

El poder. Liderazgo con enfoque feminista y transformador (III módulo Escuela de Lideresas) (M):

Vamos a definir qué es el liderazgo feminista. Descubriremos cómo es nuestro estilo de liderazgo y las estrategias para liderar desde la cooperación y la empatía.

17:00-19:30h

VIERNES 25

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

Cómo actuar frente a una agresión sexual (M):

En este taller trabajaremos técnicas de autodefensa emocional, física y jurídica para empoderarnos ante cualquier tipo de agresión sexual.

17:30-19:30h Quincenal

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



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 30 DE ABRIL 2025

LUNES 28

MAÑANA

Herramientas para identificar tus fortalezas. Aula de empleo. (M):

Aprende a utilizar la técnica DAFO para identificar tus fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas en el ámbito profesional. Trabajaremos en tu autoconocimiento y aprenderemos a desarrollar estrategias efectivas para encontrar trabajo, cambiar de sector o mejorar tu perfil profesional.

10:30-12:30h

TARDE

Diálogos sobre el bienestar: los psicofármacos (M):

Aprenderemos sobre el consumo de psicofármacos y las consecuencias en la salud de las mujeres. Compartiremos experiencias y alternativas complementarias con el objetivo de aumentar la calidad de vida.

17:30-19:30h

Tarjeta sanitaria virtual de la Comunidad de Madrid (M):

Explora y usa de manera eficaz las aplicaciones de salud de la Comunidad de Madrid. Aprende a utilizar Cita Sanitaria y la APP de Tarjeta Sanitaria Virtual.

17:00-19:30h

MARTES 29

TARDE

Alimentando la igualdad (TP):

Analizaremos el sistema alimentario y los impactos de nuestra alimentación desde el punto de vista medioambiental y social, con especial atención a los derechos y la situación de las mujeres.

17:00-19:00h Semanal

Sexualidad femenina (M):

En este taller exploraremos juntas las diversas dimensiones de la sexualidad femenina en un ambiente respetuoso y enriquecedor.

17:30-19:30h Semanal

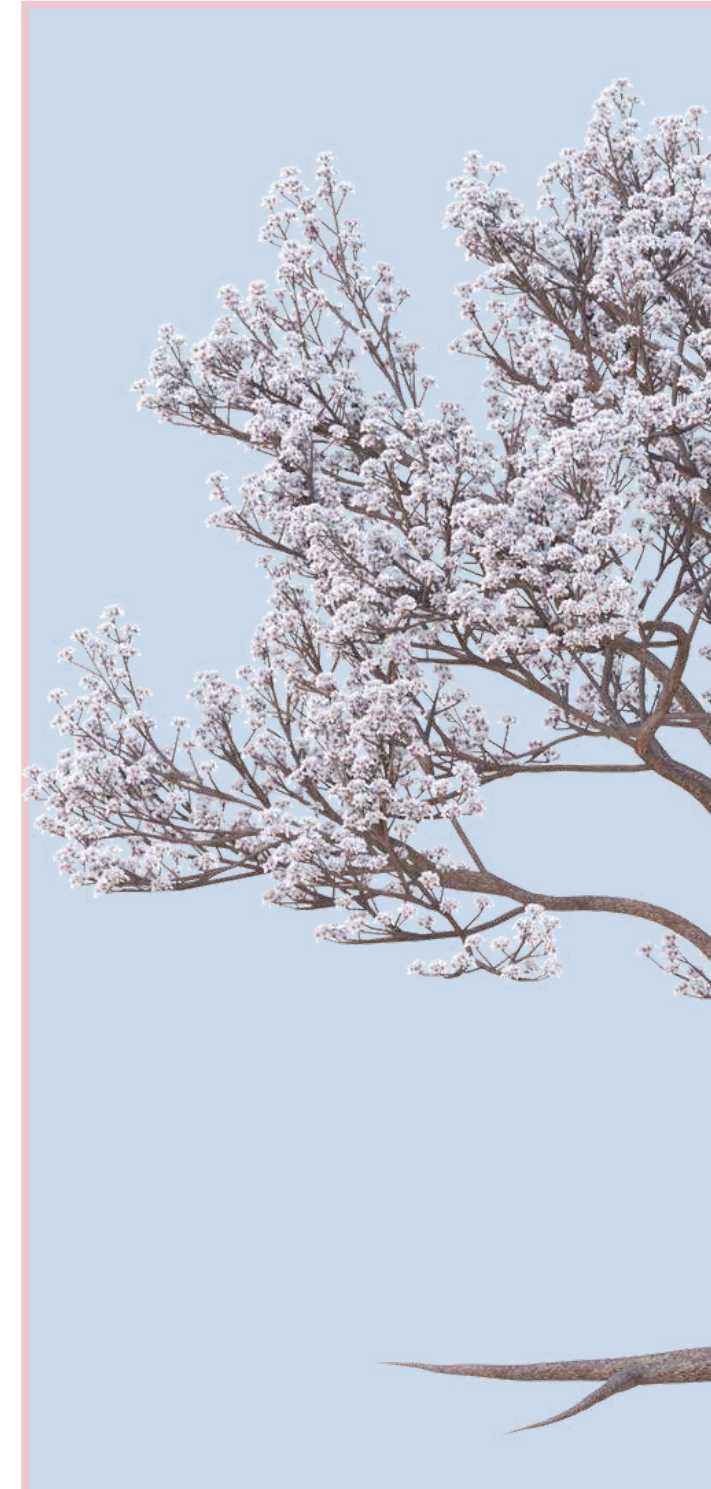
MIÉRCOLES 30

MAÑANA

Camino del empoderamiento: búsqueda de empleo (M):

Colaboramos con las Siervas de San José de Villaverde en su taller Nazaret para mujeres en riesgo de exclusión social, trabajando herramientas para la autoestima y la comunicación, así como para la búsqueda de empleo, las herramientas tecnológicas y los derechos laborales.

10:30-12:00h Semanal



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