

# ESPACIO DE IGUALDAD CLARA CAMPOAMOR

## PROGRAMACIÓN SEPTIEMBRE 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](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

*Siempre estábamos mirando a los hombres. Yo no he tenido ningún referente femenino y hoy los niños me reconocen*

**Amaya Valdemoro, exjugadora de baloncesto madrileña, primera mujer española en pertenecer al Salón de la Fama de la FIBA . En septiembre se conmemora el Día del Deporte en Madrid .**

# SEMANA DEL 9 AL 13 DE SEPTIEMBRE 2024

LUNES 9



TARDE

**Aula digital Hedy Lamarr (M):**

¿Necesitas orientación para buscar trabajo por Internet? ¿Necesitas ayuda para realizar gestiones telemáticas? ¿Quieres aprender cómo optimizar tu teléfono? ¿Precisas enviar correos electrónicos y no sabes cómo?

Te ofrecemos un espacio donde resolver dudas y problemas tecnológicos, con los diferentes dispositivos digitales.

17:00-19:00 h

MARTES 10



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 11

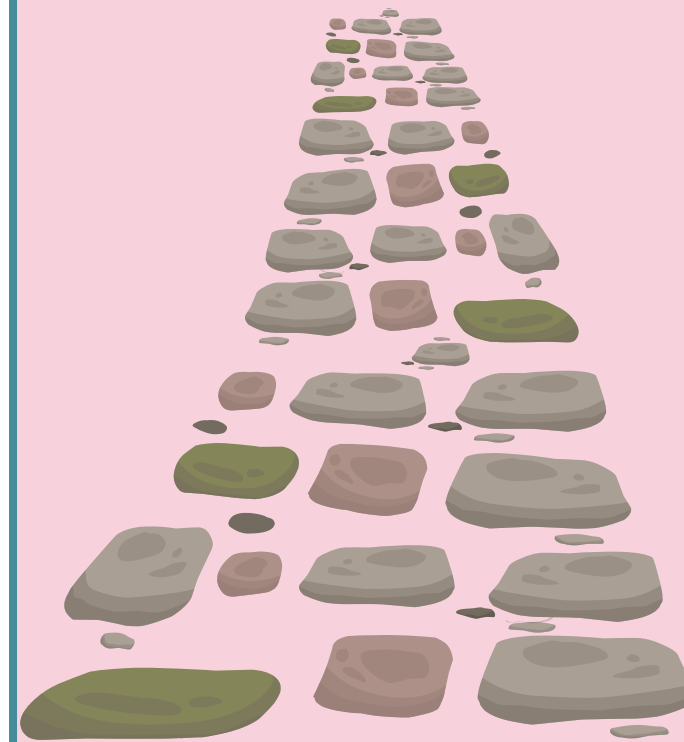
MAÑANA

**Camino del Empoderamiento: Biografías de migración (M):**

Con la escritura creativa pondremos en valor las historias de vida de las mujeres implicadas, poniendo énfasis en la migración.

10:30-12:00h Semanal

GRUPO CERRADO



JUEVES 12

MAÑANA

**Aula digital Hedy Lamarr (M):**

¿Necesitas orientación para buscar trabajo por Internet? ¿Necesitas ayuda para realizar gestiones telemáticas? ¿Quieres aprender cómo optimizar tu teléfono? ¿Precisas enviar correos electrónicos y no sabes cómo?

Te ofrecemos un espacio donde resolver dudas y problemas tecnológicos, con los diferentes dispositivos digitales.

10:30-12:30h



VIERNES 13

MAÑANA

**Tejeclaras: grupo de ganchilleras urbanas (M):**

Desarrollamos la técnica del yarn bombing llenando de color el barrio, bolardos, árboles y marquesinas. Queremos aprender tejiendo en grupo.

10:30-12:30h Quincenal

TARDE

**Club de lectura (TP):**

Encuentro mensual en torno a la lectura. El libro propuesto para este mes es *La isla de las mujeres del mar*, de Lisa See.

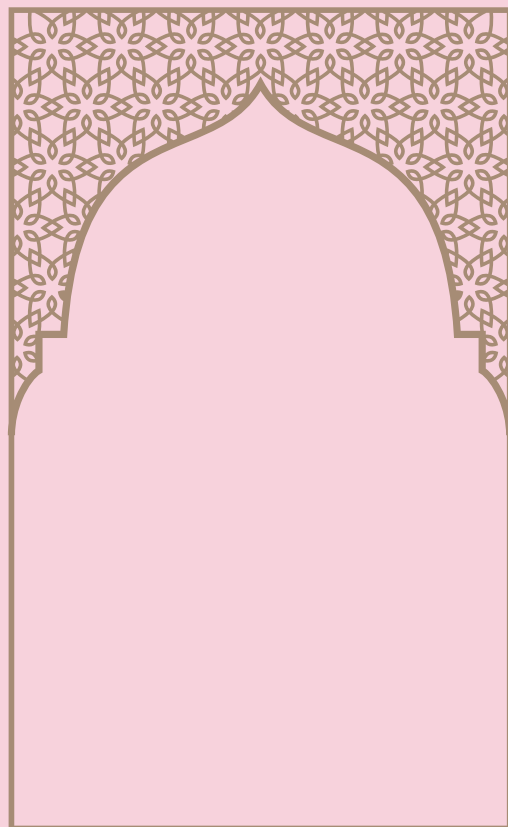
17:30-19:30h. Mensual

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



# SEMANA DEL 16 AL 20 DE SEPTIEMBRE 2024

## LUNES 16



### TARDE

#### **Ruta urbana Madrid islámico y medieval (TP):**

¿Quién fue Fátima Al-Mayriti? Pasearemos por los lugares más antiguos de la ciudad, descubriendo su origen e historia, dónde y cómo vivieron las mujeres en el Madrid islámico y medieval.

17:00 -19:00h

## MARTES 17

### MAÑANA

#### **Ruta de senderismo (M):**

Aprenderemos a planificar y tener bajo control una ruta de senderismo.

10:30-12:30

### 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 18

### MAÑANA

#### **Biodanza (M):**

¿Quieres expresarte a través del cuerpo con libertad? La biodanza es la danza de la vida, un sistema de autoconocimiento, expresión psicocorporal y desarrollo de tus potenciales.

10:30-12:00h Semanal

### TARDE

#### **Coro Diversas (M):**

El coro *Diversas* sigue ensayando su repertorio para cantar por la igualdad.

17:30-19:30h Semanal

GRUPO CERRADO

#### **Empoderamiento Emocional (M):**

¿Te dejas llevar por las emociones? ¿Qué es una emoción y cuales son sus funciones? Socializadas en roles y estereotipos de género como personas inseguras, las mujeres nos enfrentamos con algunas dificultades para gestionarlas.

Aprenderemos herramientas que nos facilitarán equilibrio para nuestra salud emocional.

17:30-19:30h Semanal

## JUEVES 19



### 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

## VIERNES 20



### TARDE

#### **¿Cómo incorporar la perspectiva de género a la intervención educativa?**

#### **Teoría y práctica (TP):**

Formación dirigida al equipo psicopedagógico de Villaverde, con el objetivo de profundizar en la incorporación de la perspectiva de género en su práctica laboral.

16:00-19:00

GRUPO CERRADO

(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)



# SEMANA DEL 23 AL 27 DE SEPTIEMBRE 2024

LUNES 23



TARDE

## Servicios digitales de la Comunidad de Madrid (M):

¡Pierde el miedo a los trámites digitales! ¿Sabías que la Comunidad de Madrid ofrece servicios públicos digitales para la ciudadanía? ¿Te gustaría conocerlos y aprender a usarlos y disfrutar de sus ventajas?  
17:00 - 19:30 h Semanal

MARTES 24

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

MIÉRCOLES 25

MAÑANA

## Biodanza (M):

¿Quieres expresarte a través del cuerpo con libertad? La biodanza es la danza de la vida, un sistema de autoconocimiento, expresión psicocorporal y desarrollo de tus potenciales.  
10:30-12:00h Semanal

TARDE

## Coro Diversas (M):

El coro *Diversas* sigue ensayando su repertorio para cantar por la igualdad.  
17:30-19:30h Semanal  
GRUPO CERRADO

## Empoderamiento Emocional (M):

¿Te dejas llevar por las emociones? ¿Qué es una emoción y cuales son sus funciones? Socializadas en roles y estereotipos de género como personas inseguras, las mujeres nos enfrentamos con algunas dificultades para gestionarlas. Aprenderemos herramientas que nos facilitarán equilibrio para nuestra salud emocional.  
17:30-19:30h Semanal

JUEVES 26



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

VIERNES 27

MAÑANA

## Tejeclaras: grupo de ganchilleras urbanas (M):

Desarrollamos la técnica del yarn bombing llenando de color el barrio, bolardos, árboles y marquesinas. Queremos aprender tejiendo en grupo.  
10:30-12:30h Quincenal

TARDE

## Cómo calcular mi salario (M):

Analizaremos el salario que ganas o deberías de ganar y resolveremos dudas sobre cómo calcularlo.  
17:30-19:30h

(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)





# SEMANA DEL 30 DE SEPTIEMBRE 2024

## LUNES 30

### MAÑANA

#### **Diseña tu currículum vitae (M):**

¡Dale un toque único a tu currículum con Canva! Aprende a crear un currículum impactante y profesional. Te mostraremos trucos y consejos para destacar tus habilidades y experiencias de manera visualmente atractiva.

10:30-12:30 h

### TARDE

#### **Servicios digitales de la Comunidad de Madrid (M):**

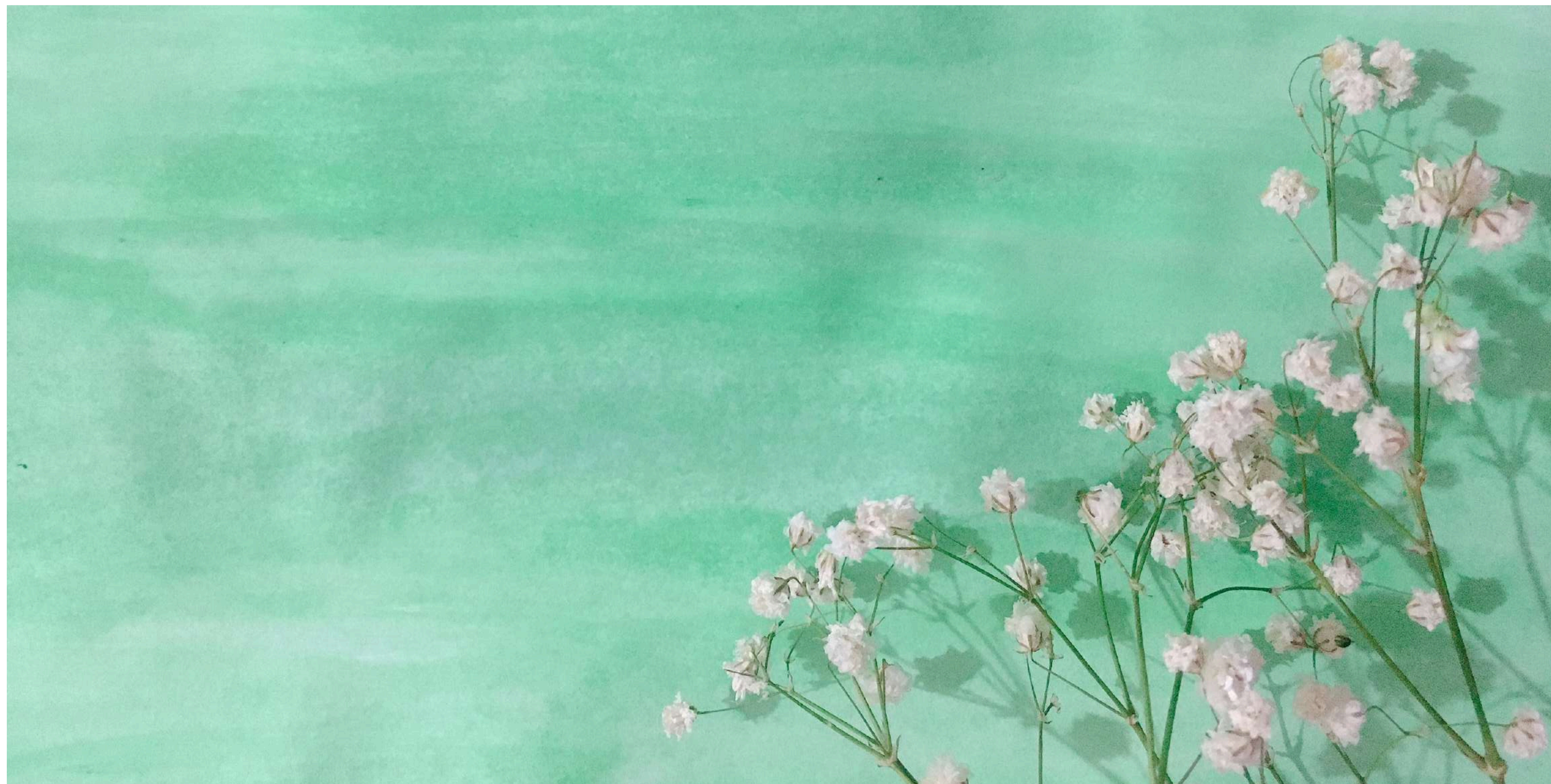
¡Pierde el miedo a los trámites digitales! ¿Sabías que la Comunidad de Madrid ofrece servicios públicos digitales para la ciudadanía? ¿Te gustaría conocerlos y aprender a usarlos y disfrutar de sus ventajas?

17:00 - 19:30 h Semanal

#### **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 la película documental *A Witch Story* de Yolanda Pividal

16:45- 20:00h Mensual



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