

# ESPACIO DE IGUALDAD CLARA CAMPOAMOR

## PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 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

*Es necesario hacer más para poner fin a la violencia contra las mujeres y apoyar su participación significativa en los procesos de paz y seguridad. La participación de las mujeres genera una paz sostenible.*

**Sima Bahous, directora ejecutiva de ONU Mujeres y secretaria general adjunta de Naciones Unidas**

# SEMANA DEL 4 AL 8 DE NOVIEMBRE 2024

## MARTES 5

MAÑANA

### **Violencia sexual (TP):**

Formación dirigida a profesionales de la intervención social, organizada conjuntamente con el Espacio de Igualdad *Juana Doña*. Esta formación se enmarca dentro del curso "Coordenadas Feministas".

11:30-13:30h Semanal

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 6

TARDE

### **Mujeres conscientes: asertividad y límites (M):**

Aprenderemos a comunicar lo que necesitamos, así como también lo que no deseamos, a través del cuerpo, la creatividad y la reflexión.

17:30-19:30h Semanal

### **Visita a la exposición "Carmen de Burgos, la modernización de España" (TP):**

Visita guiada a la exposición que la Biblioteca Nacional dedica a la vida y obra de Carmen de Burgos, *Colombine*, periodista, escritora y pionera en la defensa de los derechos de las mujeres.

16:45-19:00h

## JUEVES 7

TARDE

### **Autoestima y género II: Herramientas prácticas (M):**

Conoceremos y practicaremos la gestión del diálogo interno, lo convertiremos en una voz objetiva y amable reeducando los pensamientos. Además, entrenaremos la comunicación asertiva para promover el respeto hacia una misma y hacia las personas que nos rodean.

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 11 AL 15 DE NOVIEMBRE 2024

## LUNES 11

MAÑANA

### Qué son los Espacios de Igualdad (M):

Sensibilización sobre las políticas de igualdad de oportunidades y de prevención de violencia de género del Ayuntamiento de Madrid y sobre el servicio municipal de los Espacios de Igualdad, para grupos de mujeres del Programa de Servicios Sociales de la Junta de Distrito de Villaverde.

10:30-12:30h

GRUPO CERRADO

TARDE

### Certificado digital paso a paso (M):

Aprenderás los pasos para conseguir el certificado digital y sus utilidades.

17:00-19:00h

## MARTES 12

MAÑANA

### Violencia sexual (TP):

Formación dirigida a profesionales de la intervención social, organizada conjuntamente con el Espacio de Igualdad *Juana Doña*. Esta formación se enmarca dentro del curso "Coordenadas Feministas".

11:30-13:30h Semanal

### Comparte tus saberes:

#### Hacer vídeo con el móvil (M):

Crea tu propio vídeo con una aplicación muy sencilla que aprenderás a utilizar. Tráete tu móvil *smartphone* con memoria suficiente para instalarte la app.

10:30-12:30h Semanal

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 13

MAÑANA

### Danza *contact* para mejorar las relaciones (TP):

A través de la danza pondremos conciencia a cómo nos relacionamos y entrenaremos la escucha, el diálogo y el apoyo mutuo, sin roles ni jerarquías, en pos de unas relaciones sanas e igualitarias.

10:30-12:30h Semanal

TARDE

### Mujeres conscientes: asertividad y límites (M):

Aprenderemos a comunicar lo que necesitamos, así como también lo que no deseamos, a través del cuerpo, la creatividad y la reflexión.

17:30-19:30h Semanal

## JUEVES 14

MAÑANA

### Visita a un juicio de violencia de género (M):

Aprendizaje práctico sobre cómo funciona el sistema judicial ante la atención y resolución de casos de violencia de género, desde una perspectiva que ponga en el centro los derechos y el bienestar de las mujeres.

9:30-12:30h

TARDE

### Autoestima y género II: Herramientas prácticas (M):

Conoceremos y practicaremos la gestión del diálogo interno, lo convertiremos en una voz objetiva y amable reeducando los pensamientos. Además, entrenaremos la comunicación asertiva para promover el respeto hacia una misma y hacia las personas que nos rodean.

17:30-19:30h Semanal

### Encuentro Anual por la Convivencia (TP):

En el marco del IIº Plan de Convivencia de Villaverde tendrá lugar un encuentro de las cinco Mesas distritales para dar a conocer a la población las actividades más destacadas realizadas durante 2024.

17:00-20:00h

## VIERNES 15

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.

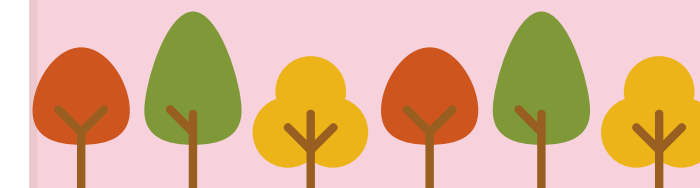
10:30-12:30h Quincenal

TARDE

### Club de lectura (TP):

Encuentro mensual del Club de Lectura, para compartir impresiones y aprender las unas de las otras en torno al libro seleccionado el mes anterior.

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

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



# SEMANA DEL 18 AL 22 DE NOVIEMBRE 2024

## LUNES 18

MAÑANA

### LinkedIn desde cero. Crea y optimiza tu perfil profesional (M):

¿No sabes por dónde empezar en LinkedIn? ¡Este taller es para ti! Si quieres iniciarte en esta red profesional y construir un perfil que te ayude a destacar, inscríbete.

10:30-12:30h Semanal

TARDE

### Club de cine "Las chicas del celuloide" (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 *Nevenka*, de Icíar Bollaín.

16:45-20:00h Mensual

### Conoce los secretos de tu móvil (nivel intermedio) (M):

¿Tienes dudas sobre el funcionamiento de tu móvil que te gustaría resolver? ¿Quieres sacarle todo el partido a tu teléfono?

17:00-19:30h Semanal

## MARTES 19

MAÑANA

### Comparte tus saberes:

#### Hacer vídeo con el móvil (M):

Crea tu propio vídeo con una aplicación muy sencilla que aprenderás a utilizar. Tráete tu móvil smartphone con memoria suficiente para instalarte la app.

10:30-12:30h Semanal

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 20

MAÑANA

### Danza contact para mejorar las relaciones (TP):

A través de la danza pondremos conciencia a cómo nos relacionamos y entrenaremos la escucha, el diálogo y el apoyo mutuo, sin roles ni jerarquías, en pos de unas relaciones sanas e igualitarias.

10:30-12:30h Semanal

TARDE

### Contra el abuso de poder: autodefensa emocional (M):

17:30-19:30h Semanal

### Actividad interespacial 25N: autodefensa feminista (M):

Con motivo del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer 25 N, queremos reunir a todos los grupos de autodefensa feminista de la Red Municipal de Espacios de Igualdad y a todas las mujeres que quieran participar. Nos encontraremos para compartir aprendizajes y realizar una clase grupal de autodefensa feminista.

17:00-19:30h

## JUEVES 21

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

TARDE

### Autoestima y género II: Herramientas prácticas (M):

Conoceremos y practicaremos la gestión del diálogo interno, lo convertiremos en una voz objetiva y amable reeducando los pensamientos. Además, entrenaremos la comunicación asertiva para promover el respeto hacia una misma y hacia las personas que nos rodean.

17:30-19:30h Semanal

## VIERNES 22

TARDE

### Autoestima e imagen corporal (M):

Analizaremos diferentes modelos de belleza, la imagen corporal y la autoestima, dirigido al grupo de chicas del Servicio de Dinamización de Jóvenes de la Junta de Distrito de Villaverde.

17:00- 19:00h

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)

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



# SEMANA DEL 25 AL 29 DE NOVIEMBRE 2024

## LUNES 25

### MAÑANA

#### **Jornada distrital conmemorativa del 25N (TP):**

Jornada para sensibilizar sobre la violencia contra las mujeres y homenajear a las mujeres que han sido asesinadas, organizada por la red comunitaria *Plantaforma* en Género de Villaverde.

10:30-14:30h

#### **LinkedIn desde cero. Crea y optimiza tu perfil profesional (M):**

10:30-12:30h Semanal

### TARDE

#### **Conoce los secretos de tu móvil (nivel intermedio) (M):**

¿Tienes dudas sobre el funcionamiento de tu móvil que te gustaría resolver? ¿Quieres sacarle todo el partido a tu teléfono?

Aprende a identificar tus necesidades diarias y a elegir las mejores herramientas digitales para solucionarlas.

17:00-19:30h Semanal

## MARTES 26

### MAÑANA

#### **Memoria de las Mujeres de Villaverde (TP):**

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

10:30-12:00h Mensual

### TARDE

#### **Encuentro artístico contra la violencia machista (TP):**

Evento artístico para conmemorar el 25N, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, donde contaremos con el grupo de teatro *Pizpiretas*, el coro *Diversas* y otras sorpresas para denunciar la violencia machista.

18:00h

## MIÉRCOLES 27

### MAÑANA

#### **Danza *contact* para mejorar las relaciones (TP):**

A través de la danza pondremos conciencia a cómo nos relacionamos y entrenaremos la escucha, el diálogo y el apoyo mutuo, sin roles ni jerarquías, en pos de unas relaciones sanas e igualitarias.

10:30-12:30h Semanal

### TARDE

#### **Contra el abuso de poder: autodefensa emocional (M):**

Trabajaremos las distintas formas de abuso que las mujeres hemos normalizado, fruto del aprendizaje de los roles y estereotipos de género.

17:30-19:30h Semanal

## JUEVES 28



### TARDE

#### **Autoestima y género II: Herramientas prácticas (M):**

Conoceremos y practicaremos la gestión del diálogo interno, lo convertiremos en una voz objetiva y amable reeducando los pensamientos. Además, entrenaremos la comunicación asertiva para promover el respeto hacia una misma y hacia las personas que nos rodean.

17:30-19:30h Semanal

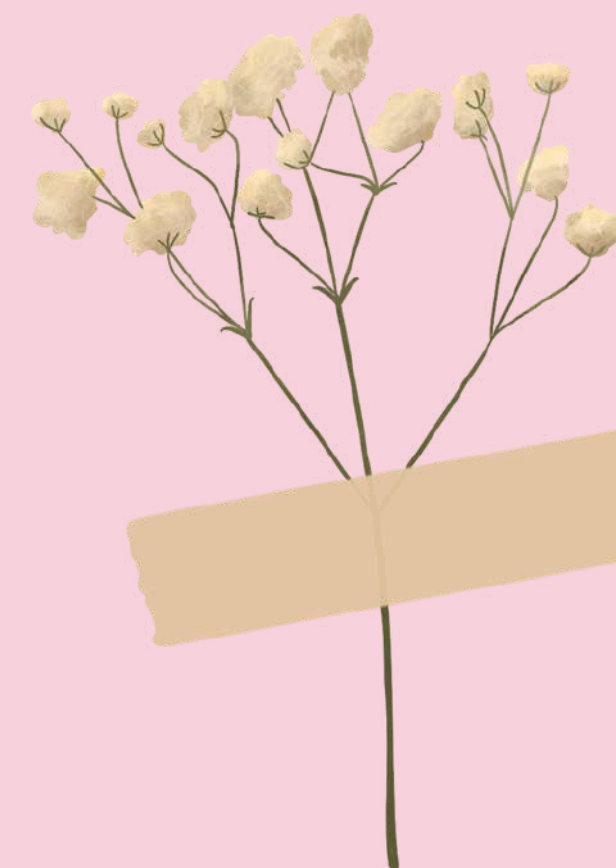
## VIERNES 29

### 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)

