



## PROGRAMACIÓN JULIO 2019

### **“Puntos violeta en las fiestas de Villaverde” Espacios seguros para mujeres**

Las voluntarias de los Puntos violeta ya están preparadas para las fiestas del distrito. Necesitamos a más personas que quieran participar en esta iniciativa, no se necesita una formación concreta, todo apoyo es bien recibido ¿te unes?

¿Cuáles son los objetivos de los Puntos Violeta?

- Información y atención a víctimas de acoso y agresiones sexuales que puedan darse durante las fiestas.
- Apoyar a las mujeres ante el miedo o inseguridad en este tipo de espacios públicos. Cómo cuidarse y protegerse de agresiones.
- Sensibilizar a las personas que por allí pasean sobre la importancia de tener unas fiestas libres de violencias sexistas y de violencias machistas.
- Inculcar actitud de respeto entre hombres y mujeres, que en las fiestas y en la vida no todo vale.

Puedes participar 1 día o todos los que quieras, también puedes elegir el horario dentro del establecido. Estas son las fechas y los barrios en fiestas:

21 y 22 de junio Butarque

21 y 22 de junio Ciudad de los Ángeles

28 y 29 de junio Marconi

5 y 6 de julio San Cristóbal

12 y 13 de julio Villaverde Alto

19 y 20 de julio Villaverde Bajo

\*Horario: de 21:00 a 1:00 horas

Busca este logo y acércate



Todos los distritos de Madrid tendrán sus Puntos Violeta, pide información en tu Junta Municipal o en tu Espacio de Igualdad si quieres formar parte de ellos.

### **SOSTENIBILIDAD DE LA VIDA; ECOFEMINISMO**

A lo largo del cuatrimestre indagaremos sobre este movimiento y ofreceremos espacios en los que poder reflexionar sobre la importancia de cuidarnos y de cuidar el planeta.

*“El ecofeminismo es una corriente diversa de pensamiento y movimientos sociales que denuncia que la economía, cultura y política hegemónicas se han desarrollado en contra de las bases materiales que sostienen la vida y propone formas alternativas de reorganización económica y política, de modo que se puedan recomponer los lazos rotos entre las personas y con la naturaleza. Los ecofeminismos iluminan funciones, trabajos y a personas habitualmente invisibilizadas y subordinadas, y señalan la necesidad de otorgarles valor y prioridad si queremos aspirar a que la vida humana pueda mantenerse tal y como la conocemos”.*

**Yayo Herrero** – Ecologista y feminista

### **Participación comunitaria: “Plantación del solar de Plata y Castañar”**

A partir del mes de septiembre, la entidad Entorno Tierra, con el apoyo del vecindario y las entidades de la zona, realizará una plantación en el solar de la calle Islas, frente al Espacio de Igualdad, en Plata y Castañar. Este embellecimiento de la zona está siendo un proceso comunitario que requiere de mucha participación e implicación del vecindario. Este día comenzaremos a decorar macetones que posteriormente serán colocados en la zona para ir determinando la zona sobre la que se trabajará.

**Martes 9 de julio de 11:30 a 13:30**  
**Actividad para mujeres y hombres\***



## **2º edición Charla de sensibilización medioambiental y eficiencia energética**

¿Cómo podemos ahorrar energía al medioambiente y a nuestra economía familiar? En esta charla te contamos la problemática actual que existe con el cambio climático y la crisis energética. Con una serie de medidas caseras basta ya que supondrán un ahorro en la factura de la luz y el agua; desde la utilización de bombillas led, reutilización de residuos para el ahorro de materiales, reciclaje eficiente....

**Martes 9 de julio de 9:30 a 11:30**  
**Actividad para mujeres y hombres\***  
**Facilita: Entorno Tierra**

### **“Naturalmente conectadas/os: cuerpo y mente”**

Solo tenemos un cuerpo y es nuestro deber cuidarlo y protegerlo, aunque casualmente no siempre resulta tan fácil. Adoptar hábitos de vida saludables es una tarea dura para muchas personas, más aún cuando se trata de una correcta alimentación. Se nos olvida cuál es el centro de nuestras vidas, cuál es el motor sin el que no podríamos avanzar, y aunque la popular frase “la salud es lo primero” está muy extendida, no terminamos de interiorizar el significado de la misma, maltratando nuestros cuerpos de diferentes maneras. El azúcar y las grasas saturadas están considerablemente normalizadas en los alimentos de nuestra sociedad y su efecto nocivo sobre la salud física ha sido ampliamente estudiado y documentado. Ya no hablamos de desnutrición, sino de malnutrición, concepto igualmente peligroso. No obstante, no se sabe tanto sobre las repercusiones de dichos hábitos sobre la salud emocional. En este taller profundizaremos en este tema: ¿Cómo puede afectar la comida en nuestro estado emocional? Y ¿Cómo aprender a escuchar lo que nuestro cuerpo nos pide?

**Miércoles 17 de julio de 9:30 a 12:30**  
**Actividad para mujeres y hombres\***

### **Visionado y posterior debate “Planeta libre”**

Película de 1996 dirigida por Coline Serreau, se desarrolla en el año 6000. En un desarrollado planeta donde la gente vive 250 años nadie quiere ir de viaje a la Tierra, viven personas capaces entre otras cosas de comunicarse por telepatía y de transportarse en el espacio. En una reunión deciden que es hora de que alguno de ellos visite la tierra, y a pesar de que nadie

estaba dispuesto a ir, una mujer, Mila, se propone como voluntaria. La película destaca por su capacidad crítica hacia una sociedad que avanzaba ya en aquel momento hacia un destino socio ambientalmente inviable.

**Lunes 15 de julio de 9:30 a 11:30**  
**Actividad para mujeres y hombres\***

### **ESCUELA DE IGUALDAD PARA LA POBLACIÓN**

La igualdad de género está en el centro mismo de los derechos humanos y los valores de las Naciones Unidas. Un principio fundamental es “derechos iguales para hombres y mujeres” y la protección y el fomento de los derechos humanos de las mujeres como responsabilidad de todos los Estados, indispensable para el desarrollo integral de las personas.

### **8ª edición “El mito de la igualdad en el siglo XXI”**

En un entorno de reflexión individual y colectiva, visibilizaremos la discriminación por razón de sexo existente a día de hoy hacia las mujeres, se trabajarán los estereotipos y roles asignados por la sociedad a mujeres y a hombres, conoceremos las reacciones de los hombres del patriarcado ante los avances hacia la igualdad entre mujeres y hombres. Tomaremos conciencia de que la igualdad real no existe todavía.

**Jueves 4 y 11 de julio de 9:30 a 13:30**  
**Actividad para mujeres y hombres\***

### **Celebración del 31 de julio “Día Internacional de las mujeres africanas”**

Desde la Red de MGF organizamos una celebración del Día internacional de las mujeres africanas. Con esta celebración queremos destacar la historia de las luchas de las mujeres por la libertad de expresión, por el respeto a las mujeres africanas, así como su contribución al progreso y evolución de la sociedad. Nos unimos para promover el cambio en la vida de las mujeres africanas y promover su progreso. Este encuentro dará voz a mujeres africanas, compartiremos música y comida africana.

**Miércoles 31 de julio de 12:00 a 17:00**  
**Lugar: pendiente de confirmación**  
**Actividad para mujeres y hombres \* Podéis acudir con vuestros hijos e hijas.**



### **Taller sobre sexualidad saludable: “Hablemos entre nosotras, ¿cómo cuidarnos en nuestras relaciones sexuales?”**

Nuestra sexualidad es muy amplia, diversa y nos acompaña desde el nacimiento hasta el final de nuestra vida. Existen tantas sexualidades como personas hay en el mundo y todas son válidas. ¡vamos a conocerlas!

En este taller exploraremos.

- Qué prácticas sexuales conllevan algún riesgo en nuestra salud y cómo protegernos, ya que no se trata de no tener relaciones sexuales sino de aprender a protegernos. Qué son las Infecciones de transmisión sexual (ITS) y en concreto el VIH: diferencia entre VIH/SIDA, vías de transmisión, mitos, estigma, etc.

- Dinámicas que nos ayuden a darnos cuenta de los factores socio-culturales que nos hacen vulnerables al VIH y a otras (ITS) y de las fortalezas que tenemos cada persona para un disfrute saludable.

- Cómo afrontar nuestras relaciones desde el placer, el autocuidado y el autoconocimiento para incrementar la satisfacción en las mismas y favorecer nuestro desarrollo personal en el ámbito de las sexualidades.

Intercambiaremos opiniones, saberes y conocimientos entre las participantes, dentro de toda su diversidad. ¿Te apetece participar?, ánimo, te esperamos.

**Facilita: Cruz Roja**

**Martes 23 de julio 09:30 a 13:30**

**Actividad para mujeres\***

### **Nos visita la Unidad Móvil de prevención de VIH y otras ITS.**

La unidad móvil de Cruz Roja nos visitará para realizar consultas personalizadas y pruebas rápidas de VIH.

**Miércoles 24 de julio de 11:30 a 13:30**

**Solar calle Islas, frente al Espacio de Igualdad**

### **2ª edición “Escuela de diversidad”**

A todas las personas nos atraviesan diferentes realidades que condicionan nuestra vida. El género es una de ellas. Pero las mujeres somos diversas y, categorías como la diversidad funcional, nuestro nivel cultural y socioeconómico, nuestra etnia o raza, nuestra orientación sexual y nuestra identidad de género, etc., influyen en la manera en la que se nos percibe y en la manera en la que vivimos. ¿La realidad de una mujer blanca heterosexual será la

misma que la realidad de una mujer negra homosexual? En esta actividad queremos reivindicar la diversidad como algo que nunca resta, sino que enriquece a la sociedad.

**Lunes 29 y martes 30 de julio de 9:30 a 13:30 (continúa en agosto)**

**Actividad para mujeres y hombres\***

**Espacio de “Prevención y sensibilización contra las VIOLENCIAS MACHISTAS”:** Las causas de la violencia contra las mujeres se encuentran en la discriminación de género, las normas sociales y los estereotipos de género que lo perpetúan. Dados los efectos devastadores que la violencia tiene en las mujeres, es importante centrarnos en su prevención, conociendo sus orígenes y causas estructurales.

### **2º Ciclo “No me quieras mucho, quíereme bien”**

La forma en cómo establecemos relaciones influye directamente sobre nuestro bienestar, por ello en esta actividad reflexionaremos sobre qué es el amor, el buen trato, el mal trato, la cultura de la violación y sobre cómo el amor romántico es la base de muchos malestares que no son sanos para la autonomía y la autoestima de las mujeres. Hablaremos sobre los diferentes tipos de violencia en la pareja y de cómo detectar las primeras señales de alarma, y daremos una vuelta a los movimientos feministas y a cómo estos han luchado por conseguir unas relaciones más sanas e igualitarias.

**Jueves 18, jueves 25 de julio y jueves 1 de agosto de 9:30 a 13:30**

**Actividad para mujeres**

### **Sesión formativa “La mutilación genital femenina”**

Durante la mañana conoceremos qué es la MGF, quienes son las personas afectadas y participantes, dónde se practica, cuándo se lleva a cabo, cómo y por qué se realiza, sus consecuencias en las mujeres... tras toda esta información trabajaremos y reflexionaremos sobre buenas prácticas en el ámbito profesional, en este caso en los entornos escolares.

**Miércoles 24 de julio de 9:30 a 11:30**

**Actividad para mujeres\***

**Facilita Médicos del mundo**



## ESCUELA DE EMPODERAMIENTO DE MUJERES

### Espacio “Desarrollo personal”

Espacio con perspectiva de género que tiene como objetivos el conocimiento y comunicación entre las mujeres, fomentar el empoderamiento a través de actividades de conocimiento personal, rescatar fortalezas, reflexionar sobre estereotipos de género, igualdad, violencia de género, entre otros.

#### **Actividad “¿Qué es el estrés y cómo gestionarlo?”**

El estrés tiene muy mala fama y en ocasiones puede llegar a producirnos mucho malestar. En este taller aprenderemos exactamente qué es, cómo funciona y cómo podemos aprender a gestionarlo para cuidarnos. Practicaremos técnicas de relajación que podremos aplicar en cualquier momento y en cualquier lugar y compartiremos recursos para favorecer nuestro bienestar.

Lunes 8 de julio de 9:30 a 13:30

Actividad para mujeres\*

#### **Espacio de salud y mujeres migrantes**

En este espacio podremos reflexionar sobre nuestra salud desde una perspectiva biopsicosocial: cuerpo - mente - entorno, con la idea de compartir inquietudes y resolver dudas. Aprenderemos sobre prevención y promoción de nuestra salud y autocuidados, con la colaboración del equipo de Salud Entre Culturas

Martes 9 de julio de 11:00 a 12:30

Actividad para mujeres migrantes\*

#### **Taller de español inclusivo para mujeres migrantes “Mujeres valientes”**

Mujeres valientes somos un grupo de educación compuesto por mujeres de diferentes nacionalidades que tenemos como nexo común aprender o mejorar el castellano. Practicamos la comprensión y la expresión del idioma a la vez que discutimos, analizamos y reflexionamos sobre las discriminaciones sufridas como mujeres migrantes y realizamos actividades que nos ayudan en nuestro proceso de empoderamiento, creamos vínculos y construimos sororidad entre todas.

Todos los martes de 11:00 a 12:30

Actividad para mujeres\*

**Espacio de Desarrollo profesional:** Actividades que facilitan el empoderamiento de las mujeres apoyando su autonomía en diferentes ámbitos como el económico. Formaciones que facilitan el acceso al empleo y talleres de conocimientos básicos e imprescindibles para el acceso al mundo laboral.

#### **Taller formativo: “Monitoras de patio y comedor” con la especialidad “Promotoras de igualdad en entornos escolares”**

##### **Monitora de patio y comedor 110 horas teórico-prácticas**

Monitora de patio y comedor. Comedor escolar y patio. El niño y la niña. Diversidad funcional y Trastornos en la infancia. El aprendizaje. Posicionamiento en el grupo. Alimentación. Primeros auxilios. El juego. Prácticas en comedores y patios escolares.

##### **Especialidad: Promotora de igualdad en entornos escolares 40 horas**

Igualdad entre mujeres y hombres. Sensibilización y violencia de género.

Desarrollo personal. Autoestima y gestión de la ansiedad. Cuidados para el bienestar. Ocio saludable y participación.

Buenas prácticas. Prevención y detección de acoso escolar y abuso sexual. Juego no sexista. Inteligencia emocional con perspectiva de género.

Del 1 de julio al 29 de agosto de lunes a jueves de 9:30 a 13:30

Actividad para mujeres\*

#### **Taller “Cuestiones jurídicas en el ámbito laboral”**

Sesión para conocer la vigente normativa laboral y solventar y/o resolver dudas legales conforme a ella. Tomar conciencia de los problemas que se suscitan en el sector empresarial con especial referencia a la problemática de las mujeres, como por ejemplo la brecha salarial, los techos de cristal, etc.

Miércoles 10 de julio de 9:30 a 12:30

Actividad para mujeres\*



## ESPACIOS COMUNITARIOS

Espacios en los que participamos activamente y de manera continuada con diferentes entidades del distrito y de la capital con objetivos comunes encaminados a la mejora de la calidad de vida de las comunidades a las que nos dirigimos, la población de la ciudad de Madrid, y siempre desde la perspectiva de género.

### **“Red de prevención de la mutilación genital femenina en Madrid”. Proyecto de intervención comunitaria en Villaverde**

Espacio comunitario formado por mujeres activistas contra la MGF y entidades del distrito de Villaverde y de la CAM que unimos nuestras fuerzas para trabajar por la salud de las mujeres africanas y la prevención de la violencia, principalmente la mutilación genital femenina.

Lunes 22 de julio de 12:00 a 14:00 CMSC Villaverde  
Abierto a profesionales y mujeres africanas y activistas.

### **Proyecto comunitario “Vive tu barrio”**

Espacio abierto a profesionales, entidades y vecindario de Villaverde Alto, más concretamente de la zona de Potes/Torres y Plata y Castañar. Un espacio para promover un proceso de desarrollo comunitario para mejorar el bienestar y la calidad de vida de la ciudadanía, siempre teniendo en cuenta la perspectiva de género.

Nos reunimos los 2º martes de cada mes a las 12:00 en la Junta Municipal de Villaverde, y 3º miércoles de mes a las 17:00 en la AA.VV. Los hogares.

Miércoles 3 de julio a las 12:00 en el Espacio de Igualdad Dulce Chacón  
Abierto a profesionales y vecindario de Plata y Castañar y la zona de las Torres.

## SERVICIOS DE APOYO INDIVIDUALIZADO

Servicios dirigidos a mujeres y con acceso a través de cita previa.

- Servicio de atención psicológica
- Servicio de atención jurídica
- Servicio de desarrollo profesional
- Servicio de prevención y detección de violencia de género

## MÁS INFORMACIÓN SOBRE EL ESPACIO

Facebook: [Espacio de Igualdad Dulce Chacón](#)

Página web del Área de Gobierno de Políticas de Género y Diversidad: [www.madrid.es/igualdad](http://www.madrid.es/igualdad)

(\* Mujeres y hombres en toda su diversidad y otras identidades)