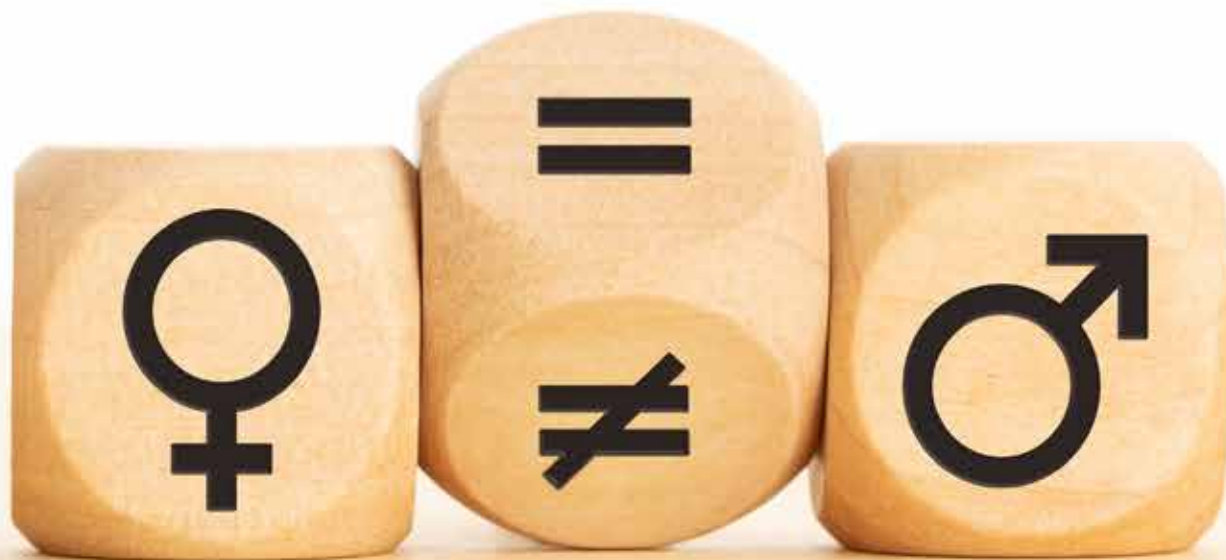


Octubre  
Diciembre  
2021

# Acciones para La IGUALDAD

= Derechos = Oportunidades



Concejalía de Igualdad  
y Diversidad



= Derechos = Oportunidades

# Acciones para La IGUALDAD

Oct/Dic 2021

## PARA DISFRUTAR, COMPARTIR Y CREAR EN FAMILIA

Actividades cofinanciadas al 50% por el Fondo Social Europeo y la Comunidad de Madrid en el marco del Programa Operativo FSE 2014-2020, Eje 1, Prioridad de inversión 8.4 de la Comunidad de Madrid.

### CUENTACUENTOS:

#### “LA REBELIÓN DE LAS PRINCESAS”

*Adaptación teatralizada del cuento de Jerónimo Mejías*

Blancanieves está cansada de encargarse siempre ella sola de la limpieza y del resto de tareas. Después de una profunda reflexión decide que las cosas tienen que cambiar y se declara en huelga. ¿Qué pasará entonces?

Dirigido a : familias con niñas y niños entre 6 y 12 años

Sábado 25 de septiembre de 12:00 a 13:00h.

CIDAM Plaza Dolores Ibarruri,1 Junto CEIP Rosalía de Castro

#### “GLORIA FUERTES, LA CONTADORA DE POEMAS”

*Adaptación teatralizada del cuento de Raquel Díaz Reguera*

¿Te apetece conocer de cerca la vida de una de las mejores poetas de nuestro país? ¡Abróchate la corbata y reparte poesías con Gloria Fuertes!

Dirigido a: familias con niñas y niños entre 6 y 12 años

Sábado 23 de octubre de 12:00 a 13:00 h.

#### “YO VOY CONMIGO”

*Adaptación teatralizada del cuento de Raquel Díaz Reguera*

A Lúa le gusta un niño, pero no se fija en ella. Sus amigos y amigas le aconsejan que cambie algunas cosas para llamar su atención. ¿Qué pasará entonces?.

Dirigido a: familias con niñas y niños entre 6 y 12 años

Sábado 27 de noviembre de 12:00 a 13:00h.

### TEATRO INTERACTIVO: PINOCHA LA NIÑA QUE APRENDIÓ A SENTIR

Bululú y Atolondrado nos cuentan la historia de Pinocho, pero esta vez a quien le crece la nariz no es a él, sino a las personas adultas: a Gepetto, al Hada ¿por qué será?... Mostraremos que la educación, la libertad y nuestra inteligencia emocional (y no los estereotipos perpetuados) nos deben guiar a construir un mundo más justo para todas y todos.

Dirigido a: familias con niñas y niños entre 6 y 12 años

Sábado 18 de diciembre de 12:00 a 13:00 h.

C.C. La Jaramilla. Avda. de la Constitución, 47

## CRECER SIN LÍMITES

Actividades financiadas con cargo a los fondos del Pacto de Estado recibidos en la Comunidad de Madrid del Ministerio de Igualdad, Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género.

### SILAVIDA NOS DA LIMONES, HAGAMOS LIMONADA

Taller de psicohigiene y prevención de problemas emocionales (ansiedad, depresión, psicósomáticos) que, a través de la Terapia de Aceptación y Compromiso con la Acción, nos empoderará para afrontar los avatares de la vida y disfrutar de ella.

Dirigido a: mujeres y hombres mayores de 16 años.

Martes de 17:00 a 19:00 h. Del 5 de octubre al 14 de diciembre.

CIDAM

### LABORATORIO DE CREACIÓN TEATRAL “CIBER-FEM”

Trabajaremos las desigualdades entre mujeres y hombres con improvisaciones a través de diferentes relatos y metodologías teatrales.

Dirigido a: mujeres y hombres mayores de 16 años

Jueves de 10:30 a 12:30 h. Del 7 de octubre al 16 de diciembre.

MULTIFUNCIONAL

### VIVIR EN PLENITUD. EL ARTE DE EMPODERARTE

Vivir en plenitud implica atreverse a romper moldes, estereotipos y convencionalismos para que prevalezcan nuestros valores y necesidades. Damos poder para tomar decisiones que nos permitan hacer realidad nuestras metas y deseos. ¡Todo un arte!

Dirigido a: mujeres mayores de 16 años

Miércoles de 10:30 a 12:30 h. Del 6 de octubre al 15 de diciembre.

CIDAM

## MONOGRÁFICOS

Actividades financiadas con cargo a los fondos del Pacto de Estado recibidos en la Comunidad de Madrid del Ministerio de Igualdad, Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género.

### ME AMOYME PROTEJO: PONGO LÍMITES

Todas amamos, cada quien elige cómo. Tenemos el poder de relacionarnos como deseamos, todo depende de la actitud que escojamos para relacionarnos con los demás, con el mundo y por supuesto, con nosotras mismas.

Dirigido a: mujeres mayores de 16 años

Jueves, 14 y 21 de octubre de 10:30 a 12:00 h.

ONLINE: Necesario disponer de Wifi + Ordenador o Smartphone.

### CAMBIAR TUS PENSAMIENTOS PUEDE CAMBIAR TU DESTINO

A veces no podemos cambiar la realidad que nos rodea. Pero sí es posible transformar nuestros pensamientos para manejar situaciones con otro enfoque y nuevos ánimos. Tus pensamientos influyen en tu calidad de vida.

Dirigido a: mujeres mayores de 16 años

Jueves, 4 y 11 de noviembre de 10:30 a 12:00.

ONLINE: Necesario disponer de Wifi + Ordenador o Smartphone.

## EL PODER DE LA CONCIENCIA CORPORAL

Actividades financiadas con cargo a los fondos del Pacto de Estado recibidos en la Comunidad de Madrid del Ministerio de Igualdad, Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género.

### MI CUERPO EN MOVIMIENTO

Tomaremos conciencia corporal a través de diferentes ejercicios, para ser conscientes de nuestro poder y de la influencia del cuerpo en nuestro bienestar.

Dirigido a: mujeres mayores de 16 años

Martes de 10:30 a 12:30 h. Del 5 de octubre al 21 de diciembre. CIDAM

## ESPACIO CO-RESPONSABILIZÁNDONOS

Actividades cofinanciadas al 50% por el Fondo Social Europeo y la Comunidad de Madrid en el marco del Programa Operativo FSE 2014-2020, Eje 1, Prioridad de inversión 8.4 de la Comunidad de Madrid.

### CONVIVENCIA EN IGUALDAD

Este es un laboratorio en el que exploramos cómo las mujeres llegamos a ser quienes somos a través de la puesta en común, el análisis de mujeres referentes y la búsqueda de modelos de relaciones más igualitarias y satisfactorias.

Dirigido a: mujeres y hombres mayores de 16 años.

Lunes de 10:30 a 12:30 h. Del 4 de octubre a 20 de diciembre. CIDAM

## ¿ME DICES O ME CUENTAS?

Actividad financiada con cargo a los fondos del Pacto de Estado recibidos en la Comunidad de Madrid del Ministerio de Igualdad, Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género.

### INGLÉS VIOLETA

¿Y si aprendemos inglés de una manera diferente? Conversaremos en inglés de manera distendida, reforzando nuestros conocimientos, a la vez que debatimos temas que nos interesan a todas desde la perspectiva de género ¿Te animas? Let's go!

Dirigido a: mujeres mayores de 16 años

con Nivel First/B2 de inglés

Miércoles de 18:00 a 19:30 h. Del 6 de octubre al 15 de diciembre.

ONLINE: Necesario disponer de Wifi + Ordenador o Smartphone.

## ESPACIO SALUDABLE

Actividad financiada con cargo a los fondos del Pacto de Estado recibidos en la Comunidad de Madrid del Ministerio de Igualdad, Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género.

### ME SIENTO, ME CUIDO Y ME VIVO

¿Cuándo fue la última vez que te preguntaste cómo te sientes, te permitiste un plan solo para tí, o que tu bienestar no fue una opción sino una prioridad? Es el momento...

Dirigido a: mujeres mayores de 16 años

Viernes de 10:30 a 12:30 h. Del 8 de octubre al 17 de diciembre. CIDAM.

## COGLADA MÁS IGUALITARIA Y LIBRE DE VIOLENCIA DE GÉNERO

Si a nivel personal, asociativo o profesional deseas implicarte proponiendo alguna iniciativa o recibir información o asesoramiento sobre igualdad, contacta con la Concejalía.

## LO ESENCIAL SÍ ES VISIBLE A LOS OJOS

Actividades financiadas con cargo a los fondos del Pacto de Estado recibidos en la Comunidad de Madrid del Ministerio de Igualdad, Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género.

### DEBATE SIN COMBATE

¿Te suena eso de "calladita estás más guapa"? ¿Evitas ciertos temas por si no sabes defender tus argumentos o temes el conflicto? Aprenderemos a debatir sin combatir en un espacio seguro de aquellos temas espinosos, candentes y más actuales. ¡No nos queremos calladas nunca más!

Dirigido a: mujeres mayores de 16 años  
Jueves de 17:30 a 19:30 h. Del 7 de octubre al 16 de diciembre.  
CIDAM

## ESPACIO TRANSFORMA CREA-CAMBIA

Actividad financiada con cargo a los fondos del Pacto de Estado recibidos en la Comunidad de Madrid del Ministerio de Igualdad, Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género.

### ...¡CON LA MÚSICA!

Pondremos voz a nuevas melodías, recordaremos y analizaremos otras con las que hemos crecido y la importancia de la expresión musical en nuestro día a día.

Dirigido a: mujeres y hombres mayores de 16 años  
Martes de 17:30 a 19:30 h. Del 5 de octubre al 21 de diciembre.  
MULTIFUNCIONAL

Actividad cofinanciada al 50% por el Fondo Social Europeo y la Comunidad de Madrid en el marco del Programa Operativo FSE 2014-2020, Eje 1, Prioridad de inversión 8.4 de la Comunidad de Madrid.

### EXPRESARTE ENTRE LÍNEAS...¡CON EL DIBUJO!

Con el dibujo aprenderemos a expresarnos y observar nuestro mundo y el que nos rodea desde otra perspectiva. ¿Te animas a descubrir la artista que hay en ti?

Dirigido a: mujeres y hombres mayores de 16 años  
Lunes de 17:30-19:30 h. Del 11 de octubre al 20 de diciembre.  
MULTIFUNCIONAL

## FORMACIÓN A PROFESIONALES

Actividades financiadas con cargo a los fondos del Pacto de Estado recibidos en la Comunidad de Madrid del Ministerio de Igualdad, Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género.

**"SENSIBILIZACIÓN Y PREVENCIÓN  
DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO" II Edición**  
Ámbito profesional. Curso gratuito Online (30 horas).

Del 18 de octubre al 17 de diciembre 2021

Inscripciones: Del 27/09 al 15/10

> [Selecciona este enlace para acceder a la inscripción](#) <



## PROYECTOS APS

La Concejalía de Igualdad colabora en el desarrollo de dos proyectos de Aprendizaje Servicio (APS) junto a las Facultades de Farmacia y Psicología de la Universidad Complutense de Madrid y en otros proyectos comunitarios intergeneracionales.

Contacta con la Concejalía y te informaremos de sus objetivos y cómo participar.

## ASOCIACIONES

Las Asociaciones comprometidas con la Igualdad de Coslada organizan acciones en los ESPACIOS DE IGUALDAD que te pueden interesar. Contacta con cada una de ellas para que te informen de sus actividades, cuotas, procedimiento y plazos de inscripción.

### ASOCIACIÓN CULTURAL DE LA MUJER "AMANECER"

asamanecerco@gmail.com • Tlf: 686 432 931

### ASOCIACIÓN "CARMEN GARCÍA BLOISE"

bloiseinscripciones@hotmail.com

Tlfs: 629 376 651 • 640 291 965 • 644 737 905

### ASOCIACIÓN DE MUJERES "CLARA CAMPOAMOR"

lasclaras.coslada@gmail.com • Tlf: 649 002 523

### ASOCIACIÓN "OBJETIVO DANZA LARUMBE"

objetivod.asociacion@gmail.com

Tlf: 623 001 051

### ASOCIACIÓN "OUM KALSOUN"

asociaciondanzaoum@gmail.com • Tlf: 695 210 301



# INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

OCTUBRE/DICIEMBRE 2021

## PRESENTACIÓN DE SOLICITUDES:

**Del 13 al 22 de septiembre 2021, ambos inclusive.**

Tienes estas opciones para inscribirte:

- Cumplimentando el **formulario Online** de inscripción  
> [Selecciona este enlace para acceder](#) <
- Solicitando inscripción en el **correo electrónico:**  
[cidam@ayto-coslada.es](mailto:cidam@ayto-coslada.es)
- Llamando al **teléfono de la Concejalía:**  
91 669 61 20 o 91 627 82 00 - Ext: 2200

## SORTEO PÚBLICO:

**Día 23 de septiembre a las 10:00 h.** sorteo del orden de asignación de plazas en aquellas actividades que la demanda sea mayor a las ofertadas.

## CONFIRMACIÓN DE PLAZAS Y PUBLICACIÓN DE LISTADOS DEFINITIVOS:

**Día 24 de septiembre**, te confirmaremos tu plaza, preferentemente vía correo electrónico o al teléfono que nos indiques en la inscripción para evitar desplazarte a los ESPACIOS DE IGUALDAD.

Si tu actividad es online, te enviaremos el enlace para que desde tu ordenador o teléfono móvil entres en el espacio virtual de la actividad y te encuentres con el profesorado y resto de participantes.

## INICIO DE LAS ACTIVIDADES:

**A partir del lunes 4 de octubre.**

**IMPORTANTE:** Las personas que se inscriban recibirán puntual información de cualquier cambio o adaptación que determinen las autoridades sanitarias.

Las actividades previstas presenciales, en caso de que la situación sanitaria lo requiera, se desarrollarían online, en la medida que fuera posible.

Recuerda que por tu salud y la de las demás personas, **eres responsable de cumplir las normas de seguridad de prevención contra la COVID-19**, manteniendo puesta correctamente tu mascarilla, distancia de seguridad entre participantes y limpieza de manos antes y después de cada actividad.

# ESPACIOS DE IGUALDAD



## CENTRO DE INFORMACIÓN, DOCUMENTACIÓN Y ASESORAMIENTO DE LAS MUJERES. CIDAM

Pza. Dolores Ibárruri, 1 • 28823 Coslada

### Sede Concejalía

#### Horario de atención al público:

De Lunes a Viernes de 9:00 a 14:00h

Martes y Jueves de 16:00 a 20:00 h



## MULTIFUNCIONAL "LA RAMBLA"

Avda. Príncipes de España, 20  
28823 • Coslada (1ª planta)

### PARTICIPA:



**Teléf.: 91 669 61 20**



[cidam@ayto-coslada.es](mailto:cidam@ayto-coslada.es)



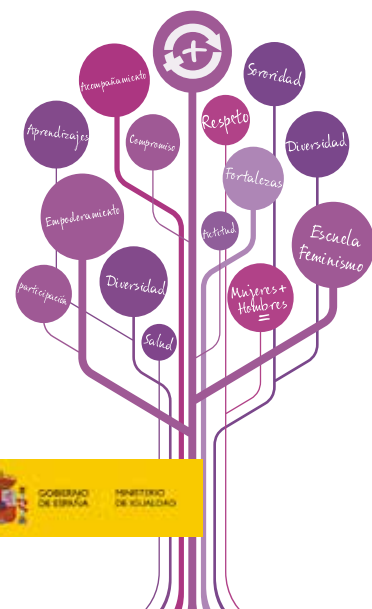
[concejaliaigualdadydiversidadcoslada](https://www.facebook.com/concejaliaigualdadydiversidadcoslada)



[@igualdad.coslada](https://www.instagram.com/igualdad.coslada)



[@cosladaigualdad](https://twitter.com/cosladaigualdad)



Concejalía de Igualdad  
y Diversidad



Comunidad  
de Madrid



Unión Europea  
Fondo Social Europeo  
"El FSE invierte en tu futuro"



Punto Municipal  
del Observatorio Regional de la  
Violencia de Género



Pacto de Estado  
contra la violencia de género



GOBIERNO DE ESPAÑA  
MINISTERIO DE IGUALDAD