



Concejalía de Servicios Sociales,
Mayores e Igualdad

Curso 2018-2019

CONCEJALÍA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN

Actividades para la Igualdad

= derechos y oportunidades



25º Aniversario
del CIDAM 1992-2017



Árbol de la Igualdad
COSLADA

CONCEJALÍA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN

Actividades para la Igualdad

= derechos y oportunidades



Tienes en tus manos la presentación del curso 2018-2019, un año donde se verán consolidados un mayor número de talleres, y más espacios ganados para la igualdad, como es la primera planta del Centro Multifuncional. Y todo ello con la pretensión de llegar a más mujeres de todas las edades, acompañadas de la mano de las acciones del tejido asociativo. Unos talleres que este año comenzarán en espacios reformados del CIDAM, donde hemos cambiado todo el sistema de climatización y hemos redistribuido mejor los espacios para la atención a víctimas. Reformas incómodas pero necesarias que seguro sabrás valorar.

El año 2019, será también año de consolidación de la igualdad LGTB, pues celebraremos por tercer año, la fiesta reivindicativa del Orgullo. Tiempo también, para estrenar el **IV Plan de Igualdad** que finalizaremos tras un profundo diagnóstico, en la seguridad de que este nuevo Plan seguirá llegando a más colegios e institutos, tal y como hemos estado haciendo en estos últimos años.

Queremos por todo ello, invitarte a participar en este nuevo curso 2018-19, en todas las acciones y actividades de la Concejalía de Igualdad para que la construcción de la Coslada igualitaria, diversa y libre de violencia sea una realidad.

Salud y gracias



PROGRAMACIÓN
Actividades para la IGUALDAD



CIDAM

¿QUÉ ES EL CIDAM?

El CIDAM es el Centro de Información, Documentación, Asesoramiento a la Mujer. Es un centro público abierto para facilitar a la ciudadanía, en especial a las mujeres de todas las edades: información y asesoramiento profesional desde la perspectiva de género sobre sus derechos y orientación sobre la forma de ejercerlos, además de formación y actividades socioeducativas para el desarrollo personal, profesional y social.

En el CIDAM te escuchamos de forma confidencial, gratuita y personalizada y te acompañamos en la adaptación a los cambios de tu proceso vital a través de un equipo interdisciplinar de profesionales

En el CIDAM se encuentra el **Punto Municipal de Violencia de Género de Coslada**, perteneciente al Observatorio Regional de la Violencia de Género de la Comunidad de Madrid.

25º Aniversario
del CIDAM 1992-2017

CIDAM



¿ QUIÉNES SOMOS ?

Somos un equipo compuesto por:

- **Jefatura de Igualdad** .
- **Una Trabajadora Social**, que también es la Coordinadora del Punto Municipal del Observatorio Regional de la Violencia de Género.
- **Una Agente de Igualdad** que, además de ser la responsable de la Asesoría de Igualdad, se responsabiliza de la coordinación de las actividades recogidas en este folleto.
- **Una Abogada**, que se encarga de todas las tareas de Asesoría Jurídica del Punto de Violencia.
- **Dos Psicólogas**, que realizan las labores de atención psicológica individual y grupal.
- **Una Psicóloga Infantil**, que atiende las necesidades psicológicas de las/os menores víctimas, directa o indirectamente, de violencia de género.
- **Dos auxiliares administrativos** .
- **Un Conserje**.

¿ CUÁNDO PODEMOS ATENDERTE ?

Estamos a tu disposición de **lunes a viernes de 9:00h. a 14:00h.** por las mañanas y por las tardes los **martes y los jueves de 16:00h. a 20:00h.**

¿ A QUIÉN VA DIRIGIDO ?

A toda la ciudadanía de Coslada, especialmente a las mujeres, que necesiten información y/o asesoramiento integral.

¿ QUÉ TE OFRECEMOS ?

En el CIDAM tendrás una entrevista individualizada con el personal técnico de la Concejalía de Igualdad más adecuado al tipo de asesoramiento solicitado:

- **ASESORÍA DE IGUALDAD:** cualquier tipo de orientación en cuestiones de género te atenderemos **los miércoles, de 10:00h a 14:00h, previa cita.**
- **PUNTO MUNICIPAL DE OBSERVATORIO REGIONAL DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO**, en el que te atenderemos:
 - **Atención Social:** Asesoramiento, acogida, orientación y gestión de los recursos sociales y/o ayudas que mejor se adapten a las necesidades detectadas. Recepción y seguimiento de las Ordenes de Protección y/o Resoluciones judiciales.
 - **Atención Psicológica:** Apoyo terapéutico individual y/o grupal, con el fin de facilitar el proceso de recuperación, con tratamiento del daño emocional y de las secuelas psicológicas sufridas. Intervención en situación de crisis.
 - **Atención jurídica:** Asesoramiento legal en materia de Violencia de Género. Acompañamiento legal durante todo el proceso.
 - **Formación:** Actividades de formación integral, igualdad, conciliación, expresión corporal, nuevas tecnologías, etc

¿ DÓNDE PUEDES ENCONTRARNOS ?

Pza. Dolores Ibárruri, 1 • 28823 – Coslada
Teléf.: 91 669 61 20 // Fax: 91 6716053
Correo-e: cidam@ayto-coslada.es
Cita Previa: Lunes a Viernes: de 9 a 14 h
Martes y Jueves: de 16 a 20 h

TELÉFONOS DE EMERGENCIA:

- 112:** Emergencias 24 horas
- 016:** Atención Víctimas de Violencia de Género.
24 horas. NO DEJA RASTRO
- 012:** Atención víctimas de Violencia de Género.
Comunidad de Madrid. NO DEJA RASTRO
- 091:** Policía Nacional
- 092 / 91 485 04 20:** Policía Local





ÁREA DE CORRESPONSABILIDAD PARA CONVIVIR EN IGUALDAD

CONVIVENCIA EN IGUALDAD

Aprendizaje de destrezas y habilidades de comunicación necesarias para que la asignación social de roles entre mujeres y hombres nos lleve a una convivencia en igualdad. **Dirigido a:** mujeres y hombres mayores de 16 años. **Lugar:** CIDAM

Grupo 1: lunes de 10:30h. a 12:30h.

Grupo 2: martes de 16:15h. a 18:15h.

HILANDO IGUALDAD

Taller para el aprendizaje práctico de diseño, patronaje y costura avanzada en el que trabajamos roles igualitarios. **Dirigido a:** Preferentemente hombres y alumnado de cursos anteriores o que cuenten con conocimientos básicos. **Lugar:** EDIFICIO MULTIFUNCIONAL

Grupo 1: martes de 10:00h. a 13:00h.

ROLES FEMENINOS FRENTE A ROLES MASCULINOS: REFLEXIÓN PARA EL CAMBIO

Espacio de reflexión grupal sobre la realidad individual y colectiva en torno a los roles tradicionales. Se dotará a las personas participantes de herramientas de comunicación y resolución de conflictos para afrontar las situaciones difíciles, evitar desgastes, desencuentros y construir relaciones más satisfactorias, igualitarias y saludables. **Dirigido a:** mujeres y hombres mayores de 16 años **Lugar:** CIDAM

Miércoles, de 10:30h. a 12:30h.

CONCEJALÍA DE IGUALDAD
PROGRAMACIÓN
 Actividades para la
Igualdad

= *derechos y oportunidades*

ÁREA DE DESARROLLO PERSONAL

TÉCNICAS DE AUTOESTIMA Y ASERTIVIDAD PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO.

Se trabajarán recursos expresivos, la asertividad y la creatividad con el fin de mejorar la autoestima de cara a detectar y prevenir situaciones de abuso y de violencia. También se realizará una revisión crítica de los mitos y estereotipos en torno a los roles sexistas. **Dirigido a:** mujeres y hombres mayores de 16 años. **Lugar:** EDIFICIO MULTIFUNCIONAL

Grupo 1: Martes de 10:00h. a 11:30h.

Grupo 2: Jueves de 10:00h. a 11:30h.

ESPACIOS DE ENCUENTRO PARA LA REFLEXIÓN Y EL DEBATE.

En este taller, desarrollaremos pautas de autoindagación personal para descubrirnos: asumir la responsabilidad de quién soy, lo que siento, lo que digo, lo que hago... dejando de lado las máscaras para expresarnos con libertad.

Indagar sobre antiguos patrones inculcados a través de la familia, la cultura, la educación, la presión social, etc., de cara a conseguir una comunicación respetuosa e igualitaria con quienes nos rodean. **Dirigido a:** mujeres y hombres mayores de 16 años. **Lugar:** CIDAM

Grupo 1: martes de 17:00h. a 19:00h.

COMPROMETIDAS PARA CAMBIAR

Se abre un espacio de encuentros participativos dirigido a delegados/as de grupos de actividad, asociaciones y otros agentes sociales para favorecer el sentimiento de pertenencia, la cohesión grupal y la comunicación motivadora y de acompañamiento.

Martes de 18:00h. a 19:30h. del 09 de Octubre al 18 de Diciembre en el CIDAM.



ÁREA DE COMUNICACIÓN Y EXPRESIÓN CORPORAL

DANZA TU VIDA

A través del movimiento y la danza exploraremos y expresaremos emociones y sentimientos de manera individual y colectiva, aprendiendo a utilizar nuestro cuerpo como medio de comunicación. **Dirigido a:** mujeres mayores de 16 años.

Lugar: EDIFICIO MULTIFUNCIONAL

Grupo 1: lunes y miércoles de 09:00h. a 10:00h.

Grupo 2: lunes y miércoles de 10:00h. a 11:00h.

Grupo 3: lunes y miércoles de 19:30h. a 20:30h.

EMPODERAMIENTO

La vergüenza y la falta de autoestima dificultan nuestra capacidad para relacionarnos, para expresar necesidades y deseos. A través del movimiento expresivo, el teatro y el contacto grupal exploraremos nuevas posibilidades para empoderarnos de los propios recursos, ganar espontaneidad, confianza y autoapoyo, y acoger las características que nos hacen ser únic@s. ¡Tráete tu vergüenza contigo: es bienvenida! **Dirigido a:** mujeres y hombres mayores de 16 años.

Lugar: CIDAM. --- **Grupo 1:** jueves de 17:00h. a 19:00h.

CREACIÓN TEATRAL DESDE LAS VIVENCIAS

A través de la construcción y representación de los personajes desarrollamos la creatividad y la imaginación que nos serán muy útiles en la gestión de dificultades del día a día. El humor y el juego estarán presentes para desinhibirnos y desarrollar relaciones más positivas. **Dirigido a:** mujeres y hombres mayores de 16 años. **Lugar:** EDIFICIO MULTIFUNCIONAL. --- **Grupo 1:** jueves de 11:00h. a 13:00h.

ÁREA DE TECNOLOGÍAS APLICADAS AL DÍA DÍA

INFORMÁTICA BÁSICA Y AVANZADA PARA LA IGUALDAD

Objetivos: Dotar al alumnado de conocimientos que les permitan familiarizarse con un ordenador, sus funcionalidades y una utilización básica.

Contenidos:

- Qué es un ordenador. Componente y partes básicas.
- Windows. Introducción al sistema Windows. Operaciones básicas.
- Paquete Office: Word, Excel, PowerPoint. Operaciones básicas
- Qué es internet. Navegar y buscar.
- El correo electrónico. Qué es. Cómo funciona. Crear una cuenta.

Dirigido a: mujeres y hombres mayores de 16 años. **Lugar:** CIDAM

Grupo 1: martes y jueves de 10:00 a 11:30

Grupo 2: martes y jueves de 18:00 a 19:30





ACCIONES PARA EL CAMBIO POR LA IGUALDAD Y LA ERRADICACIÓN DE LA VIOLENCIA:

IV PLAN DE IGUALDAD

Una de los objetivos de toda Concejalía de Igualdad es, por supuesto, la elaboración del **IV Plan de Igualdad de Oportunidades Municipal**. En colaboración con el **Observatorio de Género de la Universidad Rey Juan Carlos** hemos venido desarrollando, desde noviembre de 2016, el trabajo de diagnóstico de necesidades previo a todo plan de trabajo. Ya hemos recogido toda la información de diferentes áreas municipales, y actualmente estamos en fase de redacción del documento final.

CAMPAÑA PARA LA PREVENCIÓN DE AGRESIONES SEXUALES EN LA ADOLESCENCIA

En noviembre de 2016 iniciamos junto a CAVAS (Centro de Asistencia a Víctimas de Agresiones Sexuales), una campaña para sensibilizar y prevenir las agresiones sexuales en la población adolescente. Hasta ahora hemos llevado a cabo:

- Campaña de Navidad: reparto de tarjetas informativas entre la población adolescente.
- Campaña de Fiestas Locales: reparto de vasos y carteles informativos. Durante esta campaña recogeremos los resultados de la investigación cuantitativa y cualitativa que se está llevando a cabo de cara a elaborar un protocolo de atención de cara a prevenir este tipo de agresiones.

PIEL CON PIEL

Proyecto pedagógico y de intervención social en colaboración con la Fundación Lydia Cacho, CALATEA y la Concejalía de Juventud. Dirigido al **alumnado de 4º de ESO y 1º de Bachillerato** de los I.E.S. de Coslada. **Creación escénica dirigido por un grupo de artistas profesionales** en el ámbito de la **prevención, formación y sensibilización para erradicar la violencia contra mujeres y niñas, en especial la trata de personas con fines de explotación sexual**.

GÉNERO Y GENERACIONES: PROYECTOS DE APRENDIZAJE SERVICIO

Seguimos trabajando para reflexionar críticamente sobre la transmisión de valores culturales y de género. Con los Institutos de Enseñanza Secundaria seguimos organizando proyectos Aprendizaje-Servicio para seguir fomentando la colaboración entre personas de distintas generaciones. Recibirás información puntual para que, si lo deseas, puedas participar.

LA UNIVERSIDAD A TU ALCANCE: HUMANIDADES IV

Desde hace algunos años venimos trabajando con Agencia Universitaria para la Gestión del Conocimiento (AUGE), y en colaboración con la Asociación Carmen García Bloise, para ofrecerte la posibilidad de recibir formación universitaria. Este año ponemos en marcha el **Curso de Humanidades IV: Historia, Literatura y Arte**, del que puedes recibir toda la información en el teléfono 696 984 080.

PARTICIPANDO POR LA IGUALDAD



La Concejalía de Igualdad lidera, en coordinación con otras Áreas municipales como Participación Ciudadana, Juventud, Educación, Infancia, Cultura, Servicios Sociales, etc., a lo largo de todo el año, acciones de sensibilización y concienciación sobre la actual desigualdad de género, la violencia hacia las mujeres y la diversidad sexual. Nuestra misión se orienta a propiciar el necesario cambio social en el que las personas de todas las edades tenemos responsabilidad como parte de la sociedad.

La participación de las organizaciones ciudadanas, especialmente las asociaciones de mujeres y LGTB y el trabajo en red con todos los recursos sociales, educativos y culturales de la ciudad son claves.

De ahí que desde esta área nos propongamos, activar la participación de todos estos agentes para generar espacios de confluencia que nos permitan sensibilizar a la sociedad, implicarla en los procesos de desarrollo de su ciudad y mejorar la dignidad de las personas.

ENTIDADES CIUDADANAS POR LA IGUALDAD

Trabajamos con las entidades ciudadanas que, de un modo u otro, promueven la igualdad entre las mujeres y los hombres, el respeto a la diversidad LGTBI y la prevención de la violencia de género en nuestra localidad, no sólo para canalizar las iniciativas de cada una de ellas, sino para establecer la red de colaboración necesaria entre todas.

Con todas ellas mantenemos reuniones de coordinación a lo largo del año acompañando su proceso participativo, ofreciéndoles apoyo, formación y asesoramiento para la elaboración de proyectos de intervención social igualitaria, en coordinación con el área de Participación Ciudadana.

Además organizamos conjuntamente las actividades de la Semana del 25 de Noviembre y la Semana del 8 de Marzo, mesas redondas, debates, cafés-tertulia, etc... abiertas a la participación

DELEGADAS GRUPOS ACTIVIDAD

Cada grupo de actividad elige cada año democráticamente a sus dos representantes, titular y suplente, para que representen las propuestas, opiniones y sugerencias a la Concejalía y viceversa, en las reuniones ordinarias trimestrales durante el curso o a otras que por interés de programación o dinámica de los grupos sean necesarias para abordar temas de interés.

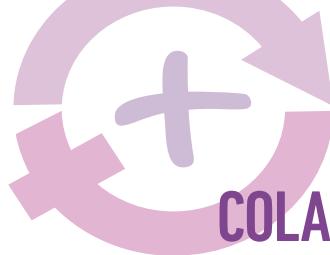
CONSEJO DE LA MUJER

El Consejo de las Mujeres del Reglamento de Participación Ciudadana de Coslada, es el espacio de debate y participación sobre cuántas políticas existentes en el municipio afectan a las mujeres y al principio de igualdad legal y de oportunidades entre géneros (art. 46).

Además de la representación municipal, tanto técnica como política, pertenecen al Consejo de las Mujeres todas las entidades ciudadanas que trabajen por y para la igualdad de oportunidades y la prevención de la violencia de género.



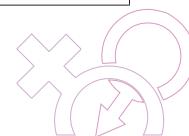
PROGRAMACIÓN
Actividades para la IGUALDAD



ACTIVIDADES EN COLABORACIÓN CON LAS ASOCIACIONES DE MUJERES

Como cada año, la Concejalía de Igualdad cede espacios municipales para que las Asociaciones de Mujeres puedan llevar a cabo las actividades que desarrollan dentro de su programación anual. A continuación tienes la información esencial de lo que cada una de ellas realiza

| ASOCIACIÓN DE MUJERES CARMEN GARCÍA BLOISE | | | | e-mail: bloise@gmail.com Tfno: 629 376 651 |
|--|-------------|--------------------|--|---|
| ACTIVIDAD | COSTE - MES | PERIODO | HORARIO | CENTRO |
| Pilates | 15,00 € | de octubre a junio | G1 - L y X 08:15 a 09:15 G2 - L y X 09:15 a 10:15 G3 - L y X 10:15 a 11:15 G4 - L y X 11:15 a 12:15 | CIDAM. Aula Clara Campoamor |
| | | | G5 - M y J 08:15 a 09:15 G6 - M y J 09:15 a 10:15 G7 - M y J 10:15 a 11:15 G8 - M y J 11:15 a 12:15 | MULTI. Aula Carmen Amaya |
| Pilates | 15,00 € | de octubre a junio | G9 - L y X 09:15 a 10:15 G10 - L y X 10:15 a 11:15 G11 - L y X 11:15 a 12:15 G12 - L y X 12:15 a 13:15 G13 - M y J 16:15 a 17:15 G14 - M y J 17:15 a 18:15 G15 - M y J 18:15 a 19:15 | MULTI. Aula Teresa Perales |
| Recuperación funcional de la columna, aliviando tensiones y mejorando la postura, recobrando la movilidad, la agilidad, la fuerza y la flexibilidad en un clima de concentración y relajación. Esta técnica favorece mucho a mujeres con trastornos alimenticios (anorexia y bulimia). | | | | |





ASOCIACIÓN DE MUJERES CARMEN GARCÍA BLOISE

e-mail: bloise@gmail.com
Tfno: 629 376 651

| ACTIVIDAD | COSTE - MES | PERIODO | HORARIO | CENTRO |
|---|------------------------------------|--------------------|--|-----------------------------|
| Gimnasia Hipopresiva para el bienestar de las mujeres | 45,00 € Trimestre 1º (oct,nov,dic) | de octubre a junio | G1 - L y X 12:30 a 13:10 G2 - L y X 13:10 a 13:50 | CIDAM. Aula Clara Campoamor |
| | 45,00€ Trimestre 2º (ene,feb,mar) | | G3 - L y M 16:00 a 16:40 G4 - L y M 16:40 a 17:20 G5 - L y M 17:20 a 18:00 | MULTI. Aula Teresa Perales |
| | 30,00 € Trimestre 3º (abr,may) | | G6 - M y J 12:30 a 13:10 | MULTI. Aula Carmen Amaya |

Los abdominales hipopresivos conforman un método de entrenamiento terapéutico, cuya base son los ejercicios posturales y la respiración que pretende conseguir la tonificación de la musculatura abdominal y del suelo pélvico. Con ello ayudamos a mejorar problemas de incontinencia urinaria, diástasis abdominal, hernia de disco y escoliosis. Son ideales del mismo modo para la recuperación post-parto.

| | | | | |
|----------------|---------|--------------------|--|---------------------------|
| Hatha Yoga | 15,00 € | de octubre a junio | G1 - M y J 08:15 a 09:15 G2 - M y J 12:15 a 13:45 | CIDAM. Aula Irena Sendler |
| Kundalini Yoga | 22,50 € | de octubre a junio | G1 - M y J 09:15 a 10:45 G2 - M y J 10:45 a 12:15 | CIDAM. Aula Irena Sendler |

Kundalini yoga permite que la mujer se desarrolle desde una fuerza mental y física a través de la combinación de asanas (posturas), respiración, relajación y meditación. En Hatha se parte de un punto más físico que se concentra en posturas corporales de gran eficacia preventiva y terapéutica adquiriendo mayor elasticidad, firmeza, equilibrio y vitalidad. Estas actividades tienen el fin de adquirir nuevos hábitos saludables desde un contexto de igualdad y empoderamiento de la mujer.

| | | | | |
|------------------|---------|--------------------|--|---------------------------|
| Yoga y bienestar | 20,00 € | de octubre a junio | G1 - M 16:00 a 17:15 G2 - M 17:15 a 18:30 G3 - M 18:30 a 19:45 | CIDAM. Aula Irena Sendler |
|------------------|---------|--------------------|--|---------------------------|

Con el yoga gestionamos mejor nuestra salud, emociones de la vida cotidiana y cuidamos el cuerpo y la mente, creando círculos de mujeres que son el antídoto del patriarcado.

| | | | | |
|-------------------------|---------|--------------------|--|-----------------------------|
| Automasaje y Relajación | 15,00 € | de octubre a junio | G1 - M y J 09:00 a 09:45 G2 - M y J 09:45 a 10:30 G3 - M y J 10:30 a 11:15 G4 - M y J 11:15 a 12:00 | CIDAM. Aula Clara Campoamor |
|-------------------------|---------|--------------------|--|-----------------------------|

Actividad para el bienestar cuyo objetivo es aliviar tensiones musculares de diferentes partes del cuerpo a través del auto-masaje o el masaje en parejas y los ejercicios de estiramientos y de relajación buscando mejorar la calidad de vida.

Inscripciones: 17, 18 y 19 Septiembre 2018 de 9:00h. a 14:00h. + 18 Septiembre 2018 de 16:00h. a 17:00h. CIDAM

ASOCIACIÓN DE VECINOS EL CERRO

e-mail: avelcerro@hotmail.com
 Tfno: 916 718 312

| ACTIVIDAD | COSTE - MES | PERIODO | HORARIO | CENTRO |
|------------------------------------|-------------|--------------------|--|---------------------------|
| Estiramiento de cadenas musculares | 15,00 € | de octubre a junio | G1 - L 09:30 a 10:45 G2 - L 11:00 a 12:15 G3 - X 09:30 a 10:45 G4 - X 11:00 a 12:15 G5 - V 09:15 a 10:30 G6 - V 10:45 a 12:00 | CIDAM. Aula Irena Sendler |

Se trata de una práctica corporal precisa y sencilla basada en el estiramiento suave y sostenido de las cadenas musculares. Con ellas se consigue el alargamiento, la flexibilidad y la relajación de las cadenas musculares que habitualmente están tensionadas, contraídas o sobrecargadas. Su finalidad es contribuir al equilibrio corporal y emocional, por lo que precisan de la participación activa, física y mental de la persona que los realiza.

Inscripciones: 17, 18 y 19 Septiembre 2018 de 9:00h. a 14:00h.

AULA CULTURAL DE LA MUJER AMANECER

e-mail: teregail@yahoo.es
 Tlf: 665 617 168

| ACTIVIDAD | COSTE - MES | PERIODO | HORARIO | CENTRO |
|---|-------------|--------------------|--|------------------------------|
| Estimulación de la memoria y crecimiento personal. Método ASC | 5,00 € | de octubre a junio | G1 - L 09:30 a 11:30 G2 - M 10:00 a 12:00 G3 - M 17:30 a 19:30 G4 - X 09:30 a 11:30 G5 - X 11:30 a 13:30 G6 - J 09:30 a 11:30 G7 - J 11:30 a 13:30 | CIDAM. Aula Malala Yousafzai |

La memoria es un proceso mediante el cual almacenamos pensamientos, recuerdos, habilidades y experiencias. Si somos capaces de cuidar nuestras funciones cognitivas, conseguiremos potenciar nuestras capacidades mentales. Si a esto le añadimos actividades o tareas en donde también se trabaje el Crecimiento personal conseguiremos "estar en el lugar en el que uno quiere estar" y ser consciente de las propias motivaciones y deseos.

| | | | | |
|-----------------------------------|--|--------------------|----------------------|------------------------|
| Taller solidario de Artesanía 25N | | de octubre a junio | G1 - J 17:00 a 19:00 | MULTI. Aula Pilar Miró |
|-----------------------------------|--|--------------------|----------------------|------------------------|

Inscripciones: 17, 18 y 19 Septiembre 2018 de 10:00h. a 12:00h. CIDAM
 Procedimiento: Se prevé sorteo según número de la ficha de solicitud



ASOCIACIÓN OUM KALSOUN

e-mail: monicagamerao@hotmail.com
Tfno: 695 210 301

| ACTIVIDAD | COSTE - MES | PERIODO | HORARIO | CENTRO |
|---|-------------|--------------------|--|----------------------------|
| Zumba | 15,00 € | de octubre a junio | G1 - L y M 18:30 a 19:30 G2 - M y J 16:30 a 17:30 G3 - M y J 17:30 a 18:30 G4 - M y J 19:30 a 20:30 | MULTI. Aula Carmen Amaya |
| Zumba | 15,00 € | de octubre a junio | G5 - M y J 09:00 a 10:00 G6 - M y J 10:00 a 11:00 G7 - M y J 11:00 a 12:00 | MULTI. Aula Teresa Perales |
| Zumba | 15,00 € | de octubre a junio | G8 - L y V 10:00 a 11:00 G9 - L y V 11:00 a 12:00 | MULTI. 2ª planta |
| Movimiento o disciplina fitness de origen colombiano, enfocado por una parte a mantener un cuerpo saludable y por otra a desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad al cuerpo mediante movimientos de baile combinados. | | | | |
| Danzas del Mundo | 15,00 € | de octubre a junio | G1 - L y M 17:30 a 18:30 G2 - M y J 18:30 a 19:30 G3 - V 09:30 a 11:30 G4 - V 18:00 a 20:00 | MULTI. Aula Carmen Amaya |
| Son danzas divertidas que nos ayudan a vencer inhibiciones y mejorar nuestra autoestima aprendiendo a disociar el cuerpo lo que se mejora la flexibilidad, la coordinación, el conocimiento de nuestro cuerpo, sin esfuerzos violentos, estimulando el trabajo por la igualdad con iniciativas creativas. | | | | |
| BOLLYWOOD | 15,00 € | de octubre a junio | G1 - V 17:00 a 18:00 | MULTI. 2ª planta |
| Fusión de danza india con danza moderna y danza árabe orientado para jóvenes entre 12 y 18 años. Sirve para potenciar la creatividad, imaginación y expresión artística dando ocasiones para desarrollar y aplicar la propia creatividad consiguiendo a través de la expresión corporal, la auto aceptación. Inscripciones: 17, 18, 19, 20 y 21 de Septiembre 2018 de 9:00h. a 13:00h. + 18 y 20 de Septiembre 2018 de 17:00h. a 19:00h. | | | | |



| ASOCIACIÓN CULTURAL SANSE AIKIKAI | | | | | e-mail: cosladaaikido@gmail.com Tfno: 669 898 707 |
|---|-------------|--------------------|--|---------------------------|---|
| ACTIVIDAD | COSTE - MES | PERIODO | HORARIO | CENTRO | |
| Aikido para la igualdad | 25,00 € | de octubre a junio | Avanzado • G1 - M y J 09:30 a 11:00 Iniciación • G2 - M y J 11:00 a 12:30 | Polideportivo Valleaguado | |
| <p>La practica del Arte Marcial Japonés "AIKIDO" aporta beneficios a nivel físico, emocional y espiritual. Desarrolla la autoconfianza de las personas, aporta bienestar, salud y mejora el estado físico; aumentando la capacidad de respuesta ante posibles peligros.</p> <p>Inscripciones: 17, 19, 21, 24 y 27 de Septiembre 2018 de 10:00h. a 13:00h.</p> | | | | | |

| OTRAS ASOCIACIONES | | |
|--------------------------------------|--|---------------------------|
| ASOC. BANCO DEL TIEMPO | asociacionbdtcoslada@gmail.com | 643 220 719 |
| ASOC. CLARA CAMPOAMOR | lasclaras.coslada@gmail.com | 916 736 044 / 916 713 004 |
| ASOC. MUJERES EN IGUALDAD DE COSLADA | mujeresdecoslada@gmail.com | 626 559 991 |
| AS. CASTILLA-LEÓN | c.rcastillayleoncoslada@hotmail.com | 916 727 331 |
| COSLADA EN BICI | cosladaenbici@gmail.com | ----- |
| LA BUFANDA | labufanda1980@yahoo.es | 916 710 047 |
| OBATALÁ | obatala@obatala.org | 609 664 796 |
| CASA ANDALUCÍA | andaluciacoslada@gmail.com | 916 697 261 |
| ENMADRADAS | enmadradas@gmail.com | 916 712 157 |
| CASTILLA-LA MANCHA | clmcoslada@yahoo.es | 916 747 870 |
| CASA REGIONAL EXTREMADURA | casaextremaduracoslada@gmail.com | 916 725 460 - 638 847 925 |





CALENDARIO LECTIVO:

Del 08 de Octubre de 2018 al 21 de Junio 2019

Períodos vacacionales:

Navidad: del 22 de diciembre de 2018 al 7 de enero de 2019, (a/i).

Semana Santa: del 12 de abril al 22 de abril de 2019, (a/i).

Fiestas locales: 15 de mayo y 10 de junio de 2019.

Otros días no lectivos:

El día 07 de Diciembre de 2018

Del 19 al 23 de noviembre de 2018 y del 4 al 8 de marzo de 2019 la programación de las actividades anuales queda suspendida y sustituida por las programación del 25 N Día Internacional para la Eliminación de las Violencias contra las Mujeres y 8 de Marzo Día Internacional de la Mujer, respectivamente.

ESTA PROGRAMACIÓN PODRÍA SUFRIR CAMBIOS O AJUSTES DE ORGANIZACIÓN SOBRE LOS QUE LA CONCEJALÍA DE IGUALDAD ADOPTARÍA LAS DECISIONES OPORTUNAS E INFORMARÁ OPORTUNAMENTE EN LOS TABLONES DE ANUNCIOS DEL CIDAM Y LA RAMBLA.

OTRAS ACTIVIDADES

DURANTE TODO EL AÑO SE MANTIENE ABIERTA LA INSCRIPCIÓN PARA CUBRIR VACANTES Y NUEVAS ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN Y PROMOCIÓN DE LA IGUALDAD DE LAS QUE INFORMAREMOS EN LOS TABLONES DE ANUNCIOS DEL CIDAM Y LA RAMBLA.

RECOGIDA DE SOLICITUDES Y ENTREGA INSCRIPCIONES:
Del 17 AL 27 DE SEPTIEMBRE de 2018 (a/i)

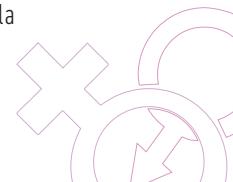
MAÑANAS: lunes a viernes de 09:00h. a 14:00h.

TARDES: martes y jueves de 16:00h. a 19:30h.


PROGRAMACIÓN
Actividades para la IGUALDAD

CALENDARIO DE INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

1. En el caso de no poder venir personalmente a rellenar la solicitud, podrá hacerlo otra persona con la fotocopia de tu DNI, además de los datos de contacto (teléfono y dirección de correo electrónico) para poder resolver las dudas que podamos tener cuando mecanicemos su solicitud.
2. En todas las actividades municipales, se reservará un 5% de plazas a mujeres derivadas de otros servicios municipales
3. Puedes solicitar hasta un máximo de **TRES actividades anuales en el plazo ordinario.**
4. El **NÚMERO DE SOLICITUD se corresponde con el NÚMERO DE SORTEO**, por tanto, una vez realizado el SORTEO, este número de SORTEO/SOLICITUD marcará el orden de las inscripciones. Así, evitamos que te desplaces dos veces al CIDAM (una para recoger la solicitud y otra para la inscripción).
5. El viernes **28 DE SEPTIEMBRE DE 2018, A LAS 12:00 HORAS** se celebrará el SORTEO en el CIDAM. Será público y podrás asistir si así lo deseas.
6. Es **MUY IMPORTANTE** que **conserves el resguardo con el NÚMERO DE SORTEO** que se entrega el día que se rellena la solicitud. Este resguardo te permitirá identificar el orden de inscripción y saber qué actividad te ha correspondido si hay plaza, y en cuales estás en lista de espera.
7. El día **04 de OCTUBRE de 2018 publicaremos las listas** de personas admitidas y las listas de espera para cada una de las actividades convocadas.
8. **LAS ACTIVIDADES MUNICIPALES COMENZARÁN A PARTIR DEL 08 DE OCTUBRE DE 2018.**
9. Finalizado el proceso ordinario de inscripción, continuará abierta la misma para cubrir vacantes y para nuevas actividades
10. Durante el primer mes de actividad se nombrará una delegada y una subdelegada, que harán de portavoces de todo aquello que el grupo considere importante. También serán convocadas a las reuniones que la Concejalía de Igualdad organice para el seguimiento de la actividad.
11. Siendo necesario el control de asistencia a las acciones formativas, las **FALTAS DE ASISTENCIA** por: consulta médica (como paciente o acompañante), citaciones o gestiones realizadas en organismos oficiales, reuniones en centros educativos, etc., se considerarán **JUSTIFICADAS** cuando se presente el documento oficial en la sesión inmediatamente posterior a la falta.
12. Con tres faltas de asistencia **SIN JUSTIFICAR** al mes, o más de seis en un trimestre, se procederá darte de baja en la actividad para incorporar a la siguiente persona en lista de espera.
13. La **BAJA VOLUNTARIA** deberá comunicarse expresamente en la Administración y a la persona que imparte el curso





Concejalía de Servicios Sociales,
Mayores e Igualdad



UNIÓN EUROPEA
FONDO SOCIAL EUROPEO
El Fondo Social Europeo
impulsa la innovación



Comunidad
de Madrid



Punto Municipal del
Observatorio Regional de la
Violencia de Género
Comunidad de Madrid

Curso 2018-2019

CONCEJALÍA DE IGUALDAD PROGRAMACIÓN Actividades para la Igualdad

= derechos y oportunidades



Árbol de la Igualdad
COSLADA

25º Aniversario del CIDAM 1992-2017

CENTRO DE INFORMACIÓN, DOCUMENTACIÓN
Y ASESORAMIENTO DE LA MUJER . C I D A M

Pza. Dolores Ibárruri, 1 • 28823 – Coslada

Teléf.: 91 669 61 20 // Fax: 91 671 60 53

Correo-e: cidam@ayto-coslada.es

EDIFICIO MULTIFUNCIONAL "LA RAMBLA"

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

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL VALLEAGUADO

C/ Perú, s/n • 28823 - Coslada