

ASOCIACIONES CON SEDE EN LA CASA DE LA MUJER

Asociación de Mujeres de Alcorcón (AMA).  
Asociación de Mujeres Progresistas por la Igualdad (AMPPPI).  
Asociación de Mujeres en Igualdad.  
Asociación de Mujeres "Clara Campoamor".  
Asociación de Mujeres "Club de Amigas".  
Asociación de Mujeres "Gloria Fuertes".

ASOCIACIONES CON SEDE EN OTRAS DIRECCIONES

Aula de cultura manantial  
Parroquia San Pedro Bautista (C/ Cáceres, 27)  
De lunes a viernes (Mañanas). Tlf: 91 643 00 44.

Asociación de Mujeres "Parque Lisboa"  
Club Social y Deportivo Parque de Lisboa (Avda. de Lisboa, 15)

AMEA (Asociación de Mujeres empresarias de Alcorcón)  
Centro de Empresas (C/ Químicas s/n) .  
De lunes a viernes de 10 a 14 h. Tlf: 91.643 70 52.

ACOPE (Asociación de Colaboradoras con las Presas).  
Teléfono de contacto: 91593 10 01  
Correo electrónico: acope\_alcorcon@wanadoo.es

Centro Municipal para la Promoción de las Mujeres  
Paseo de Castilla, 24  
28921 ALCORCÓN  
Telf. 91 664 83 13 Fax 91 610 28 74

Casa de la Mujer  
Avda. de Leganés, 27  
28924 ALCORCÓN  
Telf. 91 610 21 12 Fax 91 611 97 03

www.ayto-alcorcon.es



Ayuntamiento de Alcorcón  
Concejalía de la Mujer

SERVICIOS INTEGRADOS DE ATENCIÓN

**Servicio de Información y Asesoramiento a las Mujeres** de Alcorcón ante cualquier situación que suponga desigualdad de género. Acceso: Cita previa.

**Servicio de Atención Psicológica** sobre aspectos que se deriven de situaciones en relación a la desigualdad de género. Acceso: A través del Servicio de Información y Asesoramiento a las Mujeres.

**Servicio de Atención Psicológica a Menores** víctimas de violencia de género en el ámbito familiar. Acceso: Tras valoración de profesionales de la Concejalía de la Mujer.

**Servicio de Asesoramiento Jurídico** sobre cuestiones en materia de género (derecho de familia, penal, laboral, civil, administrativo y prestaciones). Acceso: a través del Servicio de Información y Asesoramiento a las Mujeres.

**Servicio de Atención Social** dirigido a mujeres que sufren violencia de género, hayan o no denunciado su situación, consistente en informar, orientar y asesorar para que sus derechos y su seguridad estén garantizados. De la misma manera desde dicho servicio se impulsan acciones para coordinar las distintas actuaciones que desde diversos ámbitos municipales están implicadas en el proceso de autonomía y recuperación de las víctimas.

**Servicio de Orientación Laboral** dirigido a mujeres del Municipio de Alcorcón que estén interesadas en la incorporación o reincorporación al mundo laboral. Se presta **Orientación individualizada mediante cita previa**, así como acceso a sala de búsqueda activa de empleo y seminarios.

Los seminarios se programaran mensualmente según demanda. Tratarán sobre los siguientes temas.

- Como Afrontar la situación de Desempleo. Recuperando la Autoestima
- Formación Reglada y Formación ocupacional.
- Recorrido por Recursos Educativos
- Oferta Formativa Ocupacional
- Orientación Laboral par Mujeres Inmigrantes. Recursos de Empleo. CV , entrevistas de Trabajo, etc.
- Recursos para el Autoempleo

**Colaboración en la recogida de solicitudes del Programa de Formación Ocupacional del Instituto Municipal de Empleo y Promoción Económica (IMEPE)**, correspondiente a la programación del primer semestre de 2010.

**Información e Inscripciones:**  
**Concejalía de la Mujer**

Paseo Castilla, 24  
Teléfono: 91 664 83 13  
Horario: Martes 9 a 14 horas

**Imepe- Alcorcón**  
C/ Industrias, s/n.  
Teléfono: 91 664 84 15

**Centro de Acceso Público a Internet** para las mujeres de Alcorcón interesadas en aumentar sus posibilidades de acceso y permanencia en el mercado laboral.

Acceso: Seminarios a través de inscripción en el propio centro y navegación libre en la sala de 9 a 14 h de lunes a viernes y de 16 a 19:30 h. martes y jueves (excepto los días en los que se realizan seminarios).

*Página WEB:* El Centro de Acceso Público a Internet cuenta con una página WEB que ofrece información y recursos relacionados con la igualdad de género, el empleo y el autoempleo.

A partir de marzo contará con un FORO de debate dedicado a la igualdad de género y el empleo. Las usuarias podrán realizar consultas referidas a la búsqueda de empleo, autoempleo y formación, expresar inquietudes e intercambiar experiencias.

Igualmente a través de una PLATAFORMA E-LEARNING se podrá realizar un SEMINARIO WORD PARA LA ELABORACIÓN DE DOCUMENTOS RELACIONADOS CON LA BÚSQUEDA DE EMPLEO (del 15 de marzo al 30 de abril). Seminario ON LINE que se puede realizar a distancia utilizando manual. Las prácticas también se llevarán a cabo en dicha plataforma a través de la WEB. Todas aquellas usuarias interesadas en realizar esta modalidad de formación que no dispongan de un ordenador, podrán utilizar las instalaciones del CAPI en horario de navegación libre con el apoyo de la dinamizadora del centro.

**Servicio de Ludoteca:** Espacio lúdico para niños y niñas de Alcorcón (de 6 meses a 12 años) que se presta durante el tiempo que sus responsables:

- Participan en servicios de la Concejalía de la Mujer.
- Realizan formación para la inserción y mejora laboral.
- Buscan activamente empleo.

- Horario: De lunes a viernes de 08:00 a 15:00 h.
- Acceso: Tras valoración en la Concejalía de la Mujer en función de plazas y objetivos del servicio.



# Centro Municipal para la Promoción de las Mujeres

PROGRAMAS

PROGRAMA EDUCACIÓN EN IGUALDAD

Programa que tiene como finalidad contribuir a desarrollar en el ámbito educativo los principios de coeducación y de igualdad efectiva entre mujeres y hombres encaminados a un cambio de valores y actitudes que posibiliten la construcción de un modelo de relaciones igualitarias entre ambos sexos.

ACTUACIONES:

- Talleres APRENDIENDO EN IGUALDAD dirigidos al alumnado de infantil y primaria.
- Talleres APRENDIENDO EN IGUALDAD dirigidos al profesorado de Escuelas Infantiles y los Centros de Educación Infantil y Primaria.
- Intervención con padres y madres del alumnado de infantil y primaria.
- Divulgación de materiales de sensibilización coeducativos dirigidos a la comunidad educativa de infantil, primaria y secundaria.

PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

Programa que tiene como finalidad contribuir a la erradicación de la Violencia de Género a través de medidas Preventivas dirigidas a la Comunidad Educativa de Secundaria y de la Educación no formal.

ACTUACIONES:

- *Comunidad Educativa de Secundaria:*
  - Talleres dirigidos al alumnado.
  - Formación y asesoramiento a equipos docentes.
- *Educación no formal:*
  - Talleres de ocio y tiempo libre.
  - Formación y asesoramiento a profesionales.

PROGRAMA DE CONCILIACIÓN DE LA VIDA LABORAL Y PERSONAL

Programa que tiene como finalidad continuar el trabajo que se viene realizando para favorecer la conciliación entre la vida laboral y personal e impulsar la igualdad de oportunidades de mujeres y hombres.

ACTUACIONES:

Informativas, formativas y de sensibilización tendentes a reequilibrar el reparto de tareas y responsabilidades que desempeñan mujeres y hombres en el ámbito socio-laboral; así como aquellas que promuevan la incorporación del principio de igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres en todos los sectores de actividad.

Seminarios del centro de acceso público a internet

SEMINARIO	INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA: INTERNET Y CORREO ELECTRÓNICO
DIRIGIDO A	Mujeres preferentemente desempleadas sin conocimientos de informática.
FECHA/HORARIO	Del 25 de enero al 3 de febrero de 9:30 a 11:30 horas. Del 2 al 11 de junio de 9:30 a 11:30 horas.

SEMINARIO	WORD PARA LA ELABORACIÓN DE DOCUMENTOS RELACIONADOS CON LA BÚSQUEDA DE EMPLEO
DIRIGIDO A	Mujeres preferentemente desempleadas con nociones básicas de informática.
FECHA/HORARIO	Del 8 al 17 de febrero de 9:30 a 11:30 h. Del 14 al 23 de junio de 9:30 a 11:30 h.

SEMINARIO	BÚSQUEDA DE RECURSOS DE EMPLEO EN INTERNET
DIRIGIDO A	Mujeres preferentemente desempleadas con conocimientos de navegación por internet.
FECHA/HORARIO	18 y 19 de febrero de 9:30 a 11:30 h. 24 y 25 de junio de 9:30 a 11:30 h.

SEMINARIO	LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA EN INTERNET: CÓMO REALIZAR TRÁMITES Y BUSCAR INFORMACIÓN
DIRIGIDO A	Mujeres preferentemente desempleadas con nociones básicas de informática.
FECHA/HORARIO	23 y 25 de febrero, 2 y 4 de marzo de 16:00 a 18:00 h.

SEMINARIO	AUTOEMPLEO: RECURSOS EN LA RED
DIRIGIDO A	Mujeres que quieran ser autónomas o emprender un negocio, con nociones básicas de informática.
FECHA/HORARIO	Del 3 al 14 de mayo de 9:30 a 11:30 h.

SEMINARIO	CÓMO POTENCIAR UN NEGOCIO EN INTERNET: DISEÑO DE UNA PÁGINA WEB
DIRIGIDO A	Mujeres autónomas y empresarias con conocimientos informáticos.
FECHA/HORARIO	Del 17 al 28 de mayo de 9:30 a 11:30 h.



Programa de **Actividades**  
ENERO - JUNIO



Ayuntamiento de Alcorcón  
Concejalía de la Mujer



Los responsables municipales estamos obligados a hacer realidad en la vida cotidiana de los vecinos y vecinas la aplicación de las leyes generales promovidas por el Gobierno de la Nación y aprobadas en la Cortes Generales. Y lo hacemos desde la limitación de los medios de que disponemos, pero con la confianza que nos da la proximidad a los problemas reales y acuciantes de la ciudadanía.

Puesto que durante estos años, el Gobierno ha desarrollado las leyes necesarias para acabar con la injustificada discriminación que hoy por hoy todavía sufren las mujeres, nosotros no podemos sino insistir en luchar contra las causas que provocan esa discriminación. Y lo hacemos aglutinando a las asociaciones cívicas de la ciudad, cuya actividad ha tenido un magnífico reflejo en el Pacto Contra la Violencia hacia las Mujeres, que está dando tan buenos resultados, al hacer llegar a todos los sectores sociales la verdadera realidad y alcance de este fenómeno.

Creo que la Concejala de Mujer de este Ayuntamiento entiende y, lo que es más importante, atiende las necesidades de las mujeres de Alcorcón, además de promover todo tipo de actividades y servicios útiles para sus problemas específicos. Este programa es una buena muestra de ello y confirma la insistencia y dedicación que vamos a seguir poniendo en resolver, en la medida de nuestras posibilidades, estas situaciones de discriminación.

**Enrique Cascallana Gallastegui**  
Alcalde de Alcorcón



Iniciamos un nuevo año con la obligación y convicción de renovar compromisos de lucha y reivindicación en las áreas donde existen y persisten situaciones discriminatorias impropias de una sociedad avanzada como la nuestra.

Seguimos ofertando, además de los servicios desde donde se trabaja por la recuperación de las mujeres víctimas de violencia, programas de prevención y sensibilización, programas que faciliten la conciliación de la vida laboral y personal y

programas de coeducación desde edades tempranas, etc.

También ofrecemos talleres de forma permanente: teatro, literatura, arte, yoga...etc. y otros que se presentan en formato charla y conferencia y que nos van a introducir en temas de interés y actualidad.

Durante este semestre también tendremos fechas señaladas que conmemorar, como el 6 de febrero "Día internacional contra la Mutilación Genital Femenina" y el 8 de marzo "Día Internacional de la Mujer". Estas fechas nos darán la ocasión de reflexionar y analizar sobre graves situaciones que viven las mujeres en distintas partes del mundo.

Por último quiero, desde aquí, hacer un llamamiento a las "mujeres más jóvenes", para que se animen a participar en las asociaciones, que sin duda han sido y seguirán siendo el motivo para conseguir los retos de la igualdad real aún pendientes.

**Adela Otero**  
Concejala de Mujer

## Tras el Género

Programa dividido en tres áreas que ofrecen a las mujeres del municipio, de modo integral, herramientas para la participación activa y constructiva en diversas áreas, fomentando la igualdad entre mujeres y hombres.

**Los talleres darán comienzo a partir del día 11 de enero de 2010. A partir de ese día se abrirá el plazo de inscripción a nuevos talleres.**

### Área 1 Artes, Cultura y Actualidad

#### ■ Taller "Construyendo historias en igualdad para nuestras nietas y nietos"

- Días: 4, 11 y 25 de Febrero (jueves)
- Horario: De 16:30 a 19:00 horas.
- Lugar: Salón de actos de la Casa de la Mujer.
- Nº Participantes: 20

#### ■ Taller de Teatro

- Horario: Lunes de 18:45 a 21:00 h.
- Lugar: Centro Cívico Margarita Burón.  
*Actividad anual comenzada en octubre.*

#### ■ Taller la Mujer en la Historia y las Artes Plásticas.

- Horario: Martes de 18:00 a 19:30 h.
- Lugar: Salón de Actos de la Casa de la Mujer.  
*Actividad anual comenzada en octubre.*

#### ■ Taller Literatura en Femenino

- Horario: Miércoles de 18:00 a 19:00 h.
- Lugar: Salón de Actos de la Casa de la Mujer.  
*Actividad anual comenzada en octubre.*

#### ■ Aula de lectura

- Horario: Jueves quincenales de 18:00 a 19:00 h.
- Lugar: Aula 4 de la Casa de la Mujer.  
*Actividad anual comenzada en octubre.*

**Día 6 de febrero: Día Mundial de "Tolerancia cero a la Mutilación Genital femenina"**

**Día 8 de marzo: Día Internacional de la Mujer.**

Se editará folleto específico de cada actividad.

#### ■ Ciclo de conferencias

**Mujer , religión y cultura: la trasgresión del espacio doméstico.**

- Día: 23 de Febrero de 2010 .
- Horario: Martes de 18:00 a 19:30 h.
- Lugar: Salón de Actos de la Casa de la Mujer.

**Al margen de lo oficial: sexo y prostitución.**

- Día: 18 de Mayo de 2010 .
- Horario: Martes de 18:00 a 19:30 h.
- Lugar: Salón de Actos de la Casa de la Mujer.

#### ■ Ciclo de debates

**La mujer vista por Aristóteles, Platón, Gobbes y Stuart Mill.**

- Día: 1 de Marzo de 2010 .
- Horario: Lunes de 18:00 a 19:30 h.
- Lugar: Aula 3 de la Casa de la Mujer.

**Mujer y discapacidad. Dirigida, principalmente, a las mujeres inscritas en la visita cultural al Museo Tifológico.**

- Día: 3 de Mayo de 2010 .
- Horario: Lunes de 18:00 a 19:30 h.
- Lugar: Aula 3 de la Casa de la Mujer.  
Entrada libre hasta completar aforo.

#### ■ Visitas de interés

Visita abierta, a una exposición artística, con temática de género, de la próxima oferta cultural de Madrid. Se realizará en el mes de febrero y será publicada en la Casa de la Mujer.

#### Museo Tifológico de la ONCE.

- Fecha: 13 de mayo (jueves).
- Hora de salida: 9.30 h.
- Precio: gratuita.

El transporte será subvencionado por la Concejalía de la Mujer.

NOTA: Para la realización de salidas y visitas se ha de contar con un mínimo de 40 personas y un máximo de 50. Las inscripciones se realizarán en recepción de la Casa de la Mujer. Los autobuses saldrán de detrás de la Casa de la Mujer.

#### ■ Exposiciones (Casa de la Mujer, Av. de Leganés, 27)

Aproximación al color B. Ferrero. Del 7 al 29 de enero. Talleres de la Asociación Mujeres Progresistas por la Igualdad (AMPPI). Del 3 al 7 de Mayo. Concurso fotográfico de la Asociación de Mujeres Clara Campoamor. Del 17 al 28 de Mayo.

### Área 2 Salud y Bienestar Integral

#### ■ Charlas "Mujer, nutrición y salud"

- 11 de enero: "Nutrición básica y suplementación," 18:00 horas
- 18 de enero: "Obesidad, Anorexia y Candidiasis," 18:00 horas
- 12 de febrero: "Nutrición y medicina china" 11:00 horas.
- 19 de febrero: "Alergias e intolerancias," 11:00 horas.

Lugar: Aula 3 de la Casa de la Mujer.  
Entrada libre hasta completar aforo.

#### ■ Taller "Desarrollo de competencias y habilidades socio-emocionales"

Trabaja la Educación Emocional, "la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones" Goleman.

- Febrero: 1, 8, 15. Marzo: 8, 15, 22. Abril: 12, 19. Mayo: 10, 17, 24. Junio: 7, 14.
- Horario: Lunes de 18:00 a 19:30 h.
- Lugar: Aula 3 de la Casa de la Mujer
- Nº Participantes: 20

#### ■ Taller de "técnicas para el desarrollo de la atención y de la memoria."

Entre sus objetivos se encuentra el conocimiento del funcionamiento de la memoria y los factores que influyen sobre ella, la estimulación de procesos, el entrenamiento con estrategias y la estimulación de la metamemoria.

- Días: Martes, miércoles o jueves.
- Horario: De 18 a 20 h.
- Lugar: Miércoles aula 1, martes y jueves aula 4.
- Nº Participantes: Máximo 15 por taller.

Se desarrollarán tres talleres independientes, con una sesión semanal. Los talleres darán comienzo en el mes de febrero y finalizarán en abril.

#### ■ Taller de metafísica

La metafísica se define desde un punto de vista coloquial como el arte de ser feliz, una filosofía práctica para la vida diaria, teniendo como base el conocimiento en uno mismo.

- Días: Último lunes de cada mes.
- Horario: De 18 a 19:30 h.
- Lugar: Aula 3 de la Casa de la Mujer.
- Nº Participantes: hasta completar aforo.

#### ■ Taller: "Creciendo Juntas"

Como continuación al trabajo iniciado, a través de los Talleres de Autoconocimiento para el cambio y los Vínculos Amorosos para la convivencia se ha construido una "Red Afectiva Grupal". Con el

fin de reforzar los cambios y los nuevos paradigmas descubiertos se ha creado este taller, que tiene como principal objetivo estimular y apoyar los cambios que van bien a las mujeres y que mejoran su salud física y psicológica reforzando la energía que genera el grupo.

- **Fechas:** Los Lunes comprendidos entre el 22 de febrero y el 15 de marzo.
- **Horario:** De 17 a 20 horas.
- **Nº de participantes:** De 14 a 18, preferiblemente que hayan participado en los Talleres de "Autoconocimiento para el cambio" y los "Vínculos para la convivencia".

#### ■ Taller de meditación

- Fechas: Días 29 de enero y 5 de febrero (viernes).
- Horario: De 11:00 a 13:00 horas.
- Lugar: Aula 3 y múltiple de la Casa de la Mujer. Inscripciones a partir del día 11 de enero, en recepción de la Casa de la Mujer. Máximo 20 personas.

#### ■ Taller de masaje podal

- Fechas: Días 21 y 28 de mayo (viernes).
- Horario: De 11:00 a 13:00 horas.
- Lugar: Aula 3 y múltiple de la Casa de la Mujer. Inscripciones a partir del día 11 de enero, en recepción de la Casa de la Mujer. Máximo 20 personas.

#### ■ Encuentro de los talleres de Hatha Yoga

- Fechas: Días 12 y 16 de marzo (viernes)
- Horario: De 11:00 a 13:00 horas.
- Lugar: Aula 3 y múltiple de la Casa de la Mujer. Inscripciones a partir del día 11 de enero, en recepción de la Casa de la Mujer. Máximo 20 personas.

#### ■ Taller de Acondicionamiento Físico

- Horarios: Lunes y miércoles de 09:00 a 09:50h. Nuevo taller, se llamará a las personas de lista de espera. Las plazas libres se publicarán en el mes de enero. Lunes y miércoles de 11:00 a 11:50h. Lunes y miércoles de 12:00 a 12:50h.
- Lugar: Aula Múltiple de la Casa de la Mujer. Actividad anual comenzada en octubre.

#### ■ Taller de Yoga

Martes y jueves de 10:00 a 10:50h. (Hatha Yoga).  
Martes y jueves de 11:00 a 11:50h. (Hatha Yoga).  
Martes y jueves de 12:00 a 12:50h. (Hatha Yoga).  
Martes y jueves de 16:00 a 16:50h. (Kundalini Yoga).  
Martes y jueves de 17:00 a 17:50h. (Kundalini Yoga).

- Lugar: Aula Múltiple de la Casa de la Mujer. Actividad anual comenzada en octubre.

#### Taller de Defensa Personal

- Lunes y miércoles de 9:30 a 10:30h. Polideportivo Los Cantos.
- Martes y jueves de 20:00 a 21:00h. Polideportivo Los Cantos.
- Actividad anual comenzada en octubre.

### Área 3 Promoción del asociacionismo y participación social

Programa que pretende favorecer el asociacionismo de mujeres facilitando y fortaleciendo mecanismos de participación en el tejido social.

#### ■ Espacio de asesoramiento para las asociaciones de mujeres

Asesoramiento en la creación de nuevas asociaciones, supervisión y apoyo a las ya constituidas.

- Día y hora: Martes de 16:00 a 17:00 h.
- Lugar: Despacho de coordinación de la Casa de la Mujer.

#### ■ Reunión informativa mensual de la Casa de la Mujer, con representantes del área de mujer.

Último miércoles de mes a las 11:00 horas en el aula 3 de la Casa de la Mujer.

#### ■ Dinamización de las Asociaciones de Mujeres

#### SEMINARIO TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN (TIC): CREANDO PUENTES ENTRE MUJERES

Este seminario pretende potenciar a través de las TIC el liderazgo y empoderamiento de las mujeres que están implicadas en el trabajo por la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres.

**Contenidos:** Creación página Web, blogs, redes sociales, foros de debate, gestiones en Internet.

**Dirigido a:** Juntas directivas de las asociaciones de mujeres y socias interesadas.

**Fechas:** Del 9 de marzo al 29 de abril.  
**Horario:** Martes y Jueves de 17:00 a 19:00 h.  
**Lugar:** Centro de Acceso Público a Internet. Máximo 20 mujeres.

\* Listado de asociaciones en la contraportada.