

ASOCIACION DE MUJERES
NOSOTRAS MISMAS CHAMBERÍ



**ASOCIACION DE MUJERES
NOSOTRAS MISMAS-CHAMBERÍ**

RESUMEN MEMORIA DE ACTIVIDADES 2018

Asociación de Mujeres Nosotras Mismas Chamberí

C/ San Bernardo, 120 -1º izq. C 28015 Madrid

Teléfono: 91 442 49 91 / 620 285 883

contacta@nosotrasmismas.org Web: www.nosotrasmismas.org



ASOCIACION DE MUJERES NOSOTRAS MISMAS CHAMBERI



@nosmismasch



CONTENIDO

<u>Índice</u>	<u>Página</u>
1. FINES Y ACTIVIDADES DE LA ASOCIACIÓN	1
2. ATENCIÓN PSICOLÓGICA.....	3
2.1 Terapia individual.....	3
2.2 Talleres de Psicología	3
3. TALLERES OCUPACIONALES	4
3.a Plástica.....	4
3.b Teatro.....	4
3.c Yoga	5
3.d Canto.....	5
3.e Literatura.....	5
3.f Ajedrez.....	5
3.g Mindfulness	6
3.h Italiano	6
4. OTROS TALLERES Y ACTIVIDADES PUNTUALES.....	7
4.1 Talleres.....	7
4.2 Charlas, coloquios, conferencias	8
4.3 Actos fuera de la Asociación y salidas a la calle	8
4.4 Visitas a Exposiciones y Museos	14
4.5 Actividades Varias	17
4.6 Algunos actos con otras asociaciones y colectivos	Error! Marcador no definido.



1. FINES Y ACTIVIDADES DE LA ASOCIACIÓN

Según nuestros estatutos, la **Asociación de Mujeres Nosotras Mismas Chamberí** tiene como fin primordial *"la defensa y la atención integral de los intereses de las mujeres"*.

Nosotras Mismas-Chamberí es una asociación de mujeres sin ánimo de lucro, feminista, independiente de cualquier opción religiosa o política. Nuestro principal interés es la ayuda a las mujeres desfavorecidas de Madrid.

Atendemos a todas las mujeres, principalmente con escasos recursos económicos, que presentan problemas psicológicos como consecuencia de la violencia de género en el ámbito familiar y/o laboral. Utilizamos como medios de apoyo la terapia psicológica individual y grupal, así como talleres ocupacionales diversos.

La actividad de atención psicológica es desarrollada por las psicólogas Laura Quijano Pascual (Col: M-13476) y Susana Sáez Blanco (Col: M-17858) que componen la plantilla sanitaria.

Colaboramos estrechamente con las instituciones, ya que muchos de los casos atendidos provienen de derivaciones de los propios Servicios Sociales y de Centros Médicos oficiales.

Actividades

Para el cumplimiento de nuestros fines se realizan, entre otras, las siguientes actividades:

1. Facilitar el acceso a terapia individual, ocupacional y de grupo, para aprender recursos y estrategias psicológicas de afrontamiento ante los conflictos psicológicos, derivados de problemas, personales, familiares, laborales, etc.
2. Crear un ambiente de interés general por los problemas de la mujer a través de conferencias, charlas culturales, reuniones, etc.
3. Fomentar el asociacionismo y voluntariado de las mujeres
4. Cooperar al buen funcionamiento de las instituciones, impulsando la creación de centros de ayuda a las mujeres y defensa de sus derechos.
5. Realizar estudios sobre todas las cuestiones relacionadas con la discriminación de la mujer, colaborando con las entidades públicas y privadas interesadas en este problema, para arbitrar posibles soluciones.
6. Impulsar la creación de Servicios Sociales destinados a cubrir las necesidades de la mujer.
7. Cuantas otras actividades puedan resultar de interés para las mujeres y atender sus problemas e inquietudes.

Nuestro proyecto se difunde a través de medios de promoción como son materiales editados, con trípticos y carteles que son repartidos en centros de afluencia pública (centros de salud, Junta Municipal de Chamberí, Centro Cultural



Galileo y locales comerciales del distrito), y apariciones en prensa (revista Chamberí, etc.).

También está presente en Internet, a través de la Web de la asociación www.nosotrasmismas.org y del Consejo de la Mujer del Municipio de Madrid, así como en las redes sociales, Facebook y Twitter. A continuación nuestro nuevo tríptico:

Cuál es nuestra filosofía y cuál nuestra línea de actuación

Atención psicológica

Terapia Individual y grupal

- Tratamientos de ansiedad, fobias, depresión, conflictos familiares...
- Talleres de psicología autoestima, habilidades sociales crecimiento personal, control de ansiedad, etc.

Primera cita gratuita

Nosotras Mismas-Chamberí es una asociación de mujeres sin ánimo de lucro, de utilidad pública municipal. Feminista e independiente de cualquier opción religiosa o política. Nuestro principal interés es la ayuda a las mujeres desfavorecidas de la Comunidad de Madrid.

Talleres participativos

Cursos y Charlas

Colaboramos estrechamente con las instituciones, ya que muchos de los casos que son atendidos provienen de derivaciones de los propios Servicios Sociales y de Centros Médicos oficiales.

Con tu participación creamos espacios de igualdad

Asóciate a

NOSOTRAS MISMAS CHAMBERI

Juntas tendremos más fuerza

Horario:
Lunes a jueves, de 10 a 14 h y de 17 a 19.30 h
Viernes de 10 a 14 h

C/ San Bernardo, 120 -1º izq. C 28015 Madrid
Teléfonos: 91- 442 49 91 / 620 285 883
E-mail: nosmismasch@mujeres.e.telefonica.net

ASOCIACION DE MUJERES NOSOTRAS MISMAS CHAMBERI
 @nosmismasch

Proyecto parcialmente subvencionado por el Ayuntamiento de Madrid

MADRID distrito chamberí | MADRID
equidad, derechos sociales y empleo

ASOCIACION DE MUJERES
NOSOTRAS MISMAS CHAMBERI

TALLERES NOSOTRAS MISMAS CHAMBERI	
 Yoga Lunes de 20:30 a 21:30 h Jueves de 10:30 a 11:30 h	 Mindfulness Martes de 11:00 a 12:15 h Martes de 17:30 a 18:30 h
 Teatro Lunes de 17:00 a 18:30 h	 Ajedrez Lunes de 18:30 a 20:00 h
 Autoestima y habilidades sociales Viernes de 19:00 a 20:00 h	 Pintura Martes y jueves de 19:00 a 21:00 h
 Relajación para reducir el estrés Talleres mensuales, tardes	 Italiano Básico Miércoles de 18,00 a 19,00 h
 Charlas para aumentar nuestro bienestar emocional Últimos miércoles de mes de 10:30 a 12 h	 Coro Martes de 12:30 a 14:00 h
 Seminario de Literatura "Un libro al mes" Los terceros lunes de mes de 18:30 a 19:30 h	
<p>Actividades complementarias: Cine-forum, conferencias, visitas culturales, teatro, talleres monográficos etc.</p> <p><i>Plazas limitadas</i></p>	

2. ATENCIÓN PSICOLÓGICA

2.1 Terapia individual

La actividad de atención psicológica es desarrollada por las psicólogas Laura Quijano Pascual (Col: M-13476) y Susana Sáez Blanco (Col: M-17858) que componen la plantilla sanitaria adjunta.

Durante el año 2018, solicitaron atención psicológica 215 mujeres, de las cuales recibieron terapia individual 206.

Duración y horario: Enero-Diciembre 2018 Lunes a viernes de 08,00 a 21,00 hrs

El diagnóstico de estos trastornos se lleva a cabo a través del manual DSM-IV y del ICD-10 (clasificación de trastornos psicológicos de la OMS). También se utilizó una entrevista estructurada psiquiátrica denominada SCID-I y II. Además, se les pasó distintas escalas y cuestionarios psicológicos que evaluaban mejor su sintomatología, BDI, STAT. Escalas de evaluaciones negativas, test de miedo de Wolpee, etc.

A través de la terapia individual se consigue reducir el sufrimiento y extinguirlo. La satisfacción con el tratamiento es buena, y se consiguen los objetivos específicos que nos planteamos con cada una de las mujeres tratadas al iniciar nuestra terapia con ellas.

El incremento del servicio y en concreto el que aumente el número de mujeres derivadas de Servicios Sociales, Centros de Salud de la Comunidad y de otras pacientes, avalan los resultados del servicio de terapia individual.

2.2 Talleres de Psicología

Autoestima y habilidades sociales: Duración y asistencia: Enero-Mayo 2018: 5 mujeres. Nov-Dic 2018: 8

Charlas para aumentar nuestro bienestar emocional: Duración y asistencia: Enero-Noviembre 2018: 30 mujeres

Claves para aumentar nuestra motivación: Duración y asistencia: Mayo 2018: 8 mujeres



3. TALLERES OCUPACIONALES

Unas 250 mujeres han asistido a los talleres ocupacionales y otras actividades de la asociación, aprendiendo técnicas creativas que les han permitido un mayor conocimiento de sí mismas y una mayor relación personal.

Algunas de ellas han sido derivadas de la atención psicológica y otras han solicitado directamente su inclusión en los mismos a través de la propaganda en diversos medios.

3.a Plástica

Duración y participación: Enero-Diciembre
2018: 10 mujeres



3.b Teatro

Duración y participación: Enero-Diciembre 2018: 7 mujeres





3.c Yoga

Duración y participación:

Enero-Diciembre 2018: 9 mujeres



3.d Canto

Duración y participación:

Enero-Junio 2018: 10 mujeres



3.e Literatura

Duración y participación:

Enero-Diciembre 2018: 14 mujeres

3.f Ajedrez

Duración y participación: Enero Diciembre 2018: 6 mujeres





3.g Mindfulness

Duración y participación:

Enero-Diciembre 2018: 12 mujeres



3.h Italiano

Duración y participación: Enero-Diciembre 2018:

2 mujeres

3.i Danza

Duración y participación: Octubre-Diciembre 2018: 5 mujeres

*También hemos puesto en marcha una iniciativa de **PUERTAS ABIERTAS 8 MARZO (del 19 de febrero al 7 de marzo)** para que todas las mujeres que lo deseen puedan conocer de primera mano la Asociación y una muestra de las actividades que realizamos.*



4. OTROS TALLERES Y ACTIVIDADES PUNTUALES

4.1 Talleres

- **Taller de Literatura, lunes 22 de enero a las 18:30 h**, recibimos la visita de la escritora Marta Sanz para hablarnos de uno de sus últimos libros “Clavicula”. Asistieron 34 mujeres.



- **Taller práctico de salud emocional; “La ilusión del control”** viernes 23 de febrero de 18:30 a 20:00 h dirigido por la psicóloga clínica Pilar González Gallego. Asistieron 18 mujeres.



- **Taller práctico de salud emocional; “Afrontar la ansiedad cotidiana”** viernes 20 de abril de 18:30 a 20:00 h dirigido por la psicóloga clínica Pilar González Gallego. Asistieron 24 mujeres.

- **Taller práctico de salud emocional “Poner límites a los demás”** viernes 8 de junio de 18:30 a 20:30 h dirigido por la psicóloga Pilar González Gallego. Asistieron 26 mujeres.

- **Taller “Habilidades sociales: hacer y recibir peticiones”** viernes 26 de octubre de 18:30 a 20:00 h dirigido por la psicóloga clínica Pilar González Gallego. Asistieron 16 mujeres.



- **Taller de Redes Sociales** miércoles 19 de diciembre a las 19 h dirigido por Alba Pérez. Asistieron 15 mujeres.



4.2 Charlas, coloquios, conferencias

- **Miércoles 28 de febrero a las 19:00 h** conferencia “El eterno Femenino, ayer y hoy” dirigida por la profesora licenciada en Historia, Margarita Darlington. Asistieron 20 mujeres
- **Viernes 11 de mayo, a las 18:30 h**, conferencia “MUJERES Y PENSIONES: un ejemplo más de desigualdad” impartida por la ASOC. AMABLES TITULARES DE DERECHOS. Asistieron 12 mujeres.

4.3 Actos fuera de la Asociación y salidas a la calle

- **Jueves 22 de febrero a las 18:30 h** en el Centro Cultural Galileo, dentro de las actividades que organizó la Asociación con motivo del 8 de marzo tuvimos la presentación y firma a cargo de la escritora y nuestra comadre **Almudena Grandes** de su último libro “**Los pacientes del Doctor García**”. Se reunieron más de 180 personas en el acto que tuvo lugar en el Auditorio del Centro Cultural.



- **Domingo 4 de marzo de 12 a 14 h.** Nosotras Mismas, con motivo del 8 de marzo, Día Internacional de las Mujeres, salimos a la Calle Fuencarral (a la altura de los Cines Roxy) por la mañana, para dar a conocer a los vecinos y vecinas de Chamberí las actividades que hacemos e informarles sobre nuestra Asociación, así como de la manifestación que tendría lugar el día 8. Disfrutamos de algunas canciones de nuestro coro, conocimos más de cerca el taller de ajedrez y nuestro taller de teatro nos ofreció una representación y un baile.





-Sábado 9 de junio de 10:30 a 14:00 h organizamos el II Torneo Femenino de Ajedrez Nosotras Mismas Chamberí.

Tuvo lugar en La Casa de Cultura y Participación ciudadana de Chamberí.

Fue un encuentro en el que, junto al torneo en el que compitieron las mujeres aficionadas y profesionales del ajedrez, se desarrollaron otras actividades complementarias dirigidas tanto a mujeres como a hombres, niñas y niños.

Contó con la participación de 16 jugadoras de entre 6 y 73 años de edad.

La ganadora absoluta de este torneo fue la madrileña Cecilia Guilló, quien recogió el trofeo de manos del vicepresidente de la Federación Madrileña de Ajedrez, Ignacio Rodríguez, quién nos acompañó en el encuentro.

También recibieron trofeo y premios otras 5 participantes de distintas categorías. La primera clasificada de nuestro Taller de Ajedrez fue Toñi Ortega, a quién entregó el trofeo la ganadora de nuestro primer torneo de Ajedrez, celebrado en 2015, Angelita Díaz.

Las hermanas Mónica, Marta e Isabel García Saiz recibieron sendos trofeos como primeras clasificadas en las categorías Sub-14, Sub-12 y Sub-8, respectivamente, e Inés Guilló recibió el trofeo de primera clasificada de su categoría, Sub-10.

**II TORNEO FEMENINO DE AJEDREZ
NOSOTRAS MISMAS CHAMBERÍ**

**SABADO 9 DE JUNIO
10:30 A 14.00 H**

Sistema de juego: Suizo a 6 ó 7 rondas,
según participación. Ritmo de juego: 10'+5''

INSCRIPCIONES EN:
ajedreznosotrasmismas@gmail.com
Cuota inscripción torneo: 5 euros
Cierre de inscripciones 1 hora antes del inicio
Más información y bases en:
www.nosotrasmismas.org
Tfno: 91 442 49 91 - 620 28 58 83

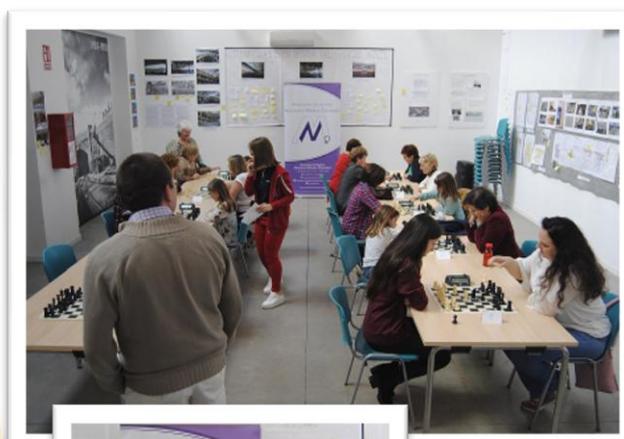
ACTIVIDADES
Escuela de ajedrez (mixta) a cargo de la WFM María Rodrigo
Tableros de juego con monitor (mixta)

LUGAR: Casa de Cultura y Participación ciudadana de Chamberí
Piza. Parque Móvil, entradas por C/ Bravo Murillo, 39 y Magallanes,44

ORGANIZA: Asociación de Mujeres Nosotras Mismas Chamberí
C/ San Bernardo,120 -1º Izq. C. 28015 Madrid
Web: www.nosotrasmismas.org

COLABORADORES: Club de Ajedrez Chamberí, Ajedrez con Cabeza y Club Jaque y Mate Venceremos





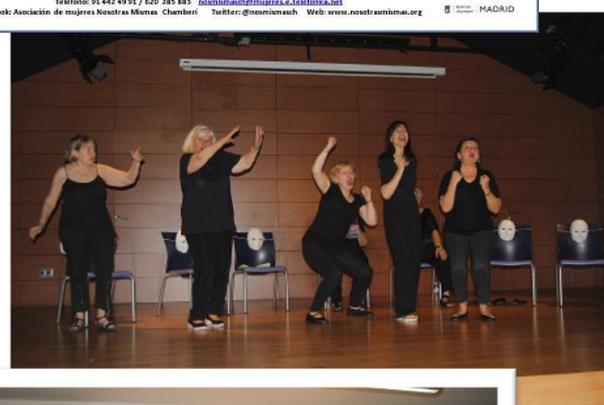


-Martes 26 de junio, a las 18:30 h tuvo lugar en el Auditorio del Centro Cultural Galileo la Representación de la obra teatral “Proteste Compañera/o” a cargo del taller de teatro de la Asociación. Asistieron 180 personas.

A continuación nuestro taller de coro interpreto algunas de las canciones de su repertorio.

A las 19:30 h inauguramos la exposición de pintura con los trabajos del taller de plástica.

Terminamos la jornada brindando por nuestros talleres y celebrando el final de curso.





- **El lunes 15 de octubre a las 19:30 h** celebramos el día de las escritoras con un encuentro con varias escritoras para conocer su forma de entender la Literatura, sus experiencias literarias o la relación con sus lectoras/es. Contamos con la presencia de las escritoras: **Marta Sanz, Almudena Grandes y Amelia Serraller**. Tuvo lugar en el Auditorio del Centro Cultural Galileo y asistieron cerca de 180 personas.



- **Sábado 24 de Noviembre de 12 a 14h. Glorieta de Quevedo/Calle Fuencarral.** La asociación de mujeres Nosotras Mismas de Chamberí ante el Día Internacional para la erradicación de la violencia contra las mujeres, se dirigió a las mujeres de Chamberí. En la jornada que celebramos en nuestro barrio, participamos con una mesa informativa y un acto de denuncia de las mujeres asesinadas por violencia de género organizado por nuestra asociación. Se trata de manifestar nuestro compromiso con la erradicación de la violencia de género y reclamar actuaciones urgentes de los poderes públicos ante la insoportable violencia que se ejerce contra las mujeres. Nuestra asociación cree que la ausencia de prevención y de protección de las mujeres constituye una clara violación de los derechos humanos.



- También participamos en las actividades que la Junta Municipal organizó ese mismo día en Chamberí con motivo del 25N.





4.4 Visitas a Exposiciones y Museos

- **3 de enero**, miércoles a las 17:30 h, visita a la exposición “Picasso/Lautrec” en el Museo Thyssen-Bornemisza dirigida y comentada por Haydée von Kruk. Asisten 13 mujeres.
- **17 de enero**, miércoles a las 18,00 h visita a la exposición “William Morris y compañía el movimiento Arts and Crafts en Gran Bretaña” en la Fundación Juan March, dirigida y comentada por Haydée von Kruk. Asisten 14 mujeres.
- **7 de febrero**, miércoles a las 17:30 h visita a la exposición “Alphonse Mucha” en el Palacio de Gaviria, dirigida y comentada por Haydée von Kruk. Asisten 12 mujeres.



- **14 de febrero**, miércoles a las 17:00 h, visita a la exposición “El mundo de Giorgio de Chirico sueño o realidad” en Caixa Forum dirigida y comentada por Haydée von Kruk. Asisten 11 mujeres.
- **7 de marzo**, miércoles a las 17:30 h, visita a la exposición “Dibujos de Rosario Weiss” en la Biblioteca Nacional, dirigida y comentada por Haydée von Kruk. Asisten 7 mujeres.



- **21 de marzo, miércoles a las 18:15 h** visita a la exposición “El poder del pasado” en el Museo Arqueológico dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 8 mujeres.
- **4 de abril, miércoles a las 17,30 h** visita a la exposición “Warhol el Arte Mecánico” en Caixa Forum, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 16 mujeres.
- **18 de abril, miércoles a las 17:30 h,** visita a la exposición “Derain, Balthus, Giacometti. Una amistad entre artistas” en la Fundación Mapfre, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 12 mujeres.
- **9 de mayo, miércoles a las 17:30 h,** visita a la exposición “Picasso y el Museo” en el Circulo de Bellas Artes, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 13 mujeres.
- **23 de mayo miércoles a las 18,00 h,** visita a la exposición”Duchamp, Magritte, Dalí” en el Palacio de Gaviria, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 13 mujeres.
- **6 de junio miércoles a las 17,00h,** visita a la exposición “El Principio Asia” en la Fundación March, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 10 mujeres
- **20 de junio miércoles a las 18:00 h,** visita a la exposición “Dibujos de Luis Paret” en la Biblioteca Nacional, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 8 mujeres.
- **11 de Septiembre martes a las 17:30 h** visita a la exposición “Monet / Boudin” en el Museo Thyssen-Bornemisza dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 18 mujeres.





- **26 de septiembre miércoles a las 17:00h.** visita a la exposición “Lorenzo Lotto retratos”, en el Museo Nacional del Prado dirigido y comentada por Haydée von Kruk, asisten 8 mujeres.

- **10 de Octubre, miércoles a las 18,00 h** visita a la exposición “Dada Ruso 1914-1924” en el Museo Reina Sofía, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 12 mujeres.

- **24 de octubre, miércoles a las 18,00 h** visita a la exposición “Un jardín para pintar” en el Museo Sorolla, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 11 mujeres.

- **14 de Noviembre, miércoles a las 17,30 h,** visita a la exposición “Tamara de Lempicka” en el Palacio de Gaviria, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 14 mujeres.

- **28 de noviembre, miércoles a las 18.00 h.** visita a la exposición “Dorothea Tanning. Detrás de la puerta, invisible, otra puerta” en el Museo Nacional Reina Sofía, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 13 mujeres.

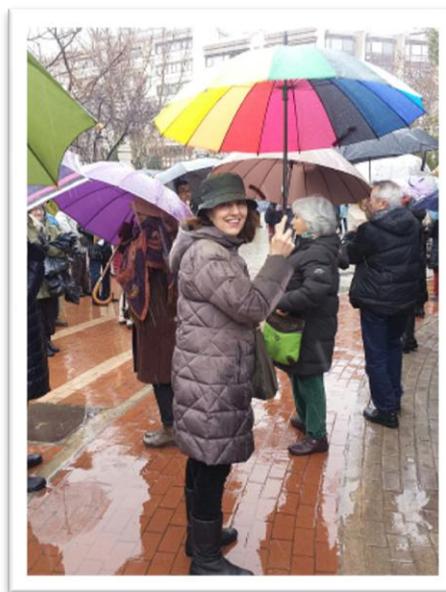
- **12 de diciembre, miércoles a las 17:00 h.** visita a la exposición “Beckmann” en el Museo Thyssen-Bornemisza, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 11 mujeres.

- **26 de diciembre, miércoles a las 18:00 h** visita a la exposición “Redescubriendo el Mediterráneo” en la Fundación Mapfre, dirigida y comentada por Haydée von Kruk, asisten 14 mujeres.



4.5 Actividades Varias y Actos con otras Asociaciones y Colectivos

- **Martes 23 de enero**, participamos en la Comisión de Igualdad Chamberí, en el Centro de Servicios Sociales “Marta Esquivias Tallada” para la Evaluación de actuaciones de la Campaña “Chamberí por los Buenos Tratos”. Participamos en las distintas reuniones organizadas por esta Comisión.
- **Lunes 29 de enero**, asistimos al acto de la Mesa de Cultura del Foro Local, “Los nombres de la Memoria”. Centro Cultural Galileo.
- **Jueves 1 de febrero**, participamos en la charla organizada por Café Feminista, sobre Violencia machista entre jóvenes y adolescentes. Casa de Cultura de Chamberí.
- **Domingo 4 de febrero**, participamos en el pasacalle por la desaparición de las torres y redes del campo de Golf de Chamberí, desde el Jardín Enrique Herreros, Parque del Canal. Organizado por Parque Si en Chamberí.
- **Viernes 9 de febrero**, participamos en la charla sobre “Concepto del amor. Mitos del amor romántico”, organizada por el Espacio de Igualdad de María Zambrano.
- **Domingo día 11 de febrero a partir de las 12 h.** participamos en el acto de inauguración del nuevo busto de Clara Campoamor en la Plaza de Guardias de Corps





- **Jueves 15 de febrero**, asistimos a la charla de Derechos Humanos organizada por la Asociación El Organillo.
- **Lunes 5 de marzo**, participamos y organizamos con todas las entidades y asociaciones del distrito las actividades del 8 de Marzo: Las mujeres creamos, con debates sobre teatro, cine, poesía y humor con feminismo para torpes. Centro Cultural Galileo.
- **Miércoles 7 de marzo**, asistimos al acto institucional con motivo del Día Internacional de las mujeres, en el Auditorio caja de Musica del Palacio de Cibeles.
- **Jueves 8 de marzo**
participamos en el paro convocado con motivo del Día Internacional de las Mujeres y en la Manifestación que tuvo lugar por la tarde de Atocha a Plaza de España.





- **Lunes 12 de marzo a las 11:30 h** asistimos a la clausura de la Exposición “Cartografías de la Emoción” de la pintora Esther Ortego y la exhibición del trofeo de las campeonas 2017 de la Copa Princesa de Asturias Club Voleibol de Madrid Chamberí. Con la intervención Concejala Presidenta del Distrito de Chamberí.

- **Viernes 16 de marzo**, participamos en el 30 Aniversario del Fórum de Política Feminista. En el espacio de Igualdad del distrito de Retiro.

- **Lunes 19 de marzo**, asistimos en la presentación del Proyecto de “Prevención de la Soledad no deseada” en el C.C. Galileo.

- **Martes 20 de marzo**, participamos en la Concentración de la Embajada de Brasil, para denunciar el asesinato de Marielle Franco, feminista y concejala del ayuntamiento de Río de Janeiro.

- **Miércoles 21 de marzo**, asistimos a la mesa redonda sobre 8M, con la participación de todos los partidos políticos del distrito de Chamberí. Centro Cultural Galileo

- **Lunes 2 de abril**, asistimos a la Asamblea General Ordinaria de la Federación de Asociaciones de Mujeres de la Comunidad de Madrid (FAMCM).

- **Jueves 12 de abril**, asistimos a la presentación del Plan Estratégico para la Igualdad de Género de la ciudad de Madrid 2018-2020 en el Auditorio del Espacio de Igualdad María de Maeztu.



- **Jueves 12 de abril**, participamos en el acto sobre Pacto de Estado contra la Violencia de Género, Análisis e información del momento actual, en el C.C.Galileo.



- **Lunes 23 y martes 24 de abril**, participamos y moderamos una de las mesas de comunicaciones del Congreso de Violencias de Género, activismo feminista y redes sociales de la URJC.

- **Miércoles 25 de abril a las 18:00 h** participamos en la concentración en la Plaza de las Cortes, convocada por Feministas contra el incumplimiento de los presupuestos en violencia de género, donde se recordó a las mujeres asesinadas y se reclamaron los fondos acordados para luchar contra la violencia de género.



Diputados.

- **Jueves 26 de abril**, participamos en la concentración ante el Ministerio de Justicia contra la Violencia Sexual.

- **Viernes 27 de abril**, participamos en la Jornada sobre Custodia Compartida Impuesta y falso Síndrome de Alienación Parental (SAP), organizada por la Plataforma 7N Contra las Violencias Machistas de la que formamos parte. En el Congreso de los



- **Domingo 29 de abril de 12:00 a 14:00 h** participamos en el acto homenaje a Vicente Aleixandre, organizado por la Mesa de Cultura del Foro Local de Chamberí, en la que hubo una lectura poética libre y popular en la plaza de Olavide.
- **Viernes 4 de mayo**, participamos en la Manifestación, convocada por el Movimiento Feminista de Madrid, con el lema “STOP Cultura de la Violación” Desde Atocha a la Plaza de la Villa de Paris.
- **Miércoles 16 de mayo**, participamos en la Jornada de presentación del Manifiesto Feminista PGE'2018, del que formamos parte. En el Congreso de los Diputados.
También participamos en la marcha y concentración desde el Ministerio de Sanidad hasta el Congreso de los Diputados y asistimos al debate organizado por la Plataforma Impacto de Género con los Grupos Parlamentarios sobre el Manifiesto Impacto de Género de los Presupuestos del Estado.



- **Lunes 28 de mayo**, participamos en el taller de formación de Presupuestos, organizado por el Foro Local y la junta de distrito. Centro Cultural Galileo



- **Domingo 3 de junio**, participamos en el acto organizado por Café Feminista: Muro contra las violencias machistas, en la Calle Fuencarral de Chamberí.
- **Lunes 11 de junio a las 19:00 h** celebramos la asamblea ordinaria de Nosotras Mismas
- **Jueves 14 de junio**, hicimos el taller de formación del Punto Violeta para las Fiestas de Chamberí. Centro Cultural Galileo
- **Sábado 16 de junio a las 11:00 h** en la Plaza de Olavide participamos en el I Aniversario del Foro local de Chamberí, del que formamos parte en la Mesa de Igualdad.



- **Domingo 17 de junio** participamos en la celebración del I Aniversario de la Casa de Cultura y Participación ciudadana de Chamberí



- **Viernes 22 de junio**, asistimos a la concentración contra la Justicia Patriarcal convocada por el Movimiento Feminista, en repulsa por la sentencia de “La Manada”.
- **Miércoles 4 de julio** participamos en el encuentro de debate sobre la Movilidad y el Modelo de ciudad para el Distrito de Chamberí.
- **Jueves 5 de julio**, participamos en la jornada organizada por ALA (Asociación Libre de Abogad@s, sobre la sentencia de la manada y auto de libertad: Ley, Justicia y Machismo, en la sede CGAE (Calle Recoletos)
- **Los días 6, 7 y 8 de julio, en la Plaza de Chamberí**, participamos con un stand propio en las **fiestas de El Carmen**, organizadas por la Junta Municipal. Allí estuvo nuestra asociación gracias a la generosidad y colaboración de buena parte de las socias y amigas que, de forma desinteresada y solidaria, cubrieron los distintos turnos programados al efecto.

Nuestra presencia sirvió, para difundir las actividades de “Nosotras Mismas”, poner en marcha durante las fiestas una iniciativa puntual contra las violencias machistas y darnos a conocer como tal asociación.

Así mismo colaboramos haciendo turnos de información en el Punto Violeta de las Fiestas del Carmen.





■ Hasta el 17 de julio, en el Centro Cultural Galleo (c/Galleo 39), podrás ver la exposición de cuadros del taller de pintura de **Nosotras Mismas**

NO ESTÁS SOLA

ASOCIACIÓN DE MUJERES
NOSOTRAS MISMAS CHAMBERÍ



Asociación de Mujeres Nosotras Mismas Chamberí
C/ San Bernardo, 120 -1º izq. C - 28015 Madrid
Teléfono: 91 442 49 91/620 285 883
contacta@nosotrasmismas.org
www.nosotrasmismas.org



FIESTAS DE CHAMBERÍ: TOLERANCIA CER0

Ante las agresiones sexuales y las violencias machistas



Las Fiestas del Carmen de Chamberí ya están aquí. Unas fiestas que, de nuevo, nos brindan la ocasión para que puedan ser disfrutadas por las vecinas y vecinos en un clima de **dignidad y respeto** a las diversas orientaciones, identidades o expresiones de género

NOSOTRAS MISMAS Chamberí
Julio de 2018



■ La puesta en libertad, de forma incomprensible y temeraria, de los miembros de La Manada y la sucesión de agresiones individuales y colectivas de hombres hacia mujeres en distintos puntos de España, revela que algo sigue sin funcionar en las actuaciones de las Administraciones Públicas. La decisión de la Audiencia Provincial de Navarra de dejar en libertad a los agresores de La Manada constituye una afrenta al sentido común y a la dignidad de las mujeres; es una verdadera provocación, si tenemos en cuenta que fueron condenados, en sentencia firme, a nueve años de cárcel, y allí deberían permanecer.

Nosotras Mismas, como el movimiento feminista, señala que la sentencia debería haber sido más dura, acorde a los hechos ocurridos, que demuestran que fue una agresión y no simple abuso. Pero sea como fuere, es en la cárcel donde tienen que estar.

Como en años anteriores, la Asociación Nosotras Mismas Chamberí impulsará distintas iniciativas y actividades para que se hagan respetar los derechos de las mujeres, y puedan ser combatidas todo tipo de expresiones vulgares, lo que ha venido en denominarse *micromachismos*. Y especialmente intransigentes seremos con las violencias y agresiones hacia las mujeres que, lamentablemente, siguen sin recibir la respuesta que merecen por parte de los poderes públicos y tribunales de justicia.

FIESTAS DE CHAMBERÍ 2018

Las fiestas de Chamberí han de ser un lugar de diversión, pero también un espacio de **pedagogía cultural de integración de todas y todos**, piensen como piensen y voten al partido que voten.

Como en años anteriores, **Nosotras Mismas** volverá a comprometerse con la lucha por la igualdad, porque:

- ▶ Quien ama no mata ni maltrata.
- ▶ Prevenir y educar contra la violencia de género ha de ser tarea prioritaria
- ▶ Cada víctima de violencia de género tiene un rostro y una historia. No las releguemos a un número más.
- ▶ No callemos la violencia de género; el silencio es el mejor aliado de las agresiones machistas.
- ▶ **¡Basta ya!** El machismo mata.
- ▶ Cada vez más iguales.
- ▶ Más presupuestos contra las violencias machistas.
- ▶ Más formación de las juezas y jueces que tratan las agresiones machistas.

TOLERANCIA **CER0**

TENGAMOS UNAS FIESTAS SANAS Y EN LIBERTAD

- El odio, el machismo, la homofobia y la transfobia no tienen cabida en las fiestas.
- Nada justifica una agresión machista.
- Aunque una agresión machista es siempre responsabilidad de quien la comete, la autoprotección es siempre una garantía.
- Si te han dicho que **NO**, respeta **#NO ES NO**
- No permitas comportamientos machistas a tu alrededor; las bromas machistas, los celos, los tocamientos... también son violencia.
- Vive relaciones libres e igualitarias.
- Si presencias una agresión sexista **¡DENUNCIA Y AYUDA!**

● Si sufres maltrato o agresión sexual no te cambies de ropa, ni te laves. **Acude a urgencias y llama a los teléfonos 900 222 100 (Unidad Apoyo y Protección a la Mujer, Menor y Mayor) y 628 186 076 (Orientación general ante una agresión sexual Ayto. Madrid).**

● Si necesitas ayuda frente a una agresión llama al **016 (violencia de género)** o al **091 (Policía)** y al **112 (emergencias)**.



Nosotras Mismas



- **Jueves 13 de septiembre** asistimos al acto presentación del Centro 8 de Marzo y a la Mesa Redonda, Impacto jurídico, mediático y social de la sentencia conocida como La Manada, en la Sede de la Confederación Sindical de CCOO.

- **Viernes 28 de septiembre** participamos en la manifestación para reivindicar el aborto libre y por los derechos sexuales y reproductivos

- **Lunes 1 de octubre** participamos en el acto convocado por el Consejo de las Mujeres del Municipio de Madrid, “FLORES Y MENSAJES PARA CLARA CAMPOAMOR” en la Plaza Guardias de Corps, 8. Frente al busto de Clara Campoamor.



- **Viernes 5 de octubre de 16.30 a 20.30 h** participamos, un año mas, en la jornada infantil organizada por la coordinadora de trabajos sociales de distintas entidades y asociaciones **EnREDate en Chamberí** que tiene como finalidad intercambiar información y llevar a cabo proyectos en común. NOSOTRAS MISMAS CHAMBERI, Asociación Vecinal EL ORGANILLO y la ASOCIACIÓN Tuuu Librería compartimos una carpa en la que hubo teatro, mural de manualidades “EnREDate por la igualdad”, cuentacuentos, librería infantil gratuita y ajedrez, con pequeños torneos y partidas simultáneas.



- **Sábado 6 de octubre**, participando en el I Encuentro estatal del GREVIO, con la presentación del informe autonómico de Madrid contra la violencia de género, en el que hemos participado en su elaboración. En el MediaLab Prado de Madrid.
 - **Jueves 8 de noviembre**, estuvimos apoyando el acto de poesía escrita por mujeres en El Bulevar. En Casa de la Cultura de Chamberí.
 - **Martes 13 Noviembre**, nuestra Presidenta presenta el libro “Monstruas y Centauros”, de Marta Sanz, en El Foro, con la participación de Begoña San José.
- 
- **Jueves 15 de noviembre**, participamos en la presentación del Informe de Servicios Sociales “Diagnostico de las relaciones de género en centros municipales del distrito de Chamberí. En el Centro Municipal de Mayores Santa Engracia.
 - **Jueves 15 de noviembre**, reunión de trabajo con la consultora que está coordinando el proyecto del Diagnostico de Igualdad desde el Departamento de Servicios Sociales del Distrito de Chamberí.
 - **Domingo 25 de noviembre** participamos en la Manifestación-Concentración en el Día Internacional de la Violencia contra la Mujer. De Cibeles a Sol



- **Martes 27 de noviembre, participamos en el Flashmob** musical contra la violencia machista. Actividad organizada por la plataforma de entidades y organizaciones del distrito EnREDate
- **Lunes 3 de diciembre** asistimos a la presentación del proyecto del Campus Asociativo de Madrid en la Salón de Actos de la 4ª planta del Palacio de Cibeles. Organizado por el Consejo Sectorial de Asociaciones y el Servicio de Fomento del Asociacionismo.
- **Martes 4 de diciembre**, asistimos en el Espacio de Igualdad María de Maeztu, a la reunión para el seguimiento de las líneas estratégicas del Área de Gobierno de Políticas de Género y Diversidad del Ayuntamiento de Madrid-
- **Lunes 10 de diciembre**, participamos en el cierre del IV Certamen del Concurso de Micro-relatos contra la violencia de género, organizado por la Fundación Mujeres, en el Centro Cultural Galileo.
- **Todos los 25 de cada mes** participamos en la concentración contra las violencias de género en la Puerta del Sol, convocada por el Foro de Madrid contra la violencia a las mujeres.





- *Participamos de forma activa en el Consejo de las Mujeres del Municipio de Madrid, Federación de Asociaciones de Mujeres en la Comunidad de Madrid, Junta Municipal de Chamberí, en el Consejo de Seguridad, plenarios del Foro Local de Chamberí, así como en algunas de sus mesas (Igualdad, Presupuestos, Salud...) Plenos de la Junta Municipal.*

Además, estamos presentes en diferentes plataformas y debates del conjunto del Movimiento Feminista, Comisión 8M, Foro de Madrid contra la violencia a las mujeres, Plataforma Feminista del 7N Contra las Violencias Machistas, Plataforma CEDAW-GREVIÓ, Colectivos y Asociaciones de Chamberí,...