

# ESCUELA MUNICIPAL DE IGUALDAD

## PROGRAMA DE ACTIVIDADES



Ayuntamiento  
de Salamanca

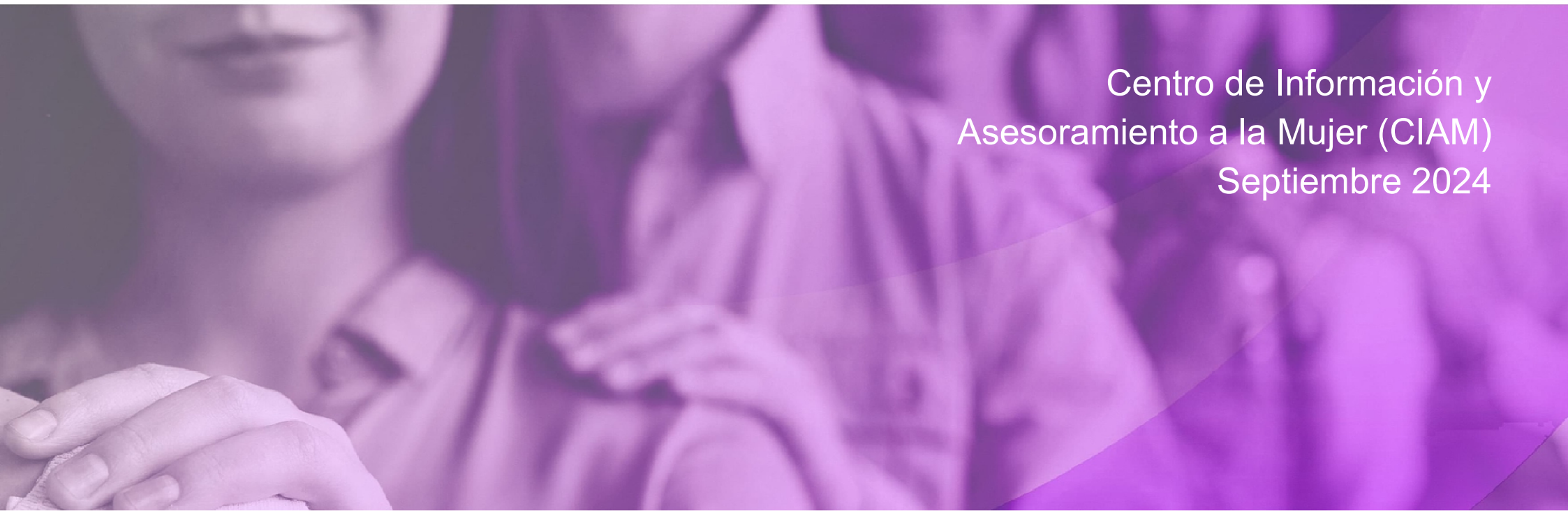
CUARTO TRIMESTRE  
OCTUBRE-DICIEMBRE  
2025



La **Escuela Municipal de Igualdad** se crea con la finalidad de sensibilizar y formar a la ciudadanía en materia de igualdad, haciendo hincapié en los aspectos preventivos de la violencia de género, máximo exponente de la desigualdad entre mujeres y hombres.

Como eje central de nuestra labor, se pretende sensibilizar y concienciar a la ciudadanía en igualdad promoviendo esta como eje de desarrollo social, favorecer la participación de hombres y mujeres en este ámbito, fomentar y animar al tejido asociativo en la promoción de la igualdad y la lucha contra la violencia de género.

A través de esta programación se pondrá trimestralmente a disposición de la población salmantina diferentes y distintas actividades educativas, formativas y lúdicas que ayuden a conformar la ciudadanía del siglo XXI, donde hombres y mujeres se sientan partícipes en igualdad de condiciones en la sociedad de la que forman parte.



Centro de Información y  
Asesoramiento a la Mujer (CIAM)  
Septiembre 2024

# VÍNCULOS EN MOVIMIENTO: YOGA FAMILIAR

Fortalece los lazos familiares, fomenta hábitos saludables y reduce el estrés a la vez que promueves la concentración, la regulación y la calma en el taller de sesiones de **Yoga familiar** de la Escuela de Igualdad. Desde donde ponemos en el centro la importancia de los cuidados y el fortalecimiento de los vínculos familiares como factor clave de una sociedad más equitativa, así como la corresponsabilidad en el bienestar emocional y físico dentro de la familia, promoviendo la igualdad en el reparto de tareas y la creación de espacios de conexión.



**PERSONAS DESTINATARIAS:** personas adultas que vengan acompañadas de menores a cargo de a partir de 2 años de edad (máximos dos menores por adulto).

**DURACIÓN:** 10 sesiones, los **martes** de 17.00 h a 18 h, desde el 14 de octubre y hasta el 16 de diciembre, ambos incluidos.

**LUGAR:** Salón de actos de la **Casa de la Mujer**, C/Lugo, 9.

**IMPARTE:** Iniciativass.

\* Plazas limitadas

\*\* Inscripciones disponibles en papel en la Casa de la Mujer y/o escaneando el siguiente código QR:



## TALLERES

# IKEBANA: ARTE JAPONÉS DE DISEÑO FLORAL

En este taller práctico de 4 días, las personas asistentes estudiarán la técnica del arreglo floral japonés. Ikebana describe el sutil arte de la búsqueda de la belleza en la naturaleza y en el interior del ser humano. La naturaleza entra en nuestro corazón y en nuestros hogares con toda su frescura y vitalidad.

En clase, el contacto y la interacción con la belleza de la naturaleza nos aporta relajación y bienestar, es hora de disfrutar el momento. En casa, Ikebana nos aporta armonía a través de la contemplación de aquello que hemos dado vida a través de nuestras manos y de nuestro corazón.

No es indispensable tener conocimientos previos de Ikebana, ¡pero si los tienes también te damos la bienvenida!

**PERSONAS DESTINATARIAS:** población general.

**DURACIÓN:** 4 sesiones, **miércoles y jueves** 22 y 23, 29 y 30 de octubre de 18:00 a 20:00 horas.

**LUGAR:** Salón de actos de la **Casa de la Mujer**, C/Lugo, 9.

**IMPARTE:** Luis Marcos (Floristerías Bedunia).

\* Plazas limitadas

\*\* Inscripciones disponibles en papel en la Casa de la Mujer y/o escaneando el siguiente código QR:



## VOLVER A TI. BIENESTAR INTEGRAL

Actividad dirigida a mujeres adultas que deseen cuidarse y reforzar su equilibrio físico y emocional en un entorno de confianza e igualdad. Mediante dinámicas terapéuticas mixtas —risoterapia, música, visualización y actividad física suave— se fomentan la salud, la relajación y el disfrute.

El taller potencia la autoestima, la autonomía y el autocuidado en los cuidados, poniendo en el centro la voz y las necesidades de las mujeres y favoreciendo la creación de redes de apoyo y solidaridad.

Un espacio para reír, moverse y relajarse mientras se reivindica el autocuidado como un derecho.

**PERSONAS DESTINATARIAS:** mujeres mayores de edad.

**DURACIÓN:** 6 sesiones, los **jueves** de 17.00 h a 18 h, desde el 13 de noviembre y hasta el 18 de diciembre, ambos incluidos.

**LUGAR:** Aula 1 de la **Casa de la Mujer**, C/Lugo, 9.

**IMPARTE:** Iniciativass.

\* Plazas limitadas

\*\* Inscripciones disponibles en papel en la Casa de la Mujer y/o escaneando el siguiente código QR:



# TALLERES

## CAPERUCITA EN SALAMANCA

El club de lectura *Caperucita en Salamanca* nace como espacio de encuentro en torno a la literatura. El título es un guiño a obra y el universo de Carmen Martín Gaité, quien supo transformar la vida cotidiana y los relatos tradicionales en miradas críticas y actuales.

El club se plantea como un espacio de conversación en grupo, acompañado por una persona dinamizadora que facilitará la puesta en común de ideas y experiencias, siempre desde el respeto, la escucha y la promoción de las relaciones igualdad.

**PERSONAS DESTINATARIAS:** población general.

**DURACIÓN:** martes 14 de octubre, 18 de noviembre y 16 de diciembre. **Edición de mañana:** de 12:30 a 13:30 horas.

**Edición de tarde:** de 18.00 a 19.00 horas.

**LUGAR:** Aula 1 de la *Casa de la Mujer*, C/Lugo, 9.

**IMPARTE:** Agente de Igualdad, Ayuntamiento de Salamanca.

\* Plazas limitadas

\*\* Inscripciones disponibles en papel en la Casa de la Mujer y/o escaneando el siguiente código QR:



# AUTODEFENSA

Empodérate y gana confianza en el taller de autodefensa para mujeres. Las sesiones ofrecen la oportunidad de aprender técnicas esenciales para protegerte en diferentes ocasiones, mejorando tu seguridad personal y autoestima. A través de instrucción profesional y práctica en un entorno seguro y de apoyo, adquirirás habilidades en defensa personal, tácticas de evasión y manejo de situaciones de riesgo.

**PERSONAS DESTINATARIAS:** mujeres mayores de edad.

**DURACIÓN:**

**1ª Edición:** martes y jueves 30 de octubre, 4, 6 y 11 de noviembre, de 12.00 a 13.30 horas.

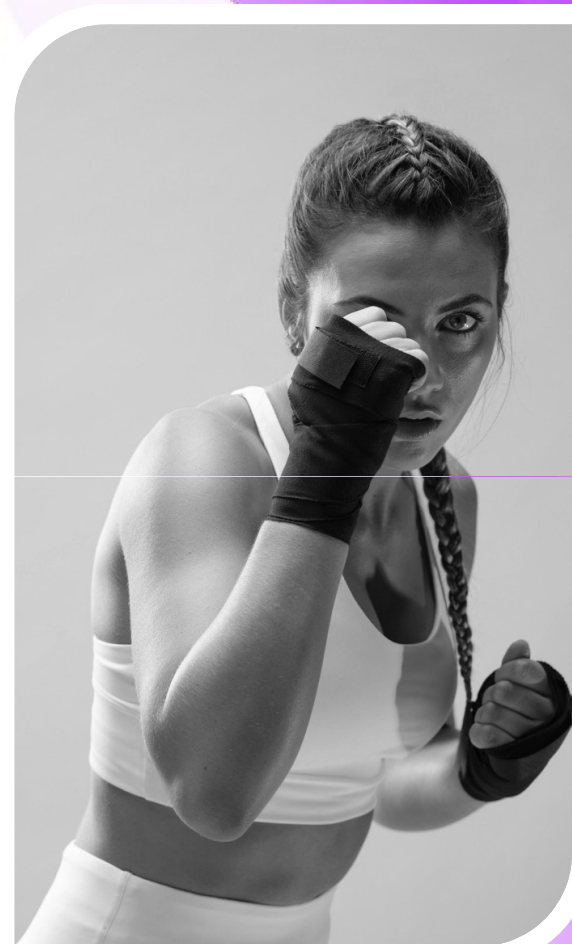
**2ª Edición:** miércoles y jueves 12,13, 19 y 20 de noviembre de 18.00 a 19:30 horas.

**LUGAR:** Salón de actos de la Casa de la Mujer, C/Lugo, 9.

**IMPARTE:** Policía Municipal de Salamanca.

\* Plazas limitadas

\*\* Inscripciones disponibles en papel en la Casa de la Mujer y/o escaneando el siguiente código QR:



## REPENSANDO LO MASCULINO

Con motivo del Día Internacional del Hombre, la Casa de la Mujer del Ayuntamiento de Salamanca te invita a una conferencia dinámica e interactiva para reflexionar sobre el papel de los hombres en la construcción de una sociedad más justa e igualitaria.

De la mano de Ritxar Bacete, investigador social y referente internacional en masculinidades e igualdad, y Senior Fellow de Equimundo – Center for Masculinities & Social Justice, exploraremos las claves de la masculinidad ligada a la corresponsabilidad en los cuidados, paternidades positivas, prevención de la violencia y bienestar emocional.

Esta cita es una oportunidad para cuestionar estereotipos, repensar y abrir nuevas formas de ser hombre, participando activamente en la consecución de la igualdad en el hogar, en el trabajo y en la comunidad.



**PERSONAS DESTINATARIAS:** población general, en especial padres.

**DURACIÓN:** Miércoles 19 de noviembre, de 20:00 a 21:30 horas.

**LUGAR:** Salón de actos de la **Casa de la Mujer**, C/Lugo, 9.

**IMPARTE:** Ritxar Bacete, EQUIMUNDO.

\* Entrada libre hasta completar aforo.



# PASO A PASO CON TU SMARTPHONE

Ciclo de tres talleres prácticos dirigido a mujeres adultas que deseen mejorar su manejo del teléfono móvil y aprovecharlo en su día a día. En un ambiente cercano y participativo, aprenderemos paso a paso a utilizar aplicaciones y recursos esenciales, reduciendo la brecha digital de género y reforzando la autonomía personal.

Cada sesión combina explicación sencilla y ejercicios en el propio dispositivo, con acompañamiento para resolver dudas específicas.

**PERSONAS DESTINATARIAS:** mujeres mayores de edad.

**DURACIÓN:** 20 Octubre – “WhatsApp sin miedo” , de 12 a 13 h.

- Enviar y recibir mensajes, fotos y audios.
- Crear y gestionar grupos, videollamadas.
- Configurar privacidad y notificaciones.

**17 Noviembre – “Gestiones básicas desde tu móvil”, de 12 a 13 h.**

- Trámites de salud (SACYL), empleo (SEPE) y compras online seguras (supermercados, citas previas, etc.).
- Uso de certificados, apps oficiales y pagos sencillos.

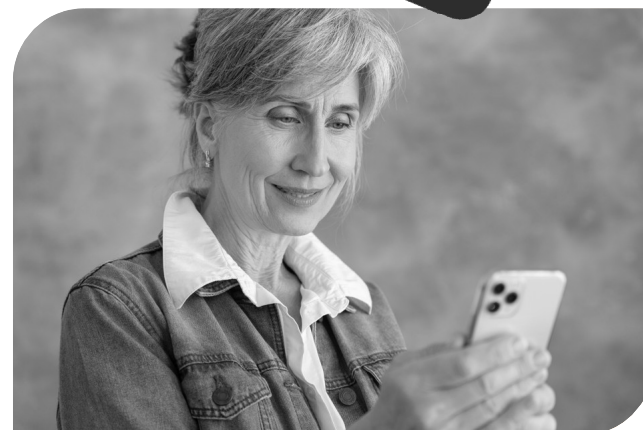
**1 Diciembre – “Tu móvil como aliado diario”, de 12 a 13 h.**

- Organización personal: calendario, recordatorios, alarmas.
- Aplicaciones útiles (mapas, transporte, ocio, lectura).
- Consejos de seguridad y mantenimiento.

**LUGAR:** Casa de la Mujer, C/Lugo, 9.

\* No es necesaria cita previa.

ACERCANDO  
GENERACIONES



# SALAMANCA CON VOZ DE MUJER

Visitas guiadas por la ciudad de Salamanca. Descubre el papel relevante de algunas de las mujeres en la historia y patrimonio de la Salamanca a través de una serie de visitas guiadas por la ciudad.

## FECHAS DISPONIBLES:

- 8, 9, 20 ó 21 de octubre,
- 5, 6, 17 ó 18 de noviembre.
- 10, 11, 15 ó 16 de diciembre.

**DURACIÓN:** las visitas comienzan a las 16:30 horas bajo el reloj de la Plaza Mayor de Salamanca, recorren los exteriores y el centro histórico de la ciudad en una duración total de entre una hora y media y dos horas .

\* Reservas gratuitas en la plataforma “salamancaymas.es” hasta completar aforo. Aforo máximo por visita, 30 personas.

\*\* Visitas realizadas en colaboración con Turismo de Salamanca



SALAMANCA  
CON VOZ DE MUJER

# CLARA CAMPOAMOR “LA MUJER MÁS ALLÁ DEL VOTO”

Derivado del relato homónimo de Esther del Brío, premiado por la Asociación de Prensa Parlamentaria en 2023, la exposición recoge a través de 16 fotografías intimistas, cómo se habría desarrollado para Clara Campoamor el día en el que obtuvo el triunfo en la votación a favor del voto femenino universal para unas elecciones generales en España.

La autora aprovecha su propia experiencia parlamentaria para meterse bajo la piel de Clara y novelar la lucha interna y parlamentaria a la que se pudo enfrentar Clara Campoamor los días 1 de octubre y 1 de diciembre de 1931.

**Autora:** Esther Del Brío.

**Fotógrafo:** David Corral.

**PERSONAS DESTINATARIAS:** población general.

**DÍAS:**

**HORARIO:**

**LUGAR:** Torre de los Anaya. Esquina con C/ San Pablo y C/Jesús, Salamanca.



EXPOSICIONES

# PROYECTOS DE COOPERACIÓN AL DESARROLLO

La Casa de la Mujer acoge esta muestra itinerante del Ayuntamiento de Salamanca, que presenta a través de paneles y fotografías los seis proyectos de cooperación internacional financiados en 2024.

La exposición visibiliza iniciativas en El Salvador, Marruecos, Chad, Kenia, Mozambique y Bolivia que promueven educación, agua potable, saneamiento y mejora de la calidad de vida, con especial atención a la igualdad de oportunidades y los derechos humanos.

**Autoría:** Ayuntamiento de Salamanca, con la colaboración de las ONG participantes en los proyectos de cooperación.

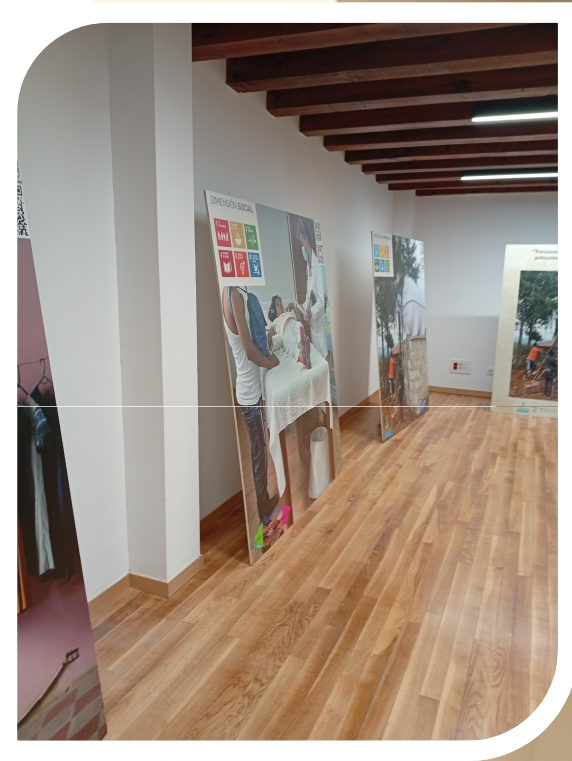
**Fotografía:** Material gráfico cedido por las entidades ejecutoras de los proyectos.

**PERSONAS DESTINATARIAS:** población general.

**DÍAS:** Durante todo el mes de octubre.

**HORARIO:** De 9.00 a 14.00 horas y de 16.00 a 20.00 horas.

**LUGAR:** Salón de actos, *Casa de la Mujer*, C/Lugo, 9.



## MUJER CANTANDO A MUJERES

Un encuentro literario y poético dedicado a las voces de mujeres que inspiran, emocionan y transforman. Rosa María nos invita a un viaje a través de diferentes poemas y textos, donde la palabra se convierte en herramienta de expresión, resistencia y celebración.

Este recital pretende visibilizar la creación femenina, explorar la diversidad de experiencias y abrir un espacio de encuentro y reflexión en torno a la literatura.



**PERSONAS DESTINATARIAS:** población general.

**DÍA:** 28 de noviembre.

**HORA:** 20.00 horas.

**LUGAR:** Salón de Actos de la **Casa de la Mujer**, C/Lugo, 9.

**INTERPRETA:** Rosa María.



\* Entrada libre hasta completar aforo

## EL PRÍNCIPE Y YO



Esta emotiva historia narra la profunda relación entre una mujer y su gato, quienes comparten dos décadas de momentos únicos y transformadores. Desde el día en que el pequeño felino llega a su vida hasta los años finales.

A lo largo del relato, el gato se convierte en testigo silencioso y fiel de las etapas más importantes en la vida de su dueña: su trabajo, relaciones amorosas, cambios de hogar y enfrentamientos con las inevitables adversidades de la vida.

Con el tiempo, ambos envejecen, y la relación madura como una expresión de amor genuino y gratitud mutua. El relato culmina en una despedida conmovedora, que reflexiona sobre la fragilidad de la vida y el impacto eterno de las conexiones que formamos con quienes amamos, humanos o animales.

María José Arango escribe con el corazón, entrelazando elementos de su vida cotidiana con destellos de fantasía, explorando tanto los desafíos como las alegrías que nos hacen humanos. Su estilo cercano y genuino convierte cada relato en una experiencia única, recordando a quienes la leen la magia de las historias compartidas.

**AUTORA:** María José Arango Mejía.

**PERSONAS DESTINATARIAS:** Población general.

**DÍA:** martes 7 de octubre.

**HORARIO:** a las 20 horas.

**LUGAR:** Aula de Igualdad de la Casa de la Mujer, C/Lugo, 9.

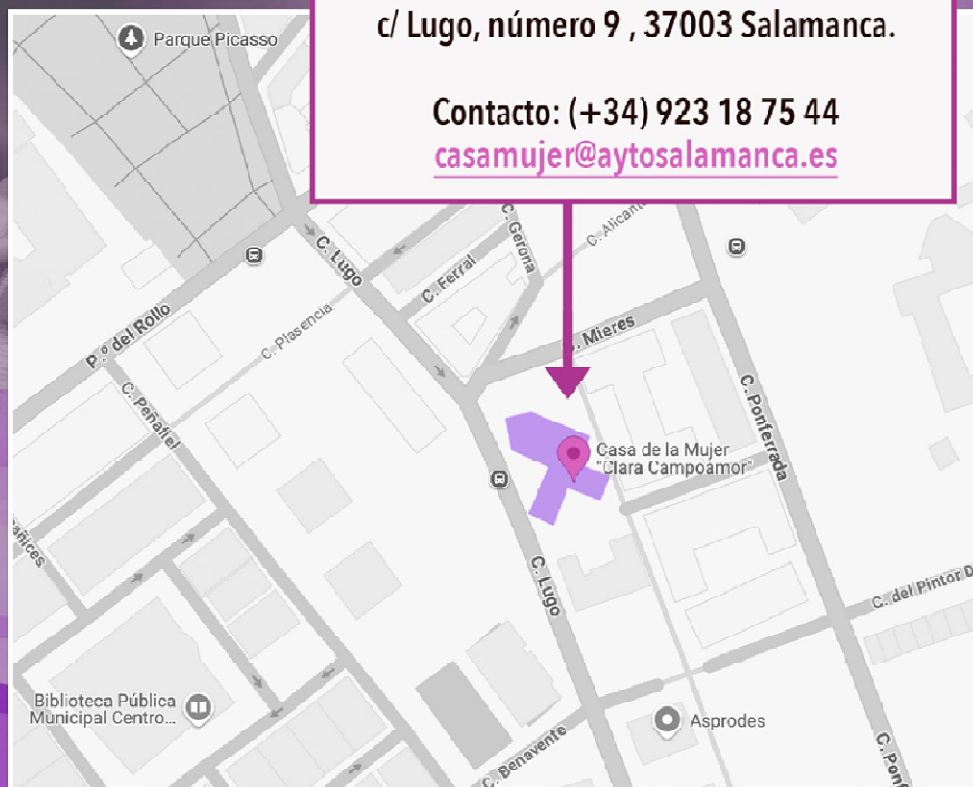
AL OBJETO DE FACILITAR LA CONCILIACIÓN, TODAS LAS ACTIVIDADES CUENTAN CON SERVICIO DE CUIDADOS A MENORES, DISPONIBLE BAJO PETICIÓN PREVIA.

### CASA DE LA MUJER "CLARA CAMPOAMOR"

c/ Lugo, número 9 , 37003 Salamanca.

Contacto: (+34) 923 18 75 44

[casamujer@aytosalamanca.es](mailto:casamujer@aytosalamanca.es)



### ORGANIZA:



Ayuntamiento  
de Salamanca



### COLABORAN:

NOS  
IMPULSA



### SÍGUENOS EN REDES

- Instagram: [ciamayuntamientosalamanca](https://www.instagram.com/ciamayuntamientosalamanca)
- Facebook: [CIAM Centro de Información y Asesoramiento a la Mujer.](https://www.facebook.com/CIAM Centro de Información y Asesoramiento a la Mujer.)
- Twitter: [@ciamayto.desalamanca4967](https://twitter.com/@ciamayto.desalamanca4967)