



CASA DAS MULLERES DE VIGO

Programa de actividades setembro-decembro 2023

CICLO FORMATIVO DE ESCRITA CREATIVA: “LOUCAS POLA LITERATURA”

- **Destinado a:** mulleres maiores de 18 anos.
- **Coordinadora:** Inma López Silva.
- **Obxectivo:** animar á escritura creativa ao tempo que se fomenta o gusto pola lectura e o pensamento crítico a través das múltiples bondades da literatura coma arte.
- **Descrición:** En cada unha das sesións formativas, e a partir da práctica de técnicas de escrita concretas, procuraremos, con múltiples exercicios, crear un ambiente de encontro e goce arredor da literatura, tanto dende o punto de vista da creación coma da lectura.
- **Sesións formativas:**
 1. Sexamos escritoras: na procura da nosa propia voz literaria e como lograr que nos queiran ler.
 2. A arte de contar historias: como construír un argumento incríbel.
 3. Como atopar o ser que ha de vivir na nosa historia.
 4. A liberdade sen límites da literatura.
 5. Todo sucede nun lugar... pero iso non significa que teña que ser convencional.
 6. A máquina do tempo do relato.
- **Duración:** 18 horas en 6 sesións.
- **Calendario:** mércores, do 18 de outubro ata o 29 de novembro de 17:30 a 20:30.

Inscrición e participación nas actividades

Inscrición previa (con carácter preferente vía telemática).

Terán preferencia as persoas empadroadas no Concello de Vigo (farase a correspondente comprobación).

Grupos con capacidade limitada.

Participación na actividade: condicionada a ter praza confirmada.

Máis información:

Casa das Mulleres
Rúa Romil, 20
986 442 194
casadasmulleres@vigo.org
Luns a venres: 17:30-21:30

Concellería de Igualdade
Praza do Rei 1, 1º andar
986 810 284
ofi.muller@vigo.org
Luns a venres: 9:00-13:30





CASA DAS MULLERES DE VIGO

Programa de actividades setembro-decembro 2023

OBRADOIRO DE CANTO PARA MULLERES “CON VOZ PROPIA”

- **Destinado a:** mulleres maiores de 18 anos ás que lles guste cantar e alumnas que participaron na actividade na anterior programación. NON se precisa cantar “ben”.
- **Formadora:** Cristal Méndez Queizán.
- **Obxectivos:**
 - Fomentar a aserción e a propia estima (apoderamento).
 - Explorar e liberar os recursos expresivos da voz e do corpo.
 - Incrementar a conciencia e os coñecementos sobre o funcionamento da voz e da respiración para mellorar a voz e a saúde.
 - Recoñecer e valorar as posibilidades expresivas da voz propia e allea.
 - Recoñecer recursos persoais utilizando o canto como medio.
 - Construír novas maneiras de relacionarnos, utilizando o canto como medio.
 - Promover os valores de inclusión, integración e respecto da diversidade.
- **Descrición:** utilizando o canto de grupo e individual exploraremos a capacidade expresiva e emocional das nosas voces para recoñecernos e apoderarnos. Paralelamente aprenderanse unha serie de habilidades técnicas para mellorar e facer máis “forte” e “clara” a propia voz. Neste obradoiro o canto é UN MEDIO non un obxectivo, polo que NON é preciso “cantar ben” e basta coa intención de gozar xuntas a través do canto.
- **Contidos:**
 - Habilidades de base (técnicas relativas á voz e ao canto): respiración e apoio diafragmático, control dos elementos do tracto vocal superior (padal brando, lingua, epiglote, control dos resoadores etc.) e educación da postura enfocada ao canto.
 - Habilidades expresivas: exploración corporal do son a través do movemento e a danza, improvisación e composición, canto e improvisación coral, canto e improvisación individual e escoita consciente e activa das nosas voces.
- **Metodoloxía:** utilizaranse moitos recursos da Música-Terapia e da Danza-Terapia adaptados ás necesidades individuais de todas as participantes. O noso método é participativo e inclusivo, favorecendo o benestar e a integración no grupo así como a creación dun “espazo seguro e protexido” para todas.
- **Duración:** 30 horas en 12 sesións.
- **Calendario:** luns, do 25 de setembro ata o 11 de decembro de 18:00 a 20:30.

Inscrición e participación nas actividades

Inscrición previa (con carácter preferente vía telemática).

Terán preferencia as persoas empadroadas no Concello de Vigo (farase a correspondente comprobación).

Grupos con capacidade limitada.

Participación na actividade: condicionada a ter praza confirmada.

Máis información:

Casa das Mulleres
Rúa Romil, 20
986 442 194
casadasmulleres@vigo.org
Luns a venres: 17:30-21:30

Concellería de Igualdade
Praza do Rei 1, 1º andar
986 810 284
ofi.muller@vigo.org
Luns a venres: 9:00-13:30





CASA DAS MULLERES DE VIGO

Programa de actividades setembro-decembro 2023

CURSO “INTRODUCCIÓN Á TEORÍA CRÍTICA FEMINISTA. APROXIMACIÓN AOS DEBATES CONTEMPORÁNEOS”

- **Destinado a:** mulleres e homes maiores de 18 anos.
- **Formadora:** Priscila Retamozo Ramos e Cristina Louzán García.
- **Obxectivos:**
 - Achegar as principais correntes de pensamento feminista e contextualizar historicamente as chamadas “ondas do feminismo”.
 - Presentar o pensamento e achegas intelectuais de figuras relevantes na historia do feminismo.
 - Potenciar a reflexión crítica sobre os actuais debates existentes no seo do feminismo.
 - Fomentar a capacidade de aplicar conceptos teóricos á nosa vida cotiá.
 - Crear un espazo seguro de reflexión, onde estean presentes as dinámicas de coidado.
- **Descrición:** neste curso pretendese ofrecer unha aprendizaxe motivada, directa e sinxela, aplicada á realidade e na actualidade do debate feminista. Unha aprendizaxe teórica que nos sirva no noso día a día para entender o mundo e as nosas vivencias neste.
- **Contidos:**
 - Módulo 1_Os comezos: Introducción: dende onde falamos?, achegamento ao marco teórico conceptual, feminismo ou feminismos?, o feminismo pre-moderno, a querelle des femmes: Christine de Pizan
 - Módulo 2_Primeira onda: O feminismo ilustrado, Olympe de Gouges e Mary Wollstonecraft, primeiros feminismos en América Latina e o Caribe.
 - Módulo 3_Segunda onda: sufraxismo anglosaxón, o sufraxio feminino no estado español, feminismo socialista e anarquista.
 - Módulo 4_Terceira onda: feminismo da igualdade e feminismo da diferenza, feminismo liberal e feminismo radical, feminismos negros, ecofeminismo, feminismo decolonial/poscolonial.
 - Módulo 5_Cuarta onda: feminismo e posmodernidade (Judith Butler e as teorías queer), feminismo multiculturalista, feminismo en Latinoamérica, feminismo no mundo árabe. Marco internacional dos dereitos: ONU.
- **Duración:** 15 horas en 10 sesións.
- **Calendario:** mércores, do 27 de setembro ata o 13 de decembro de 19:00 a 20:30 (agás 1 de novembro e 6 de decembro por festividade)
- **Acreditación:** entregarase un diploma acreditativo do aproveitamento do curso expedido pola Concellería de Igualdade. Para poder obter este diploma, deberase asistir e ter un aproveitamento do curso de cando menos o 80%.

Inscripción e participación nas actividades

Inscripción previa (con carácter preferente vía telemática).

Terán preferencia as persoas empadroadas no Concello de Vigo (farase a correspondente comprobación).

Grupos con capacidade limitada.

Participación na actividade: condicionada a ter praza confirmada.

Máis información:

Casa das Mulleres
Rúa Romil, 20
986 442 194
casadasmulleres@vigo.org
Luns a venres: 17:30-21:30

Concellería de Igualdade
Praza do Rei 1, 1º andar
986 810 284
ofi.muller@vigo.org
Luns a venres: 9:00-13:30





CASA DAS MULLERES DE VIGO

Programa de actividades setembro-decembro 2023

OBRADOIRO “HISTORIAS DE VIDA DAS MULLERES PARA XOGAR NO TEATRO”

- **Destinado a:** mulleres maiores de 18 anos e alumnas que participaron con anterioridade no obradoiro.
- **Formadora:** Mariana Carballal.
- **Obxectivos:**
 - Descubrir un espazo de xogo, creatividade e expresión teatral que lles permita ás alumnas empregar o teatro como ferramenta ao servizo das historias de vida.
 - Fomentar a igualdade e o empoderamento das participantes a través da visibilización e recoñecemento das súas achegas e traballo realizadas ao longo da súa vida, empregando a actividade teatral, a expresión artística e dedicando un espazo e un tempo propio.
- **Descrición:** o teatro como ferramenta ao servizo das nosas historias de vida. Atoparnos no vivido para contalo/falalo/sentilo/imaxinalo con e para as demais.
- **Contidos:**
 - Recoñecemento da experiencia. De onde vimos?
 - Descubrir ferramentas básicas do teatral.
 - Actualizar e contextualizar o “noso proxecto”.
 - Improvisación e composición escénicas.
- **Duración:** 36 horas en 12 sesións
- **Calendario:** luns, do 2 de outubro ata o 18 de decembro de 18:00 a 21:00.

Inscripción e participación nas actividades

Inscripción previa (con carácter preferente vía telemática).

Terán preferencia as persoas empadroadas no Concello de Vigo (farase a correspondente comprobación).

Grupos con capacidade limitada.

Participación na actividade: condicionada a ter praza confirmada.

Máis información:

Casa das Mulleres
Rúa Romil, 20
986 442 194
casadasmulleres@vigo.org
Luns a venres: 17:30-21:30

Concellería de Igualdade
Praza do Rei 1, 1º andar
986 810 284
ofi.muller@vigo.org
Luns a venres: 9:00-13:30





CASA DAS MULLERES DE VIGO

Programa de actividades setembro-decembro 2023

OBRADOIRO “VERSE OUTRA VEZ; AO REVÉS TAMÉN FUNCIONA”

- **Destinado a:** mulleres maiores de 18 anos.
- **Formadora:** Iria Vázquez.
- **Obxectivos:**
 - Potenciar a nosa autoestima a través da creación artística.
 - Coñecer o papel do autorretrato e o autobiográfico ao longo da historia da arte e nas prácticas artísticas actuais dende unha perspectiva de xénero, profundando en distintos aspectos e claves da crítica feminista.
 - Aprender diferentes técnicas gráfico-plásticas e visuais.
 - Experimentar e crear a partir novos formatos e medios artísticos como a performance, a instalación e fotografía.
 - Realizar propostas artísticas interdisciplinares baseadas na nosa propia biografía, afondando no valor e dimensión subxectiva da arte e da nosa percepción da realidade.
- **Contidos:**
 - MODOS DE SER E APARECER. Retratar e autorretrarse. Técnicas gráfico-plásticas. Experimentación con diferentes soportes e materiais.
 - RECOMPOÑERSE. Cartografías fragmentadas do desexo. Romper coa tradición.
 - HABITAR O ESPAZO. A instalación artística. A expansión dos formatos artísticos.
 - A PERFORMANCE. Cuestionando os estereotipos. A representación fotográfica.
- **Descrición:** Este obradoiro teórico-práctico ten como obxecto desenrolar o nosa creatividade e potenciar nosa autoestima, a través da aprendizaxe e exploración de diferentes técnicas gráfico-plásticas e fotográficas.
- **Metodoloxía:** teórico- práctica. As sesións se dividirán en dúas partes. Unha primeira parte teórica de exposición e introdución a cada un dos temas, a partir da cal desenrolaremos a parte práctica.
- **Duración:** 24 horas en 12 sesións.
- **Calendario:** martes, do 26 de setembro ata o 12 de decembro de 18:00 a 20:00.

Inscripción e participación nas actividades

Inscripción previa (con carácter preferente vía telemática).

Terán preferencia as persoas empadroadas no Concello de Vigo (farase a correspondente comprobación).

Grupos con capacidade limitada.

Participación na actividade: condicionada a ter praza confirmada.

Máis información:

Casa das Mulleres
Rúa Romil, 20
986 442 194
casadasmulleres@vigo.org
Luns a venres: 17:30-21:30

Concellería de Igualdade
Praza do Rei 1, 1º andar
986 810 284
ofi.muller@vigo.org
Luns a venres: 9:00-13:30





CASA DAS MULLERES DE VIGO

Programa de actividades setembro-décembro 2023

CURSO DE FORMACIÓN EN IGUALDADE PARA PROFESIONAIS

- **Destinado a:** homes e mulleres maiores de 18 anos con perfil profesional nos eidos social e de educación formal e non formal.
- **Formadora:** Cristina Rodríguez Ramos, experta en Xénero e Igualdade de Oportunidades.
- **Obxectivo:** facilitar a incorporación da perspectiva de xénero no traballo cotián dentro dos eidos social e educativo.
- **Contidos:**
 - Introducción á perspectiva de xénero. Consecuencias da socialización diferenciada.
 - A transversalidade aplicada ao ámbito social e da educación: a coeducación.
 - Elementos clave para a planificación coeducativa: a comunicación (linguaxe e imaxes), materiais didácticos, habilidades sociais.
 - Prevención, detección e orientación no ámbito da violencia machista. Como intervir ante un caso.
- **Metodoloxía. Modalidade presencial:** o curso desenvolverase na Casa das Mulleres (R/ Romil, 20). As sesións teóricas supoñen unha carga lectiva de 18 horas e consistirán en exposicións dos contidos, para o que se empregarán documentos, vídeos, imaxes, etc. As 8 horas restantes corresponderanse con sesións prácticas.
- **Duración:** 26 horas en 8 sesións.
- **Calendario:** martes e xoves do 3 de outubro ao 24 de outubro (agás o 12 de outubro por festividade) de 18:00 a 21:00. Xoves 26 e martes 31 de outubro de 17:30 a 21:30h.
- **Acreditación:** entregárase un diploma acreditativo do aproveitamento do curso. Para poder obtelo, deberase asistir e ter un aproveitamento do curso de cando menos o 80%.

Inscripción e participación nas actividades

Inscripción previa (con carácter preferente vía telemática).

Terán preferencia as persoas empadroadas no Concello de Vigo (farase a correspondente comprobación).

Grupos con capacidade limitada.

Participación na actividade: condicionada a ter praza confirmada.

Máis información:

Casa das Mulleres
Rúa Romil, 20
986 442 194
casadasmulleres@vigo.org
Luns a venres: 17:30-21:30

Concellería de Igualdade
Praza do Rei 1, 1º andar
986 810 284
ofi.muller@vigo.org
Luns a venres: 9:00-13:30

