



# MI CUERPO ES MIO



VII Encuentro de Mujeres  
con discapacidad intelectual  
o del desarrollo

Organiza:



Colaboran:



Plena Inclusión Madrid en colaboración con la Universidad Autónoma de Madrid y el apoyo de la Comunidad de Madrid organiza el **VII Encuentro de Mujeres con Discapacidad Intelectual o del Desarrollo: “Mi cuerpo es mío”**

En esta ocasión abordaremos un tema muy importante para el desarrollo y crecimiento personal: **El conocimiento del propio cuerpo como medio para la construcción de nuestra propia identidad y como fuente de sensaciones y comunicación.**

Como es habitual en las últimas ediciones, tendrán lugar diferentes talleres coordinados por mujeres con discapacidad intelectual que pertenecen al Observatorio de Mujer de Plena Inclusión Madrid, apoyadas por profesorado de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid, y otras profesionales especializadas en los temas que se abordarán a lo largo de la jornada.

## FECHA Y LUGAR DE CELEBRACIÓN

**12 de junio de 2019**

Universidad Autónoma de Madrid  
Facultad de Psicología

C/ Iván Pavlov, 6  
**Ciudad Universitaria de Cantoblanco**  
Ctra. Colmenar Viejo Km.15  
28049 Madrid.

**Para llegar:**



C4 A Parla – Atocha – S. S. De los Reyes  
C4 B Parla – Atocha – Colmenar Viejo



714 Madrid (Pza. Castilla) – Cantoblanco – Comillas  
827 Alcobendas – Cantoblanco  
827 a S.S de los Reyes – Alcobendas – Cantoblanco  
828 Campo de las Naciones – Aeropuerto - Cantoblanco

## DIRIGIDO A

---

Mujeres con discapacidad intelectual o del desarrollo, personas de apoyo, público en general.

## INSCRIPCIONES

---

Personas interesadas en asistir han de confirmar su inscripción a través del siguiente [enlace](#).

### PROGRAMA DE LA JORNADA

---

- 10:00** **Cuerpo dan**  
**Apertura institucional y presentación jornada**
- 10:30** **“La importancia del Cuerpo”**. Ana Maria Casamayor Lázaro, Psicóloga en Terapia Psicoanalítica en Infancia y Adolescencia Promotora de igualdad Profesora de Danza Fusión.
- 11:00** **Descanso**
- 11:30** **Talleres de trabajo**
-  **1. Cosas íntimas: salud ginecológica.**  
Coordinan: Cristina Rodríguez, Sandra Novo (Adisli); María Sotillo (UAM)
- 
-  **2. Viviendo mi sexualidad.**  
Coordinan: Julia Sánchez, Milagros Sánchez (F.Juan XXIII- Roncalli); Diana Fernández, sexóloga en Afrodísia Espacio Sexológico.
- 
-  **3. Prevención de violencia sexual.**  
Coordinan: Inés Asín, Belén Acinas, Gisela Villaró (F. Aprocor); Carmen Almendros (UAM)
- 
-  **4. No soy un objeto: la mujer en la publicidad.**  
Coordinan: Ana Buendía Bueno, Marta Sanchez Fernandez de la Puente y Manuel Bernal Román (Rudolf Steiner); Pilar Carrera (UAM)
- 
-  **5. Todo mi cuerpo siente, todo mi cuerpo disfruta: el deseo – la erótica.**  
Coordinan: Clara Moratalla, Sabe Alcalá (AMI 3); Juan Blanquez (UAM).
- 
-  **6. Cuerpo danzante.**  
Coordinan: Lola Triviño, Mónica Moyano (Grupo AMÁS); Ana Maria Casamayor (Psicóloga, promotora de igualdad y profesora de Danza Fusión); Ángela Morales (UAM)
- 
-  **7. Buenas experiencias en primera persona: salud y sexualidad.**  
Coordinan: Teresa Martín-Ortega Díez, Elena Barrio Álvarez (ASTOR-Inlade); Nuria Cano (UAM)
- 
- 13:45** Comida.
- 15:15** Puesta en común de las conclusiones de los talleres.
- 17:15** Cierre y actuación final, Danzas tribales de mano de Ana Maria Casamayor.
- 18:00** Fin de la jornada.

## INFORMACIÓN ÚTIL.

---

Para inscribirse es necesario rellenar el formulario de inscripción de este documento antes de 5 de Junio.

Cuanto hagas tu inscripción, debes elegir los 4 talleres que más te gustan, por orden de preferencia. No se garantiza que puedas asistir a tu principal prioridad, pero sí que estarás en alguno de tus 4 talleres preferidos.

Habrà una comida de convivencia. El precio de la comida serà de 3 euros. El precio de la comida se ingresarà en el siguiente número de cuenta: ES93 0182 6348 610201636582 indicando en el concepto "nombre y apellidos + COMIDA JORNADA 12 JUNIO".

## SOBRE LOS TALLERES.

---

### 1. Cosas íntimas: salud ginecológica.



En este taller trataremos temas relacionados con la salud de las mujeres y cosas íntimas del cuerpo. Hablaremos sobre el cuerpo, salud ginecológica, tabús, pudor, mitos, miedos... Salud también es quererse, no hay que encontrarse mal para ir a hacerse revisiones. También podremos conocer un poco mejor un estudio que está haciendo la UAM en colaboración con Plena Inclusión Madrid sobre salud ginecológica y reproductiva.

### 2. Viviendo mi sexualidad.



En este grupo trataremos diferentes aspectos de la sexualidad. Veremos que hay tantas sexualidades como personas, porque cada persona lo vive de una manera diferente. A esto lo llamamos sexualidades diversas. Hablaremos del posicionamiento sobre sexualidad que se ha desarrollado desde Plena Inclusión. También hablaremos de los derechos. También descubriremos que existe la sexualidad con otras personas y con una misma. Y veremos qué es eso de los espacios de intimidad.

### 3. Prevención de violencia sexual.



Hablaremos de que es la violencia y qué tipos de violencia hay. Nos detendremos en la violencia sexual. Veremos casos de violencia sexual y debatiremos sobre cuestiones de prevención y actuación. También pensaremos sobre nuestras partes íntimas y descubriremos que hay partes de nuestro cuerpo que no nos gustan que nos toquen y eso debemos tenerlo claro para aprender a decir que no a otras personas.

### 4. No soy un objeto: la mujer en la publicidad.



Este taller trata de analizar cómo la publicidad del pasado y del presente utiliza la imagen de mujer. Aprenderemos qué es la publicidad, qué quiere conseguir de nosotras y analizaremos como los anuncios pueden modificar nuestra manera de pensar y actuar. También puede afectar en cómo tratamos a las personas. Veremos anuncios que hacen un uso sexista de la imagen de la mujer y también anuncios que presentan una imagen de igualdad entre hombres y mujeres.

### 5. Todo mi cuerpo siente, todo mi cuerpo disfruta: el deseo – la erótica.



La erótica y el deseo es mucho más que sexualidad. Aprenderemos que se entiende por estas ideas. Para ello hablaremos de la gran importancia de nuestros sentidos y aprenderemos a utilizarlos para mejorar nuestra vivencia del nuestro cuerpo, sensualidad y sexualidad. También podremos descubrir nuevas maneras de entender nuestro cuerpo y el placer.

### 6. Cuerpo danzante.



A través de la danza descubriremos las relaciones que tiene la danza y la salud física y mental. Hablaremos de cosas que sentimos cuando bailamos. También veremos que afectos nos produce bailar y compartiremos experiencias unas con otras, a cada persona veremos que le afecta de una manera, pero descubriremos que si bailamos generalmente nos sentiremos más felices.

### 7. Buenas experiencias en primera persona: salud y sexualidad.



Las propias mujeres serán las que nos contarán experiencias positivas para que podamos aprender de ellas. Hablaremos de temas como la elección de pareja, salud y pérdida de peso, como vigilar mi salud y las consultas al médico.