



**1 de junio**

Encuentro de mujeres  
con discapacidad intelectual  
o del desarrollo

# Esta es mi revolución

Organiza:



Financia:



Colabora:



Un año más, Plena Inclusión Madrid en colaboración con la Universidad Autónoma de Madrid y el apoyo de la Comunidad de Madrid organiza el IX Encuentro de Mujeres con Discapacidad Intelectual o del Desarrollo: “**Esta es mi revolución**”.

En esta ocasión trataremos y reivindicaremos los **derechos sexuales y reproductivos** de las mujeres con discapacidad intelectual y del desarrollo. Tendrán lugar diferentes talleres coordinados por mujeres expertas en la materia que ofrecerán espacios de encuentro para reflexionar sobre distintos temas muy importantes para todas.

## DIRIGIDO A

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

## INSCRIPCIONES

Interesadas en asistir han de confirmar su inscripción a través de [este formulario](#) antes del 24 de mayo

## LUGAR DE CELEBRACIÓN

Fecha: **1 de junio de 2023**

 714  
827  
827  
828

Horario De 10:00h a 17:00h

 Cantoblanco Universidad

Lugar: Universidad Autónoma de Madrid  
Facultad de Psicología  
C/ Iván Pavlov, 6  
Ciudad Universitaria de Cantoblanco  
Ctra. Colmenar Viejo Km.15  
28049 Madrid.



## PROGRAMA DE LA JORNADA

### 10:00 ¡Bienvenidas!

- Javier Luengo. Director General de Plena Inclusión Madrid
- Marta Morgade Salgado. Vicerrectora de Compromiso Social y Sostenibilidad de la UAM

### 10:15 Coloquio en torno a la salud de la mujer con discapacidad intelectual

- Ana Luque. Doctora en el Servicio de Ginecología y Obstetricia en Hospital Universitario Rey Juan Carlos.
- María Sotillo. Profesora titular de la Facultad de Psicología de la UAM
- Iris de la Fuente. Responsable en el área de mujer de Plena inclusión Madrid y trabajadora social en Adisli
- Sabe Alcalá. Participante del grupo de mujer de Plena inclusión Madrid y Ami3
- Modera: Sara Fernández. Coordinadora proyectos de Mujer y Género en Plena Inclusión Madrid

### 11:30 Descanso

### 12:00 Talleres para trabajar sobre temas que nos interesan

**Intimidad. Mi habitación propia:** hablaremos sobre intimidad y tiempo para una misma.

- Clara Moratalla. Sexóloga, psicóloga y facilitadora en el grupo de mujer de Ami3.

**Cuerpos:** hablaremos sobre nuestros cuerpos y cómo conocerlos.

- Adriana Reyes. Antropóloga y creadora dentro del campo de las artes vivas.
- Patricia Ruz. Artista docente.

**Yo soy. Yo quiero:** hablaremos sobre cómo somos, quienes nos gustan, a quienes queremos.

- Alba Gómez Gill. Sexóloga y formadora.

**Viviendo la danza:** nos acercamos a la danza sintiendo nuestro cuerpo. (Lo haremos al aire libre).

- Ana Lapeña Torrecillas. Trabajadora social especializada en desarrollo humano y enfoque de género. Didacta facilitadora de Biodanza Srt.

**Nosotras elegimos ser madres o no serlo:** Hablamos sobre la maternidad y el aborto

- Julia Gutiérrez. Educadora social y coordinadora del proyecto Madres Capaces de la Fundación A LA PAR.

**Es lo justo:** hablamos de nuestros derechos y de la esterilización forzada.

- Rocío Moya, CEO y co-fundadora de Olympe Abogado.

**Yo elijo mi vida sexual:** hablamos de nuestro derecho a decidir sobre nuestra vida sexual.

- Beatriz Barbadillo. Sexóloga y maestra.

### 14:00 Comida

### 15:30 Construyendo juntas nuestro futuro. Conclusiones de los talleres

### 16:30-17:00 Actuación final y cierre

- Actuación musical con Maria Ruiz y La Mare

**INFORMACIÓN ÚTIL.** hasgas 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.

Para todas aquellas participantes que lo deseen, tenemos la opción de quedarnos a **comer juntas en la cafetería** de la Facultad de Psicología. Plena Inclusión Madrid financiará el menú (2 primeros y 2 segundo a elegir + café o postre + agua). Se harán dos turnos de comida diferentes. Si alguien necesita comunicar alguna alergia, intolerancia o solicitud de menú vegano/vegetariano tendrá que indicarlo lo antes posible través del formulario de inscripción.

### **SOBRE LOS TALLERES:**

#### **1. Intimidad: Mi habitación propia**



Todas necesitamos un espacio y un tiempo para nosotras. Un espacio tranquilo donde nadie nos moleste ni nos diga lo que tenemos que hacer. Escucharnos, cuidarnos nos ayuda a estar mejor con nosotras mismas y con el mundo.

En este taller proponemos maneras de conocer nuestros cuerpos, nuestras emociones, maneras de autocuidado y autoamor. Lo haremos en un aula y seremos máximo 20 personas.

#### **2. Cuerpos**



Haremos ejercicios para descubrir nuestro cuerpo, conocerlo más y cuidarlo. Veremos cómo se relaciona nuestro cuerpo con las emociones. Será un taller con ejercicios de movimiento, con música, muy prácticos y ajustados por lo que será estupendo tanto para mujeres con pocas como con muchas necesidades de apoyo. Es importante traer ropa cómoda. Y si tienes, trae una esterilla para los ejercicios de suelo. Lo haremos en un aula diáfanas y seremos máximo 20 personas.

#### **3. Yo soy. Yo quiero**



En este grupo hablaremos sobre nuestra identidad y nuestra diversidad. Trataremos temas como nuestra orientación sexual, identidad de género y de nuestro derecho a que nos gusten todo tipo de personas. Hablaremos y haremos dinámicas sobre cómo somos, quienes nos gustan, a quienes queremos, qué relaciones son importantes para nosotras, etc. Lo haremos en un aula. Seremos máximo 20 personas.

#### **4. Viviendo la danza**



Haremos un taller de biodanza al aire libre. Esto serán ejercicios de movimiento corporal, con música, relacionándonos entre nosotras y atendiendo a nuestras emociones. Aprenderemos a conectar con nuestro cuerpo. Será un taller muy vivencial y flexible, ajustado a mujeres con todo tipo de necesidades de apoyo. Además, si estas apuntada a otro taller, pero necesitas salir a tomar el aire, en *Viviendo la danza* te acogerán en cualquier momento. Para participar necesitas llevar ropa cómoda, y una esterilla o algo similar (por ejemplo, un pareo tipo playa) para sentarnos en el suelo. Estaremos en el césped de enfrente de la Facultad de Psicología.

#### **5. Nosotras elegimos ser madres o no serlo**



En este grupo hablaremos sobre el derecho de las mujeres con discapacidad a tomar sus decisiones sobre si quieren ser madre o si no quieren serlo. También hablaremos sobre temas importantes cómo con qué recursos cuentan las madres con discapacidad, sobre el aborto y sobre la crianza. Haremos este taller en un aula. Seremos máximo 20 personas.

#### **6. Es lo justo**



En este taller hablaremos sobre justicia, sobre nuestros derechos y sobre lo mucho que nos importa que no los respeten. También hablaremos sobre lo injusto que es la discriminación a las mujeres con discapacidad. Dedicaremos tiempo a hablar y compartir experiencias sobre la esterilización forzada. Son temas muy importantes que trataremos con un lenguaje y con dinámicas que todas podamos entender. Haremos este taller en un aula. Seremos máximo 20 personas.

#### **7. Yo elijo mi vida sexual**



Hablaremos de nuestro derecho a decidir sobre nuestra vida sexual. Veremos lo importante que saber lo que quiero y lo que me gusta y cómo poner los límites que yo decida. Compartiremos información sobre el abuso y acoso y también todas las posibilidades que tenemos de disfrutar de nuestra sexualidad. Haremos este taller en un aula. Seremos máximo 20 personas.

También disponemos de un espacio de respiro, donde las participantes que lo necesiten podrán acudir a descansar o charlar con otras mujeres.

En todos los talleres se reflexionará sobre una conclusión común de la experiencia, que compartiremos con el resto de las participantes del encuentro en la sesión de la tarde. Asociaremos esas conclusiones a una imagen para crear un mural común que nos servirá como boceto de un manifiesto compartido del encuentro de mujeres de este año.