

Benvolgudes:

Us convidem a participar a les activitats gratuïtes que **els Punts d'Informació i Atenció a les Dones (PIAD) de Barcelona** hem organitzat al voltant del 25 de novembre del 2021.

Ciutat Vella

- **Del 4 de novembre al 2 de desembre:** *Exposició "Caterina Albert/Víctor Català"* a la Biblioteca Sant Pau – Santa Creu.

La mostra recorre la vida i obra de Caterina Albert, poeta, narradora, novel·lista i autora teatral. Caterina Albert, més coneguda com a Víctor Català, pseudònim amb el que signava les seves obres per poder superar la moral de l'època, va convertir-se en una de les veus representatives del Modernisme. Exposició cedida per l'ICD.

Activitat organitzada pel PIAD de Ciutat Vella, en col·laboració amb la Biblioteca Sant Pau - Santa Creu. **No cal inscripció prèvia!**

- **Del 8 al 22 de novembre:** *Exposició "Violència masclista de parella. Desmuntem mites?"* A l'Espai Jove Palau Alòs.

Aquesta exposició proposa una revisió d'alguns mites associats a l'amor romàntic i a la violència masclista. Alhora, ofereix idees i elements de reflexió per transformar aquests mites i creences i avançar, així, vers unes relacions lliures violència masclista. Exposició cedida per l'ICD.

Activitat organitzada pel PIAD de Ciutat Vella, en col·laboració amb l'Espai Jove Palau Alòs. **No cal inscripció prèvia!**

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Tel. 900 922 357 (telèfon gratuït)
barcelona.cat/dones

Ajuntament de
Barcelona



- **24 de novembre:** *Xerrada en línia "Dones grans i autoestima"*. De 16:30h a 18:30h.

Xerrada participativa dirigida a dones grans que desitgen millorar la seva autoestima i aconseguir així un major apoderament, a través de dinàmiques i exercicis que contribueixen a la reflexió personal i a l'autoconeixement

Activitat organitzada pel PIAD de Ciutat Vella, en col·laboració amb el servei Vincles BCN. No cal inscripció prèvia!

Link: <https://meet.jit.si/XerradaPIAD25N>

Eixample

- **9 de novembre:** *Xerrada "Drets vinculats a la maternitat i la paternitat"* de 17:30h a 19h. Al Centre Cívic Sagrada Família (i amb connexió online).

Espai per aprendre i informar-se sobre els drets laborals vinculats a la maternitat i a la paternitat: diferents supòsits de maternitat i paternitat, el permís de maternitat/paternitat, els drets a la reducció de jornada laboral per cura de fill o filla... També parlarem dels diferents supòsits d'embaràs, d'acolliment i/o adopció, així com supòsits de discriminació laboral. Xerrada amb torn obert a preguntes, amb possibilitat d'assistència presencial i en línia.

Activitat organitzada pel PIAD de l'Eixample, en col·laboració amb el Grup de Criança - Pla Comunitari Sagrada Família i el Centre Cívic Sagrada Família.

Inscripció prèvia a: ccsagradafamilia.net o al 934 508 917

- **16 de novembre:** *Xerrada "Què fer i com actuar davant d'una situació de violència masclista"* de 17h a 18:30h. A l'Espai de Gent Gran Esquerra de l'Eixample (i amb connexió online).

Durant el confinament la violència masclista a les llars es va agreujar i encara continua. En aquesta xerrada parlarem de recursos per a la comunitat i donarem eines per procedir quan detectem algun cas al nostre entorn.

Com hem d'actuar si algú del nostre entorn està vivint una situació de violència masclista? Com podem donar suport a la dona? Quines precaucions hem de prendre? Abordarem la temàtica des del punt de vista pràctic actual.

Activitat organitzada pel PIAD de l'Eixample, en col·laboració amb l'Espai de Gent Gran Esquerra de l'Eixample.

Inscripció prèvia al 93 4 108 265

- **26 de novembre:** *Tastet per dones "Eines per la gestió de l'ansietat i l'estrès"* de 18h a 20h. Al Casal de Barri Transformadors.

Espai de confiança i respecte pel propi límit i de l'altre. Aprendre eines per a intervenir en la realitat de cada dona participant, afavorint el benestar, la salut emocional, física i relacional.

Activitat organitzada pel PIAD de l'Eixample, en col·laboració amb el Casal de barri Transformadors.

Inscripció prèvia al dinamitzar.casaltransformadors@gmail.com

Sants - Montjuïc

- **15 de novembre:** *Xerrada " Què fer si em sento discriminada per ser dona?"* De 18:30h a 20h. A la Biblioteca Francesc Candel.

Espai de reflexió i contrast per prendre consciència de les diferents situacions quotidianes de discriminació i micromasclismes que vivim pel fet de ser dones. Es donaran estratègies per poder identificar-les i recursos per fer-hi front, així com eines per saber com actuar.

Activitat organitzada pel PIAD de Sants – Montjuïc, en col·laboració amb la Biblioteca Francesc Candel.

Inscripció prèvia a b.barcelona.fc@diba.cat

- **22 de novembre:** *Tastet per dones "Eines de gestió de l'estrès i l'ansietat"* De 10:15h a 12h. Al Casal de Gent Gran Sant Cristòfol.

Espai de confiança i respecte pel propi límit i de l'altre. Aprendre eines per a intervenir en la realitat de cada dona participant, afavorint el benestar, la salut emocional, física i relacional.

Activitat organitzada pel PIAD de Sants – Montjuïc, en col·laboració amb el Casal de Gent Gran Sant Cristòfol.

Inscripció prèvia a 93 296 64 12

- **25 de novembre:** *Tastet d'autocura per dones que volen millorar les seves relacions.* De 09:30h a 11:30h. A La Troca de Sants (Lleialtat Sansenca).

Espai per afavorir el treball de les emocions i la comunicació en llibertat des d'una perspectiva de gènere i intercultural.

Ho farem a través de la reflexió sobre les desigualtats de gènere i el treball de les relacions de parella, l'amor romàntic i les diverses manifestacions de la violència masclista, amb la finalitat de prevenir-les.

Activitat organitzada pel PIAD de Sants, en col·laboració amb La Troca – Escola comunitària de formació.

Inscripció prèvia al <https://latrocasants.org/contacte>

Sarrià-Sant Gervasi

- **24 de novembre:** *Xerrada "Què fer i com actuar davant d'una situació de violència masclista"* de 18:30h a 20h. Al Centre Cívic Vallvidrera Vázquez Montalbán.

Durant el confinament la violència masclista a les llars es va agreujar i encara continua. En aquesta xerrada parlarem de recursos per a la comunitat i donarem eines per procedir quan detectem algun cas al nostre entorn.

Com hem d'actuar si algú del nostre entorn està vivint una situació de violència masclista? Com podem donar suport a la dona? Quines precaucions hem de prendre? Abordarem la temàtica des del punt de vista pràctic actual.

Activitat organitzada pel PIAD de Sarrià – Sant Gervasi, en col·laboració amb el Centre Cívic Vallvidrera Vázquez Montalbán.

Inscripció prèvia a <https://ccvazquezmontalban.inscripcionscc.com>

- **29 de novembre:** *Tastet d'autocura per dones que volen millorar les seves relacions.* De 16h a 18h. Al Centre Cívic Vil·la Urània.

Espai Espai per afavorir el treball de les emocions i la comunicació en llibertat des d'una perspectiva de gènere i intercultural.

Ho farem a través de la reflexió sobre les desigualtats de gènere i el treball de les relacions de parella, l'amor romàntic i les diverses manifestacions de la violència masclista, amb la finalitat de prevenir-les.

Activitat organitzada pel PIAD de Sarrià – Sant Gervasi, en col·laboració amb el Centre Cívic Vil·la Urània.

Inscripció prèvia a <https://vil-laurania.inscripcionscc.com/>

Gràcia

- **Del 15 al 30 de novembre:** *Exposició "Dones supervivents"* a l'Espai Jove La Fontana.

Aquesta exposició és el resultat de la participació de 12 dones supervivents de violències masclistes que ofereixen fotografies simbòliques de la seva fortalesa i resiliència, acompanyades d'un escrit personal en què manifesten eines i relats de recuperació i superació.

Activitat organitzada pel PIAD de Gràcia, en col·laboració amb l'Espai Jove La Fontana. Exposició cedida per l'ICD.

No cal inscripció prèvia!

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Tel. 900 922 357 (telèfon gratuït)
barcelona.cat/dones

Ajuntament de
Barcelona



- **27 de novembre:** *Tastet d'autocura per dones que volen millorar les seves relacions.* De 10:30h a 12:30h. Al Casal de Barri Can Carol.

Espai per afavorir el treball de les emocions i la comunicació en llibertat des d'una perspectiva de gènere i intercultural.

Ho farem a través de la reflexió sobre les desigualtats de gènere i el treball de les relacions de parella, l'amor romàntic i les diverses manifestacions de la violència masclista, amb la finalitat de prevenir-les.

Activitat organitzada pel PIAD de Gràcia, en col·laboració amb el Casal de Barri Can Carol.

Inscripció prèvia al info@cancarolvallcarca.cat o a 93 706 64 46

Horta – Guinardó

- **23 de novembre:** *Xerrada "Què fer i com actuar davant d'una situació de violència masclista?"* de 12h a 13:30h. Al Centre Cívic La Teixonera.

Durant el confinament la violència masclista a les llars es va agreujar i encara continua. En aquesta xerrada parlarem de recursos per a la comunitat i donarem eines per procedir quan detectem algun cas al nostre entorn.

Com hem d'actuar si algú del nostre entorn està vivint una situació de violència masclista? Com podem donar suport a la dona? Quines precaucions hem de prendre? Abordarem la temàtica des del punt de vista pràctic actual.

Activitat organitzada pel PIAD d'Horta - Guinardó, en col·laboració amb el Centre Cívic La Teixonera.

Inscripció prèvia al 932 56 33 88 o a <https://teixonera.inscripcionscc.com/>

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Tel. 900 922 357 (telèfon gratuït)
barcelona.cat/dones

- **26 de novembre:** *Xerrada "Què fer i com actuar davant d'una situació de violència masclista?"* de 17h a 18:30h. Al Casal de Gent Gran Baix Guinardó.

Durant el confinament la violència masclista a les llars es va agreujar i encara continua. En aquesta xerrada parlarem de recursos per a la comunitat i donarem eines per procedir quan detectem algun cas al nostre entorn.

Com hem d'actuar si algú del nostre entorn està vivint una situació de violència masclista? Com podem donar suport a la dona? Quines precaucions hem de prendre? Abordarem la temàtica des del punt de vista pràctic actual.

Activitat organitzada pel PIAD d'Horta - Guinardó, en col·laboració amb Casal de Gent Gran Baix Guinardó.

Inscripció prèvia al 93 450 27 47 o infobaixguinardo@gmail.com

Nou Barris

- **Del 2 al 26 de novembre:** *Exposició "Lliures i sense por"* a la Biblioteca Nou Barris.

L'exposició pretén reivindicar el dret a la llibertat sexual i seguretat de les dones en l'àmbit públic i privat. Lliures i Sense Por és una exposició pensada com a recurs formatiu per reflexionar sobre què són les violències sexuals, com identificar-les, quines són les causes, i què es pot fer davant situacions de violència.

Activitat organitzada pel PIAD de Nou Barris, en col·laboració amb la Biblioteca Nou Barris. Exposició cedida per l'ICD.

No cal inscripció prèvia!

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Tel. 900 922 357 (telèfon gratuït)
barcelona.cat/dones

Ajuntament de
Barcelona



- **11 de novembre:** *Xerrada "Delictes contra la llibertat sexual"* de 19h a 20:30h. A la Biblioteca de Nou Barris.

Què són els delictes contra la llibertat sexual? Quins són els previstos segons el Codi Penal? Quin procediment hem de seguir davant d'una agressió sexual? Tots els delictes contra la llibertat sexual tenen consideració de violència masclista? Totes aquestes i altres qüestions posarem sobre la taula en una trobada amb torn obert a preguntes.

Activitat organitzada pel PIAD de Nou Barris, en col·laboració amb la Biblioteca Nou Barris.

Inscripció prèvia a 93291.48.50 o b.barcelona.nb@diba.cat

Sant Andreu

- **4 de novembre:** *Xerrada " Dones i drets d'estrangeria"*
De 18h a 19:30h. A l'Ateneu L'Harmonia.

Què he de fer per regularitzar la meva situació administrativa? Què puc fer perquè la meva família vingui a viure a l'Estat Espanyol? Com em puc defensar davant d'un procediment d'expulsió? Com puc obtenir el divorci si sóc una dona estrangera casada fora del territori espanyol? Parlarem d'aquestes i altres qüestions en aquest espai amb torn obert de preguntes.

Activitat organitzada pel PIAD de Sant Andreu, en col·laboració amb l'Ateneu l'Harmonia.

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Tel. 900 922 357 (telèfon gratuït)
barcelona.cat/dones

Ajuntament de
Barcelona



- **8 de novembre:** *Tastet d'autoestima per dones.*
De 16h a 18h. Al Casal Gent Gran Navas.

Taller participatiu dirigit a dones que desitgen millorar la seva autoestima i aconseguir així un major apoderament, a través de dinàmiques i exercicis que contribueixen a la reflexió personal i a l'autoconeixement.

Activitat organitzada pel PIAD de Sant Andreu, en col·laboració amb el Casal Gent Gran Navas.

Inscripció prèvia al 934331344

- **22 de novembre:** *Xerrada "Com prevenir les relacions de violència masclista?".* De 16h a 18h. A l'Espai 30 – Ateneu Santgreguenc.

Xerrada enfocada a afavorir el treball de les emocions i la comunicació en llibertat des d'una perspectiva de gènere i intercultural.

Ho farem a través de la reflexió sobre les desigualtats de gènere i el treball de les relacions de parella, l'amor romàntic i les diverses manifestacions de la violència masclista, amb la finalitat de prevenir-les.

Activitat organitzada pel PIAD de Sant Andreu, en col·laboració amb el grup de dones La Sagrera en Femení.

No cal inscripció prèvia!

- **22 de novembre:** *Xerrada " Ciberassetjament masclista"*
De 19h a 20:30h. Al Casal de Barri Can Portabella.

Espai de reflexió i contrast per prendre consciència dels diferents mecanismes de control cap a les dones dins del món digital. També coneixerem les respostes

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Tel. 900 922 357 (telèfon gratuït)
barcelona.cat/dones

Ajuntament de
Barcelona



penals contra els discursos d'odi, així com la revelació de secrets a través de les xarxes.

Activitat organitzada pel PIAD de Sant Andreu, en col·laboració amb el Casal de barri Can Portabella.

Inscripció prèvia a 935970194 o a informacio@canportabella.cat

- **23 de novembre:** *Tastet d'autocura per dones que volen millorar les seves relacions.* De 18h a 20h. Al Casal de Gent Gran La Palmera.

Espai enfocat a afavorir el treball de les emocions i la comunicació en llibertat des d'una perspectiva de gènere i intercultural.

Ho farem a través de la reflexió sobre les desigualtats de gènere i el treball de les relacions de parella, l'amor romàntic i les diverses manifestacions de la violència masclista, amb la finalitat de prevenir-les.

Activitat organitzada pel PIAD de Sant Andreu, en col·laboració amb el Casal de Gent Gran La Palmera.

Inscripció prèvia a cggpalmera@bcn.cat

- **25 de novembre:** *Xerrada " Què fer si em sento discriminada per ser dona?"*

De 18:30h a 20h. Al Centre Cívic Sant Andreu.

Espai de reflexió i contrast per prendre consciència de les diferents situacions quotidianes de discriminació i micromasclismes que vivim pel fet de ser dones. Es donaran estratègies per poder identificar-les i recursos per fer-hi front, així com eines per saber com actuar.

Activitat organitzada pel PIAD de Sant Andreu, en col·laboració amb el Centre Cívic Sant Andreu.

Inscripció prèvia a:

<https://ajuntament.barcelona.cat/ccivics/santandreu/l/21/3433/conferencis-i-xerrades>

Sant Martí

- **11 de novembre:** *Xerrada "La bretxa salarial. Les diferències salarials de gènere i l'anomenat sostre de vidre"* De 19:00h a 20:30h. Al Casal de Barri Vila Olímpica.

Espai de reflexió i contrast per entendre conceptes bàsics com: què és la categoria professional? I el salari base o els complements salarials? Així mateix, s'abordarà l'anomenada Bretxa Salarial: Què és i a què es deu? Quines són les estratègies de detecció i els circuits de reclamació salarial?

Activitat organitzada pel PIAD de Sant Martí, en col·laboració amb el Casal de Barri Vila Olímpica.

Inscripció prèvia a cb@aavv-vilaolimpica.com o al 93 221 95 22

- **17 de novembre:** *Xerrada " Què fer si em sento discriminada per ser dona?"* De 19:00h a 20:30h. Al Centre Cívic Parc Sandaru.

Espai de reflexió i contrast per prendre consciència de les diferents situacions quotidianes de discriminació i micromasclismes que vivim pel fet de ser dones. Es donaran estratègies per poder identificar-les i recursos per fer-hi front, així com eines per saber com actuar.

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Tel. 900 922 357 (telèfon gratuït)
barcelona.cat/dones



PIAD

PUNTS D'INFORMACIÓ I ATENCIÓ A LES DONES

Activitat organitzada pel PIAD de Sant Martí, en col·laboració amb el GAM Entre Dones i el Centre Cívic Parc Sandaru.

Inscripció prèvia a <https://sandaru.inscripcionscc.com/>

- **26 de novembre:** *Tastet d'autocura per dones que volen millorar les seves relacions.* De 10h a 12hh. Al Casal de Barri Besòs.

Espai per afavorir el treball de les emocions i la comunicació en llibertat des d'una perspectiva de gènere i intercultural.

Ho farem a través de la reflexió sobre les desigualtats de gènere i el treball de les relacions de parella, l'amor romàntic i les diverses manifestacions de la violència masclista, amb la finalitat de prevenir-les.

Activitat organitzada pel PIAD de Sant Martí, en col·laboració amb el Casal de Barri Besòs i el Pla Comunitari Besòs – Maresme.

Inscripció prèvia a casalbarribesos@enxarxa.org o al 93 3137754

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Tel. 900 922 357 (telèfon gratuït)
barcelona.cat/dones

Ajuntament de
Barcelona

