

2022



MEMORIA



AFAMMER
COMUNIDAD DE MADRID

ÍNDICE

AFAMMER COMUNIDAD DE MADRID

QUIÉNES SOMOS

FINES Y OBJETIVOS

PROMOCIÓN DE LA IGUALDAD

MUJERES RURALES: TU FARMACIA, TU REFUGIO, NO A LA VIOLENCIA

CONTROLA TU ESTRÉS DIARIO

COMUNICACIÓN ASERTIVA EN FAMILIA

PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA

VIVIR SIN VIOLENCIA

QVE: QUIERO QUE MI VOZ TAMBIÉN SE ESCUCHE

FORMACIÓN

PREPARADAS

ENCUENTROS

INVOLÚCRATE CON EUROPA

TAMBIÉN ESTUVIMOS PRESENTES



QUIÉNES SOMOS

La Asociación de Familias y Mujeres del Medio Rural de la Comunidad de Madrid (AFAMMER Comunidad de Madrid), se constituyó en el año 2016 como una organización sin ánimo de lucro. Pertenecer a la Confederación de Federaciones y Asociaciones de Familias y Mujeres del Medio Rural (AFAMMER), que es una organización pionera en España, que ha celebrado su 40 aniversario, ya que nació en 1982 como la primera organización de mujeres y familias rurales que se creó en España.

Desde nuestra creación, hemos trabajado para mejorar y defender, desde el punto de vista económico, social y cultural, las condiciones de vida de las mujeres rurales y sus familias. Al mismo tiempo reivindicamos el protagonismo de la mujer en el desarrollo del mundo rural, propiciando su formación y facilitando su incorporación al difícil mercado laboral a través de varias iniciativas.

Creemos en la mujer rural, en nuestros pueblos, en sus historias, sus patrimonios históricos culturales y en sus aportaciones a la sociedad.

FINES Y OBJETIVOS

Pretendemos suscitar una mayor comprensión y solidaridad hacia la sociedad rural por parte de las Administraciones Públicas, entidades privadas y el conjunto de la sociedad, con el objetivo de facilitar a las mujeres rurales la creación de redes que les permitan promover y participar activamente en las políticas de desarrollo rural.

Nuestro fines persiguen la defensa de los derechos y la igualdad de oportunidades de la mujer rural. Estos coinciden con los de los planes para la Igualdad de Oportunidades entre Mujeres y Hombres, los de distintas áreas de la Plataforma de Beijing 95 en la que AFAMMER estuvo acreditada y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.



Trabajamos con la mujer rural, que por el medio en el que vive, tiene menos oportunidades que las mujeres urbanas, para tratar de conseguir una igualdad real en distintas parcelas de su vida como son formación, salud, economía, empleo, poder y toma de decisiones, violencia, educación, cultura, medios de comunicación o medio ambiente.

La formación es uno de los puntos básicos para el desarrollo sostenible del medio rural. Miles de mujeres se forman anualmente gracias a los programas que desarrollamos, permitiéndoles poner en marcha proyectos a los que antes nunca hubieran pensado optar.

Nuestros objetivos clave son:

- Defensa de los derechos y la igualdad de oportunidades de la mujer rural y sus familias en materia de formación, salud, economía, empleo, poder y toma de decisiones violencia, educación, medios de comunicación y medio ambiente.
- Realizar convenios con entidades públicas y privadas y conseguir la implicación y participación de las administraciones en las problemáticas de las zonas rurales.



PROMOCIÓN DE LA IGUALDAD

MUJERES RURALES: TU FARMACIA, TU REFUGIO, NO A LA VIOLENCIA

Esta jornada se enmarca en el convenio que en el año 2020 AFAMMER Nacional firmó con el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Madrid (COFM) para dar apoyo y protección a las mujeres rurales que sufren la violencia, en el medio rural, y a la que asistieron más de 1000 mujeres.

En ella, pretendemos sensibilizar a las mujeres del medio rural de la Comunidad de Madrid sobre las circunstancias de su entorno que las hacen más proclives a sufrir este tipo de violencia y, al resto de la sociedad, de la especial importancia que toma proteger a estas mujeres en función de las particularidades del mismo.

Informar a la sociedad y en particular a las mujeres, de los recursos y mecanismos de protección existentes en la Comunidad de Madrid para las mujeres víctimas de violencia de género.

Dar a conocer cómo se trabaja desde distintos ámbitos de la sociedad por las mujeres víctimas de violencia.

Poner en valor que su fortaleza y su autoestima son las mejores herramientas de las mujeres para evitar cualquier tipo de sometimiento y de violencia contra ellas.



COMUNICACIÓN ASERTIVA EN FAMILIA

Este taller se realizó en Colmenar de Oreja y en Cenicientos. Se componía de una ponencia impartida por Rubén Vallecillos, técnico de igualdad, fundamentada en el análisis de una comunicación saludable dentro del entorno familiar, descrita ésta como la capacidad de expresarse libre y honestamente en el hogar.

El objetivo principal de este taller es el fomento de la igualdad, confiriendo diferentes herramientas a los distintos componentes de una familia para lograr así su independencia personal, y la capacidad de compartir y comunicar sus necesidades con los demás.

CONTROLA TU ESTRÉS DIARIO

El taller estuvo constituido por una sesión de relajación muscular progresiva basada en el método de Jacobson, consistente de ejercicios físicos de contracción y relajación, ayudando a reducir la tensión muscular y otros dolores resultantes del estrés.

El taller se realizó en Estremera y en Colmenar del Arroyo, y estuvo impartido por una psicóloga especializada en esta técnica.

El objetivo de esta sesión es enseñar métodos de reconocimiento de la tensión y maneras de tratarla, así como conseguir un estado de relajación tanto muscular como mental.





PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA

VIVIR SIN VIOLENCIA

El taller formativo, celebrado en la localidad madrileña de Valdeolmos-Alalpardo, se coordinó desde AFAMMER-Comunidad de Madrid, buscando representatividad con ponentes especializados en violencia de género y en sus efectos psicológicos, con el fin de identificar sus signos dentro de las relaciones afectivas y adquirir conocimientos sobre cómo actuar, en la relación y a nivel legal.

El objetivo de la jornada es aprender a detectar los casos de violencia de género, así como aprender a prevenirlos mediante el refuerzo de la autoestima y a gestionarlos a través de técnicas de relajación.

El taller se desarrolló en tres ponencias, la primera a cargo de el Equipo Mujer Menor, de la Comandancia de Madrid de la Guardia Civil, enfocada a informar sobre los tipos de violencia que pueden existir dentro de una relación. Las dos ponencias siguientes, dirigidas por dos psicólogas, trataron sobre las bases para establecer una relación saludable, acompañada de la sesión de relajación muscular previamente mencionada.

QVE: QUIERO QUE MI VOZ TAMBIÉN SE ESCUCHE

Esta jornada de prevención de la violencia contra la mujer se celebró en pueblos distintos de la Comunidad de Madrid, Villamanrique de Tajo, Canencia, Fresno de Torote, Colmenar de Arroyo y Cenicientos. También se impartió a los técnicos de los Servicios Sociales de la Mancomunidad Sierra Norte, la Misecam y la Mancomunidad de los Pinares.

El taller estuvo compuesto de una ponencia enfocada a detectar la violencia dentro una relación, un corto-documental realizado por AFAMMER nacional; y finalmente, una charla participativa, dirigida por una psicóloga, centrada en poner a las mujeres en valor, como personas.

El objetivo principal de la jornada es poner el foco en la autoestima de la mujer como medio principal de prevención de que sea víctima de la violencia dentro de una relación.

Aun así, el eje vertebrador del programa es la App que se presenta en la jornada, destinada a una herramienta para ayudar a las mujeres rurales, que en muchos casos se pueden encontrar aisladas en su entorno, a distinguir si están siendo víctimas de la violencia de género.



Financiado por los fondos europeos NextGeneration de la Comunidad de Madrid, Preparadas es una serie de cursos dirigidos a mujeres en edad laboral, para la enseñanza del desarrollo digital, mayoritariamente del entorno rural.

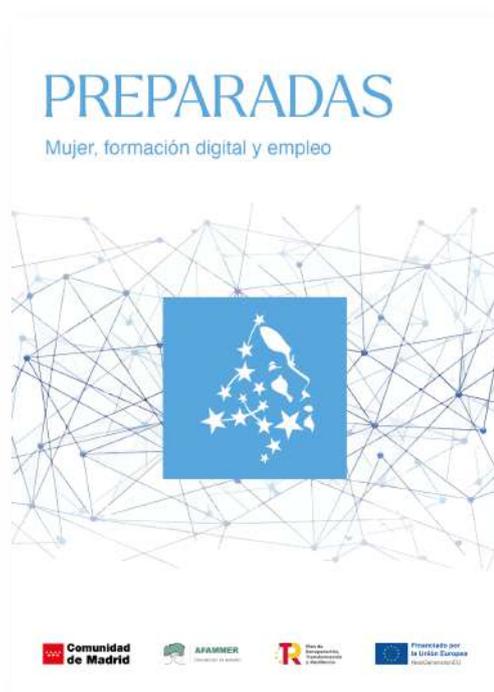
Los cursos, de 40 horas teórico-prácticas, abarcan temas desde Competencias Digitales básicas y el uso de Google Drive, hasta el diseño de páginas web, pasando por el e-commerce, y finalizando cada curso con módulo de emprendimiento.

Desde el mes de julio, AFAMMER-Comunidad de Madrid ha impartido más de ochenta cursos a lo largo de 21 municipios distintos de la Comunidad de Madrid, a casi 1000 alumnas, con 10 acciones formativas.

El objetivo del proyecto Preparadas es digitalizar el mundo rural y capacitar a las mujeres con habilidades y conocimientos que les permitan ser independientes, e incluso convertirse en emprendedoras de sus propios negocios.

FORMACIÓN

PREPARADAS





ENCUENTROS

INVOLÚCRATE CON EUROPA

Organizados por la Fundación del Valle, el objetivo de este proyecto es la promoción de la juventud rural a través de encuentros con los jóvenes y las autoridades locales.

Se realizaron talleres participativos, en los que los jóvenes compartieron propuestas para mejorar sus pueblos, con encuestas, concursos y presentaciones, con el objetivo de que sus iniciativas tuvieran visibilidad y se sintieran involucrados y responsables con sus pueblos.

TAMBIÉN ESTUVIMOS PRESENTES

CONFERENCIA INTERNACIONAL EL EMPODERAMIENTO DE LA MUJER RURAL





III CONGRESO INTERNACIONAL DE AFAMMER



AFAMMER

COMUNIDAD DE MADRID

Calle Ríos Rosas 47, Oficinas 2, bajo 2B
Madrid, 28003
tel. 672 68 54 69
www.afammermadrid.es
afammermadrid@afammer.es