

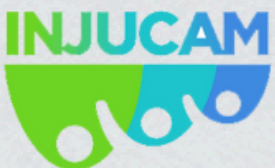
BARRIO MÁS JOVEN

BOLETÍN



**NOVIEMBRE
2024**

Proyecto desarrollado por:



El barrio
más joven

Proyecto subvencionado por:



MADRID

CAMPAÑA DE SALUD MENTAL

El pasado 10 de Octubre fue el Día Mundial de la Salud Mental, y por ello preparamos una campaña de sensibilización junto al proyecto “La salud mental de lxs jóvenes importa”, en la que preguntamos a algunas de las personas jóvenes que participan en BMJ acerca de qué piensan sobre la salud mental y qué valoran como positivo y negativo para la suya propia.

Tener una buena salud mental no significa estar bien todo el rato, sobre todo porque hay muchos factores que no dependen de nosotras mismas.

Tener una buena salud mental significa sentirse cuidada, acompañada y tener recursos suficientes para poder afrontar las cosas que nos van ocurriendo.

Tal como comentan nuestrxs jóvenes, hay factores que dependen de nosotras mismas como nuestras habilidades de comunicación y resolución. También otros en los que tenemos una influencia limitada, como pueden ser los diferentes ejes de opresión que sufren muchas de ellas (nivel socioeconómico, el machismo, el racismo la lgtbifobia, etc).

Desde INJUCAM tratamos de trabajar para generar espacios de reflexión y de pensamiento crítico que ayuden a generar diferentes estrategias y herramientas para los jóvenes.

Puedes ver el vídeo [aquí](#).



VISITAMOS LA EXPO DE MEMORIA COLONIAL DEL MUSEO THYSSEN

Grupos de jóvenes de BMJ Barrio del Pilar y Valdeperales, de BMJ Prosperidad y Jaire y de BMJ Amposta, han tenido la oportunidad de conocer la exposición temporal "Memoria colonial en las colecciones del Thyssen-Bornemisza", mediante visitas guiadas Alberto Gamoneda, de EducaThyssen.

Para completar los conocimientos y estimular el espíritu crítica acerca de lo que les inspiró la exposición, desde este área ofrecieron a las y los jóvenes realizar, una semana después, un taller en el que pudieran plasmar lo que les inspiró la exposición haciendo poemas de tijeras a través de artículos relacionados con las mujeres, las clases sociales, el racismo y revistas antiguas.



EXITAZO EN EL MUSICHOOD FESTIVAL

El pasado 5 de octubre celebramos en San Cristóbal de los Ángeles la 1ª edición del Musichood Festival, un evento concebido para impulsar a los y las artistas musicales emergentes del distrito. Hubo mucho rap y música urbana, pero también pop, música acústica y algo de k-pop... vamos, todo un despliegue de talento de la juventud.

El festival, que se llevó a cabo en el edificio Cinesia, lugar de referencia en San Cristóbal para actividades juveniles y de iniciativas vecinales en general, fue organizado por el grupo del BMJ de San Cristóbal llamado Street Events (@street_events_mdr), quienes contaron con la colaboración de Ariel le Bronte (@lebrontesauri) como speaker, que aportó al evento un toque fresco y de mucho amor por la música y el barrio. También tuvimos la gran colaboración de Raúl Escamilla (@pachugraphy) que hizo unas fotos alucinantes de los y las artistas.



VISITA A LAS ENTRAÑAS DEL CIRCO PRICE

El 9 de octubre, un grupo de BMJ Prosperidad tuvo la oportunidad de asistir a una función especial en el Circo Pricee organizada por la asociación Madpacc, que nos invitó a conocer el proceso creativo detrás de un espectáculo de circo protagonizado por jóvenes.

La experiencia fue enriquecedora, ya que pudimos conocer de cerca cómo se desarrollan las ideas, las técnicas y las coreografías que dan vida a un show circense. Además, fue una excelente ocasión para disfrutar del talento y la energía de lxs jóvenes artistas, quienes nos mostraron su dedicación y pasión por el circo. Agradecemos a la Asociación Madpacc por esta maravillosa invitación y por brindar a la juventud la oportunidad de expresarse a través de las artes.



HABEMUS HUERTO URBANO EN ASCAO

El Grupo de Ocio Autogestionado de BMJ Ascao propuso crear un huerto en un espacio del local de la asociación Barró, para lo cual recibieron un taller práctico de iniciación, diseño y mantenimiento de huertos urbanos, en el que aprendieron técnicas que luego aplicaron en su propio huerto, como trasplantar los esquejes de verduras y hortalizas de temporada.

Además han realizado una calendarización de riego y cuidado del huerto y se ha planteado una actividad sobre alimentación saludable con la recolecta que se hará cuando el huerto dé sus frutos.

**Larga vida al
Huerto de Ascao.**



NUEVO CLUB DE LECTURA EN LOS CÁRMENES

BMJ Los Cármenes nos trae una nueva iniciativa. Se trata de un Club de Lectura para jóvenes del barrio, con merendola incluida.

Se llevará a cabo un miércoles al mes, comenzando el 4 de diciembre en la calle Gallur, nº 251 a las 18:30 horas.

Las lecturas serán consensuadas entre todxs los participantes y no será necesario preocuparse por el material, ya que nos haremos cargo desde Barrio más Joven.



Si eres aficionadx a la lectura y te gustaría conocer gente nueva y pasar una tarde agradable, te esperamos con muchas ganas.

Para apuntarte solo tienes que mandar un mensaje directo a Vic mediante

Instagram

(@bmj.loscarmenes) o enviarle un whatsapp al 622 31 90 76.

Iniciativas similares se están llevando a cabo también en BMJ Barrio del Pilar y BMJ San Cristóbal.

Sin duda la lectura no es cosa del pasado y se demuestra que la gente joven es mucho más que redes sociales y plataformas de streaming.

A poster for the 'Club de Lectura'. At the top, there are several books with titles like 'LIVENOTE', 'NEXT DOOR', and 'NICE ICE'. Below the books, the text 'Club de Lectura' is written in large, bold, orange letters. Underneath that, in smaller blue text, it says 'Miércoles 4 de Diciembre 18:00h' and 'Calle Gallur, 251'. At the bottom left, there are more books, including one titled 'SCIENCE STUFF'. At the bottom, there are two logos: 'Proyecto desarrollado por: INJUCAM El barrio más joven' and 'Proyecto subvencionado por: MADRID'.

EL PODCAST COMO PODEROSA HERRAMIENTA DE EXPRESIÓN

Desde BMJ Amposta y junto a EspacioPAD Joven San Blas, hemos puesto en marcha un nuevo podcast llevado por chicos y chicas con intereses en común.

Durante el mes de octubre hemos tenido la primera sesión, a la que acudieron jóvenes con ganas de poder contar con un altavoz para que sus voces y opiniones se escuchen mas allá de sus círculos.

En esta primera sesión, planificaron lo que querían que ocurriera en estos programas, decidiendo que querían hablar y debatir de temas de interés para ellas y ellos como el cine, la música, las diferentes culturas, etc.

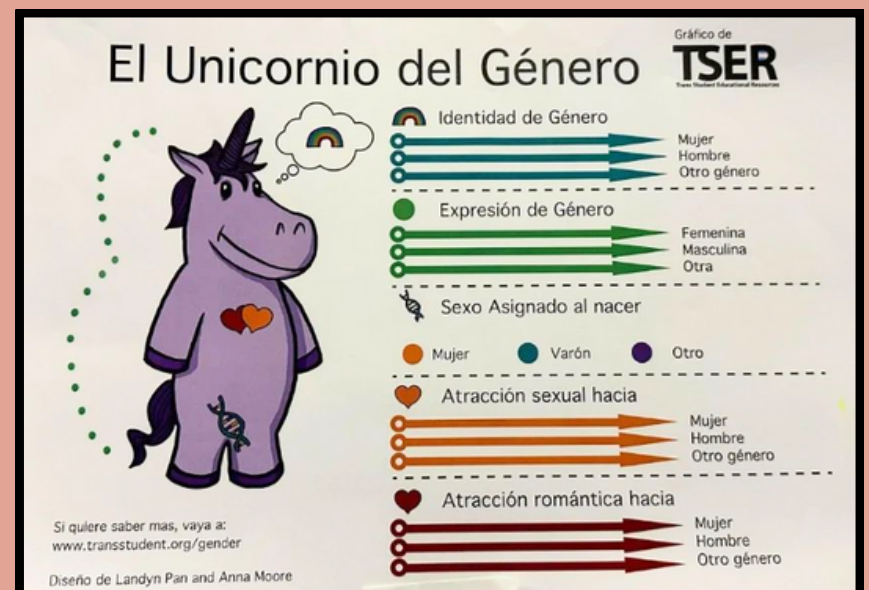
Esta actividad se hará cada quince días y está abierto a que participen todas aquellas personas que estén interesadas.



TARDE DE SENSIBILIZACIÓN

El 24 de octubre, jóvenes participantes de BMJ Vallecas, junto a otras y otros de la Asociación Cultural La Kalle, participaron en un taller de sensibilización y prevención de discursos de odio hacia la comunidad LGBTQ+, impartido por las compañeras de la asociación Altekio, en el Espacio Joven 14-30.

Pudimos disfrutar de dinámicas divertidas, aclarando conceptos y reflexionando acerca de la realidad de cada persona y cómo los discursos de odio afectan a dichas realidades. Se resolvieron dudas, que siempre se generan con estos temas, y sobretodo se generó un espacio seguro donde poder expresarse con total libertad.



¡CREA UN ESPACIO MÁS SEGURO!

Estaremos compartiendo un espacio que creamos juntos, y que cada uno de nosotros puede afectar. Te invitamos a cuidarlo y a crear un Espacio Seguro para todos en el grupo. El término "ESPACIOS SEGUROS" se utiliza para reconocer el esfuerzo continuo por crear entornos que sean más inclusivos y respetuosos, entendiendo que lograr la seguridad absoluta para todas las personas puede ser un desafío y poco realista.

ESTE ESPACIO ES:

- Un espacio de aprendizaje. Un espacio sin prejuicios (Sigamos revisando esto internamente, ya que es difícil de controlar).
- Un espacio para compartir, ¡PERO cuánto quieras compartir depende de ti!
- Un lugar de respeto mutuo por los demás y por nuestras diversas historias y experiencias.
- Un espacio para revisar lo que ya sabemos y desafiar nuestras creencias.
- Una invitación a ser abierto, experimental y lúdico cuando corresponda.

PARA ESTE VIAJE, ES CRUCIAL ESTABLECER UN ESPACIO MÁS SEGURO.

Para facilitar el intercambio de sentimientos y experiencias personales de una manera confiada, considere las siguientes pautas:

- ✓ Promover la **ESCUCHA ACTIVA**.
- ✓ Practica la **EMPATÍA** (ponte en el lugar de otra persona).
- ✓ Bienvenida la **DIVERSIDAD** de voces y experiencias.
- ✓ Promueve el **AUTOCUIDADO**: animate a ti mismo y a los demás a escuchar sus límites, prestar atención y cuidarse unos a otros.
- ✓ ¡RESPECTA LOS LÍMITES! Estamos trabajando con contenido sensible y las personas pueden reaccionar de manera diferente (por ejemplo, agresividad/risa nerviosa). Cuando alguien parezca incómodo, déle un poco de espacio, reduzca la velocidad y evite empujar.
- ✓ RESPETA el **SILENCIO** cuando alguien decide no participar.
- ✓ **TENGA CUIDADO** de evitar reforzar los estereotipos al no hacer suposiciones basadas en la apariencia, los antecedentes o la identidad de alguien.
- ✓ Evite el **LENGUAJE** que pueda ser ofensivo.
- ✓ **¡NO TE AVERGÜENCES!** No pasa nada si no lo sabes todo o si es la primera vez que abordas ciertos temas.
- ✓ Todos podemos cometer errores... **ADMITE tu ERROR y DISPÚLDATE**. Está abierto a recibir comentarios y correcciones.

Logos: movetia, Co-funded by the European Union, Gender & Social Transformation Equality, GA+TE

Desde BMJ Vallecas queremos dar las gracias a la asociación Altekio y a nuestra asociación se acogida, por ofrecer otras alternativas de aprendizajes.

UNA OBRA LITERARIA INSPIRA EL PASAJE DEL TERROR EN B. DEL PILAR

BMJ Barrio del Pilar ha despedido el mes de octubre realizando un pasaje del terror en el centro de día de su asociación de acogida.

Aunque esta terrorífica iniciativa es ya una tradición en Valdeperales, este año es la primera vez que colaboramos desde Barrio más Joven, junto al grupo de Premonis y las personas voluntarias de la asociación.

Este año la iniciativa, que está dirigida a todo el barrio, desde los más peques hasta los más mayores, ha tenido como nombre "La casa embrujada", basándose en la historia que cuenta la novela de realismo mágico "La casa de los espíritus" de Isabel Allende, pero dándole un toque aterrador y de scape room.

Adivinen ustedes... no todas consiguieron salir a tiempo... 🧛 🧛 🧛



¿Dónde estamos?

Barrio Más Joven



**Barrio del Pilar
(Fuencarral-El Pardo)**
Asociación
Valdeperales
C/ Isla de Arosa, 8,
tlf: 637 85 85 34

Ascao (Ciudad Lineal)
Asociación Barró.
C/Pedro Antonio Alarcón, 35
tlf: 622 21 78 37

Barró

ASOCIACIÓN
JAIRE



**Prosperidad
(Chamartín)**
Asociación Jaire
C/ Canillas, 64
tlf: 637 85 85 42



Amposta (San Blas)
Aso Aventura 2000.
Calle Carpintería, 12
tlf: 622 30 84 27

Los Carmenes (Latina)
Asociación MASI
C/Vía Carpetana 180
tlf: 622 31 90 76



**Palomeras
(Vallecas)**
Asociación La Kalle
C/Travesía Felipe de
Diego 19 posterior
tlf: 637 85 85 25



MADRID



Puerta Bonita (Carabanchel)
Fundación Amigó
C/Eugenia de Montijo, 53
tlf: 696 09 84 82

ecys
educación
cultura y
solidaridad

San Cristobal (Villaverde)
Asociación ECyS
C/Paterna, 57,
tlf: 637 85 85 35

**Coordinación.
Federación INJUCAM**
C/Carpintería, 12
tlf: 622 217 564

Desarrolla:



Proyecto subvencionado por:



MADRID