



ELLAS CREAN

Divulgando en femenino.

SI HACEMOS RECUENTO DE LA CANTIDAD DE HORAS QUE INVERTIMOS EN REDES SOCIALES CADA DÍA, PROBABLEMENTE SEAN MÁS DE LAS QUE DEBERÍAN. AUNQUE MIRAR FOTOS DE GATITOS Y MEMES ESTÁ BIEN, ESTE 8M, DESDE LA UNIDAD DE IGUALDAD DE LA UNIVERSIDAD DE CÁDIZ, OS PROPONEMOS ESTAS 6 CUENTAS QUE HARÁN QUE TU TIEMPO EN INSTAGRAM SEA MÁS INTERESANTE Y QUE APRENDAS ALGUNA QUE OTRA COSA SOBRE EL FEMINISMO.





@desireebelal

Autora de múltiples libros sobre el feminismo y el racismo, Desirée Bela abrirá tu perspectiva sobre el feminismo y otras realidades. Aprendiendo desde el activismo, la diversidad y el respeto

ELLAS CREAN

Divulgando en femenino.



Feminismo combinado con arte y humor para desmontar el patriarcado y aprender juntas. A través de sus fotos y reflexiones, sentirás que no estás sola y que eso también te ha pasado a ti.



@Femme.Sapiens

Conoce tu cuerpo
y tu mente con la
ayuda de esta
psicoterapeuta
feminista. Con
sus posts,
entenderás mejor
tu relación con el
mundo, la comida
y tus estados de
ánimo.

 @ps.mariajesusgodoy



El autoencamamiento (E) Ayuda a reducir el estrés y a mejorar la salud mental. También tiene efectos en la alimentación. Una de las razones de por qué es importante entender la alimentación con un enfoque de género.



Amate, Amate, Amate. Cree que a muchas nos falta sentido a los movimientos. Con esta acción de la serie de películas, que promueven la "identidad física" en forma de "amor propio". Algunas acciones que podemos tomar para defender:

ELLAS CREAN

Divulgando en femenino.



¡Enteraté de tó!
AGENDA ACTIVIDADES PRE-8M 2022
COMUNIDAD DE MUJERES DE CÁDIZ



@Cadiz_feminista

Si quieres mantenerte al día de todas las actividades y noticias relacionadas con el feminismo de la provincia de Cádiz, no puedes perderte los contenidos de esta cuenta.



Nueva agresión transfóbica en la provincia de Cádiz en San Roque hace unos días



Probablemente
 habrás oído
 hablar de ella o de
 sus libros, pero, si
 no, ya es hora de
 que te pases por
 su Instagram y
 descubras sus
 propuestas e
 ideas sobre el
 feminismo.

 @croquetamente_

Activismo feminista
 contra la gordofobia
 que eliminará tu
 imaginario sobre
 los cánones de belleza.
 A través del humor y la
 divulgación, Mara nos
 enseña la lucha de las
 mujeres con cuerpos
 no normativos.

ELLAS CREAN

Divulgando en femenino.



 @bebi_fernandez





ELLAS CREAN



Por una literatura para todas

TODAS HEMOS DISFRUTADO ALGUNA VEZ CON ALGUNA NOVELA MALA DE AMOR ROMÁNTICO TIPO CHICOBUSCACHICAENAPUROS, PERO QUIZÁS SEA EL MOMENTO DE SALIR DE AHÍ E INVESTIGAR QUÉ MÁS TIENE EL MUNDO LITERARIO PARA OFRECERNOS. ESTE 8M, DESDE LA UNIDAD DE IGUALDAD DE LA UNIVERSIDAD DE CÁDIZ, TE TRAEMOS 10 LIBROS LLENOS DE FEMINISMO, INCLUSIÓN Y REALIDADES DIVERSAS. TE GARANTIZAMOS QUE TE HARÁN VIBRAR Y TE RECONCILIARÁN UN POQUITO MÁS CON EL MUNDO.

**WOMEN
FOR
WOMEN**

uca.
IGUALDAD E
INCLUSIÓN



ELLAS CREAN

Por una literatura para todas



NURIA VARELA

FEMINISMO PARA PRINCIPIANTES

EDICIÓN ACTUALIZADA



✧ FEMINISMO PARA PRINCIPIANTES - NURIA VALERA ✧

Nuria Varela repasa tres siglos de hacer y deshacer el mundo, de alumbrar teorías, propuestas y liderazgos fascinantes, y narra la aventura de una agitación social que ningún otro movimiento ha conseguido mantener durante tanto tiempo.

TODOS DEBERÍAMOS SER FEMINISTAS -
CHIMAMANDA NGOZI ADICHIE

Una de las Tedx Talks más escuchadas y divulgadas de la Historia. Un discurso feminista arrebatadoramente inspirador. Atrévete a mirar la vida con las gafas del feminismo.

CHIMAMANDA
NGOZI ADICHIE

Todos deberíamos
ser feministas

LITERATURA RANDOM HOUSE

ELLAS CREAN

Por una literatura para todas

MÁS ALLÁ DEL HORIZONTE - AMMA DARKO

La historia de Mara, una mujer ficticia tan real como tú y como yo. Mara llega a Europa engañada 'por su marido en busca de un "paraíso". Pero que a medida que se va revelando la verdad sobre Akobi, su marido, y su nueva vida se da cuenta de que está atrapada. Además las expectativas de su familia la obligan a permanecer allí.

LOS CIENT AÑOS DE LENNI Y MARGOT - MARIANNE CRONIN

La sororidad entre una joven y una anciana enfermas que se ven obligadas a compartir sus días en un hospital. Una historia tierna y emocionante que te hará valorar la vida y la amistad entre mujeres sin importar sus diferencias.



MÁS ALLÁ
DEL HORIZONTE
Amma Darko

El Cebra



Marianne
Cronin

LOS
CIENT AÑOS
DE
LENNI Y
MARGOT

Planeta



UCA

Universidad
de Cádiz

ELLAS CREAN

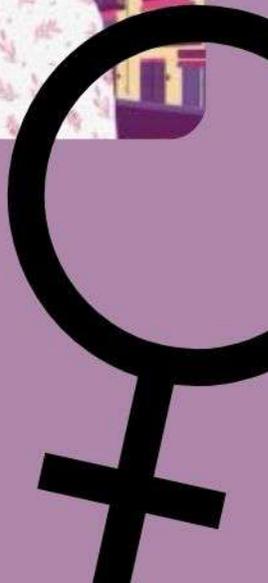
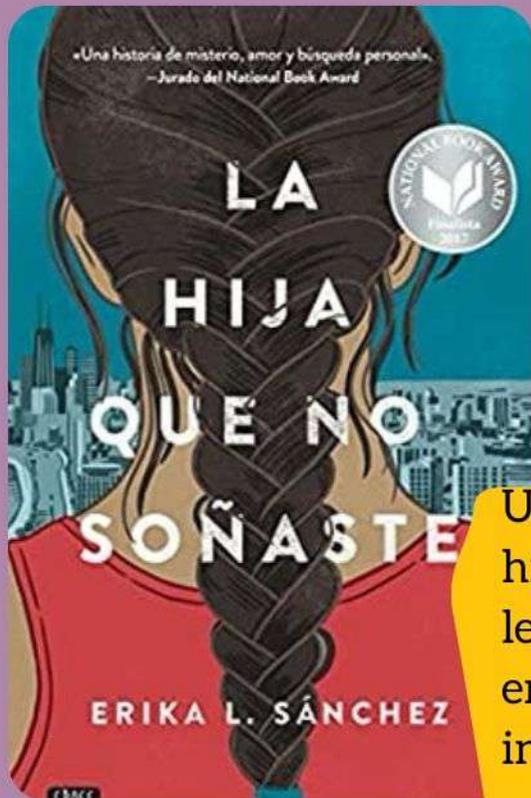
Por una literatura para todas

HIJA DEL CAMINO -
LUCÍA ASUÉ MBOMIO RUBIO

Una historia sobre encontrar tu lugar en un mundo lleno de etiquetas. La búsqueda de la identidad de una mujer española de raíces africanas, ¿Qué sucede cuando no sabes a qué llamar hogar?

LA HIJA QUE NO SOÑASTE - ERIKA L. SÁNCHEZ

Una joven mexicana decide romper con el papel de hija perfecta que se queda en casa que la sociedad le ha asignado. Una lucha por la educación y la emancipación envuelta en un misterio inesperado.



ELLAS CREAN

Por una literatura para todas

CUARENTA Y TRES MANERAS DE SOLTARSE EL PELO - ELVIRA SASTRE

Un manual de vida para todas aquellas personas que quieran reír a carcajadas sin miedo Y afrontar sus miedos con fuerza, valentía y empoderamiento.

MALAS MUJERES - MARÍA HESSE

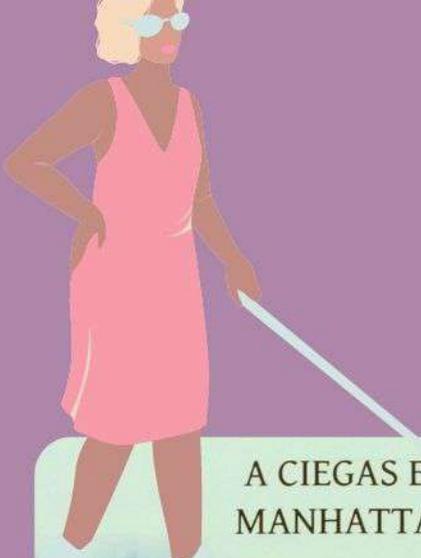
María Hesse le da una vuelta a las princesas pasivas, brujas perversas, malas madres, locas pasionales y secundarias perfectas, reivindicando la necesidad de encontrar otros referentes y nuevas inspiraciones de la Historia.



Universidad
de Cádiz

ELLAS CREAN

Por una literatura para todas



A CIEGAS EN
MANHATTAN

Nuria del Saz

✧ A CIEGAS EN MANHATTAN- NURIA DEL SAZ GAITAN ✧

La primera presentadora de TV ciega nos acerca con humor su realidad y su experiencia en EEUU. La andaluza narra sus peripecias a la par que demuestra que la ceguera no es un impedimento para comerse el mundo.

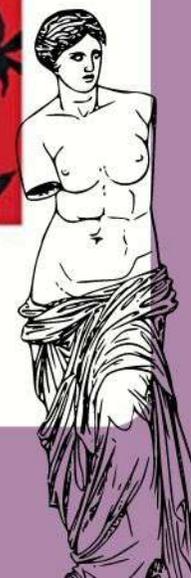
PENNÉLOPE Y LAS DOCE CRIADAS -
MARGARET ATWOOD

Todo el mundo conoce la historia de Ulises, pero... ¿Alguien se ha molestado en preguntarle a Penélope su opinión? Margaret Atwood sí. El mítico relato homérico narrado magistralmente por Penélope.

PENÉLOPE Y LAS
DOCE CRIADAS
MARGARET
ATWOOD



narrativa
salamandra





Ellas crean ilustradoras

Pasamos gran parte del día delante de una pantalla ¿por qué no emplearlo en apoyar a mujeres que trabajan en redes haciendo de la ilustración una herramienta para llevar el feminismo a más gente? Estas seis ilustradoras muestran a través de sus viñetas humorísticas e irónicas realidades cotidianas para hacerte reflexionar.



Ellas crean



Flavita Banana
hace viñetas de humor desde las que denuncia diversas problemáticas sociales de forma irónica y desde una mirada feminista e interseccional.

@flavitabanana

Para reflexionar desde una mirada feminista sobre las relaciones, la responsabilidad emocional y la vida en general, adelaxd es el perfil perfecto, a través de sus viñetas consigue trasladar a lo cotidiano situaciones que nos atraviesan como sociedad.



@adelaxd.oficial

Ellas crean



@iglus_



Carmen de la Riva (Iglús) es una ilustradora feminista que usa sus viñetas como una herramienta que favorece el avance de las luchas sociales.

Daniella Martí usa sus viñetas para divulgar sobre feminismo, ha publicado su tercer libro *El Presente* donde realiza una crítica a la sociedad actual.



@daniellamartic

Ellas crean



@maria.gomez.ilustradora



María Gómez es una ilustradora directa, que usa el humor y a veces los gatos para representar escenas cotidianas y así denunciar situaciones que se han normalizado, todo ello con perspectiva de género.

Bruta_queesbruta es una ilustradora feminista, usa sus viñetas para realizar múltiples reivindicaciones sobre la idea del amor romántico, el uso de las redes sociales o situaciones del día a día.



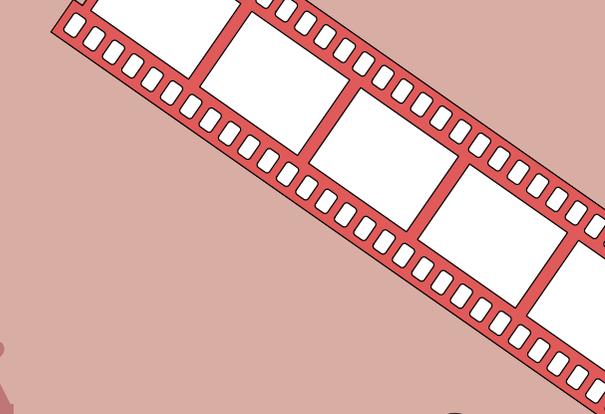
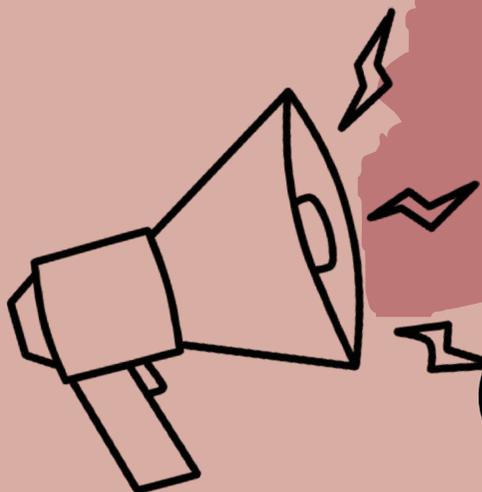
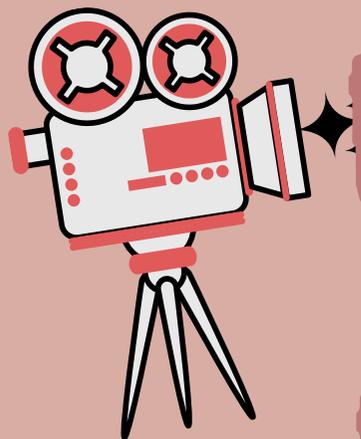
@bruta_queesbruta

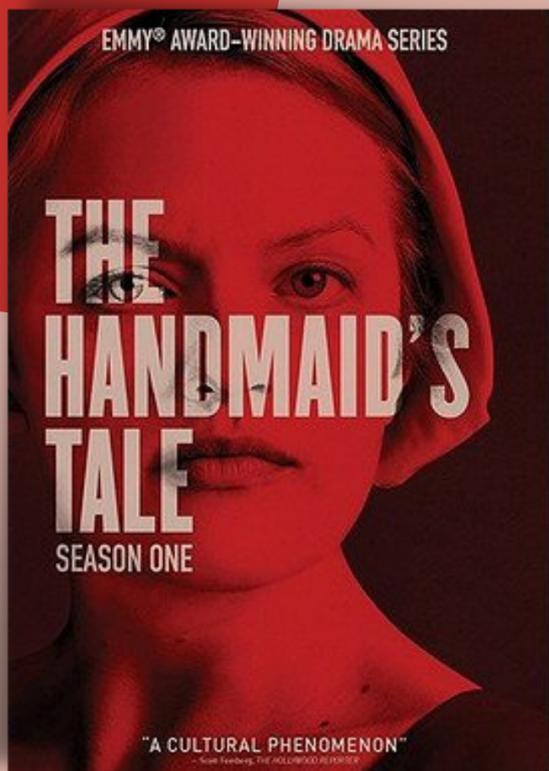
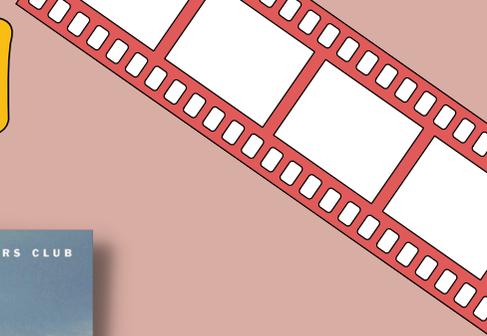


ELLAS CREAN

series protagonizadas por mujeres

El mundo de la cultura y del entretenimiento no se queda atrás a la hora de amplificar las voces femeninas, la lucha por el empoderamiento y la igualdad de las mujeres se traspasa a la pantalla. Sumérgete en estas series protagonizadas por mujeres que ponen en primer plano situaciones para entender y derribar muros socialmente establecidos.





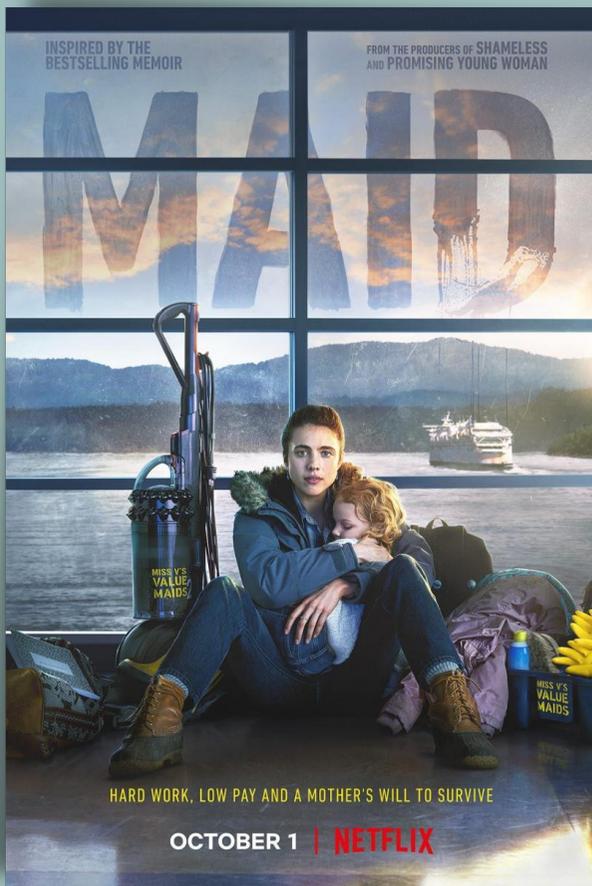
The Handmaid's tale

**Magnífica, audaz y estupenda
serían algunas de las palabras más
asertivas para este exquisito
banquete visual**



Big little lies

**Sencillamente maravillosa,
inteligente y muy lograda**

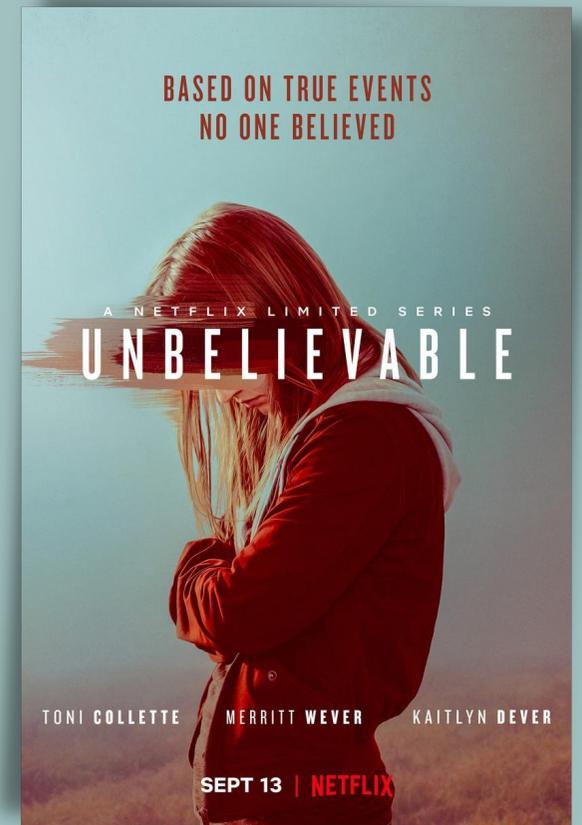


Maid

Una historia real,
humana, intensa y
emotiva

Análisis psicológico,
sociológico, antropológico
e histórico sobre el
sentimiento de
padecimiento y la falta de
libertad, sexualidad,
tabúes...

Unorthodox



Unbelievable

Drama que captura los
eventos desafortunados de la
víctima, de la sociedad
abusiva y la incansable labor
de las detectives



Pose

Justo retrato de la vida en la comunidad LGTI+ y la cultura Ballroom en la década de los 80-90s



Sex Education

y cómo hacer un curso gratis en sexualidad.

