

ESPACIO DE IGUALDAD BERTA CÁCERES

PROGRAMACIÓN JULIO 2024

MADRID
red de
espacios de
igualdad



Recurso público municipal especializado en la promoción de la igualdad y la prevención de la violencia machista.

Se ofrecen servicios gratuitos de intervención individual a las mujeres y actividades grupales abiertas a la población que abordan de manera transversal la violencia machista.

Espacio accesible para personas con movilidad reducida. Si requieres otra medida de apoyo, ponte en contacto con nuestro centro.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 480 22 57

Correo electrónico: bertacaceres3@madrid.es

Presencialmente: Calle Gran Avenida, 14, bloque 422 posterior
(Renfe: Orcasitas. Autobuses: 78, 81, 116)

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes, de 10:00 a 14:30 y de 16:00 a 19:30 horas. Festivos cierra el centro.

SERVICIOS DE ATENCIÓN INDIVIDUAL

Dirigidos a mujeres

Ofrecemos apoyo y asesoramiento gratuito, mediante cita previa, en las siguientes áreas:

Psicológica: para favorecer el bienestar y la autonomía personal, la reducción del estrés y la ansiedad ante situaciones de discriminación o violencia por razones de género.

Jurídica: en materia civil, laboral, de extranjería y especialmente en todo lo relacionado con la violencia machista.

Desarrollo Profesional: se fomenta la empleabilidad de las mujeres a través de la mejora de sus capacidades, sus competencias y habilidades sociolaborales.



ADEMÁS TENEMOS:

- Una pared con voz propia
- Biografiadas en RRSS
- Mujeres digitales.
Aula de ordenadores de uso libre

- Disponibilidad de aula

- Exposición Temporal "Resignificando el Trabajo de las Mujeres"
(Del 1 al 30 de julio)

- Exposición Permanente "Mi deidad totémica"



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 1 AL 5 DE JULIO 2024

MADRID
red de
espacios de
igualdad



LUNES 1

MAÑANA

Co-laboratorio de empoderamiento laboral (M)

Uso de Tic's para el empleo y espacio de búsqueda colaborativa

10:00-12:00h Quincenal

TARDE

Conoce tu ordenador (M)

Aprendemos a identificar problemas básicos para adquirir mayor seguridad en el mundo de la tecnología

16:00-18:30h

MARTES 2

MAÑANA

Biografías y confidencias. Lola Flores (TP)

Elaboración de la biografía de una mujer de la historia mediante manejo del ordenador

10:00-12:00h

TARDE

Conoce tu ordenador (M)

Aprendemos a identificar problemas básicos para adquirir mayor seguridad en el mundo de la tecnología

16:00-18:30h

MIÉRCOLES 3

MAÑANA

Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura

10:00-11:30h Semanal

TARDE

Conoce tu ordenador (M)

Aprendemos a identificar problemas básicos para adquirir mayor seguridad en el mundo de la tecnología

16:00-18:30h

JUEVES 4

MAÑANA

Meditación en movimiento (M)

Meditación grupal al aire libre, sentiremos la naturaleza y conectaremos con nuestro interior

10:00-12:00h

TARDE

Hablemos de consentimiento (M)

Espacio Reflexionamos sobre el consentimiento y aprendemos a detectar situaciones de violencia hacia las mujeres

17:00-19:00h

VIERNES 5

TARDE

Proyección a debate Las chicas de la sexta planta (TP)

Videofórum con perspectiva de género

17:00-19:00h



(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES | (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 8 AL 12 DE JULIO 2024



LUNES 8

MAÑANA

Encuentros alrededor de un café (M)

Espacio para compartir experiencias, aprendizajes y vivencias en el Berta

10:00-11:30h

Dinamización exposición "Resignificando el Trabajo de las Mujeres" (TP)

Se explicará el proceso de creación de la exposición, compartiendo junto a las creadoras la investigación y reflexión del material elaborado

11:30-12:30h

MARTES 9

MAÑANA

Salida a Exposición: Un requiem por la humanidad. La Casa Encendida (TP)

A través de distintas disciplinas nos replanteamos el origen de la deshumanización del "sujeto negro" y las violencias que se han ejercido contra él.

10:00-12:00h



MIÉRCOLES 10

MAÑANA

Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura

10:00-11:30h Semanal

Lideresas (M)

Grupo para impulsar el empoderamiento y el liderazgo

11:30-13:00h

TARDE

Movimiento y expresión corporal (M)

Ejercicio en un espacio seguro para sentirnos libres

17:00-18:00h Quincenal

Relaxing Berta. Grupo 2 (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

18:15-19:15h Quincenal

JUEVES 11

MAÑANA

Relaxing Berta. Grupo 1 (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

10:00-11:00h Semanal

Tecno-creando (M)

Uso de ordenador para investigación y creación artística

11:00-12:30h Semanal

TARDE

La representación de las mujeres en los cuentos clásicos (M)

Analizaremos los mensajes que nos han transmitido los cuentos clásicos y que han afectado a nuestra identidad y a la forma en que nos relacionamos

17:00-19:00h

VIERNES 12

MAÑANA

Círculo de mujeres sabias. Nuestros sentires sobre la mesa (M)

Espacio para compartir vivencias y sabidurías para mayores de 65 años

10:00-12:00h

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES | (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES

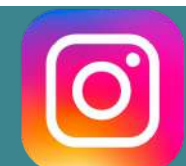


políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 15 AL 19 DE JULIO 2024

LUNES 15

MAÑANA

Co-laboratorio de empoderamiento laboral (M)

Uso de Tic's para el empleo y espacio de búsqueda colaborativa

10:00-12:00h Quincenal

TARDE

Gananciales, separación de bienes... Conociendo los distintos regímenes económicos del matrimonio (M)

Taller que te ayudará a elegir conscientemente qué tipo de régimen económico quieres en tu matrimonio

17:00-19:00h

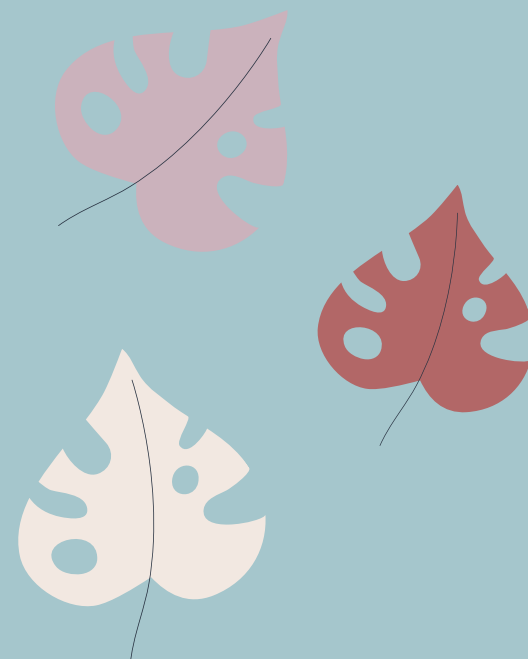
MARTES 16

MAÑANA

Remojando nuestros cuerpos (M)

Vamos juntas a la piscina para refrescarnos y reflexionar sobre el continuo cuestionamiento de la imagen de la mujer y las violencias estéticas y corporales que conlleva

11:00-13:00h



MIÉRCOLES 17

MAÑANA

Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura

10:00-11:30h Semanal

TARDE

Tejedoras de palabras (M)

Grupo para resignificar el ganchillo y tejer con perspectiva feminista

17:00-18:30h Quincenal

JUEVES 18

MAÑANA

Relaxing Berta. Grupo 1 (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

10:00-11:00h Semanal

Tecno-creando (M)

Uso de ordenador para investigación y creación artística

11:00-12:30h Semanal

TARDE

Biodanza. Enraizadas (M)

Utilizaremos nuestro movimiento corporal como forma de conexión, expresión emocional y encuentro con nosotras y con las compañeras

17:00-19:00h

VIERNES 19

MAÑANA

Reporteras sabias y cañeras (M)

Salimos a explorar la desigualdad de género y la diferente ocupación de espacios entre hombres y mujeres

10:00-12:00h

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES | (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



SEMANA DEL 22 AL 26 DE JULIO 2024



LUNES 22

MAÑANA

Saca partido a la cámara del móvil (M)

Aprópiate de las utilidades y herramientas que tiene la cámara de tu móvil

10:00-12:30h

TARDE

Gestión emocional. La ola que viene y va (M)

Espacio para conocer y conectar con las emociones. A través del arte damos rienda suelta a nuestra creatividad para entendernos mejor y dialogar con nosotras mismas

17:00-19:00h

MARTES 23

MAÑANA

Saca partido a la cámara del móvil (M)

Aprópiate de las utilidades y herramientas que tiene la cámara de tu móvil

10:00-12:30h

MIÉRCOLES 24

MAÑANA

Saca partido a la cámara del móvil (M)

Aprópiate de las utilidades y herramientas que tiene la cámara de tu móvil

10:00-12:30h

TARDE

Tejedoras de palabras (M)

Grupo para resignificar el ganchillo y tejer con perspectiva feminista

17:00-18:30h Quincenal

JUEVES 25

FESTIVO

VIERNES 26

MAÑANA

Investigadoras de la actualidad (M)

Analizando la realidad a través de las Tic's con perspectiva de género. Detectar y visibilizar violencia machista

10:00-12:00h

TARDE

Proyección a debate Desmelenada (TP)

Videofórum con perspectiva de género

17:00-19:00h

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES | (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES

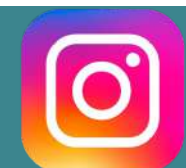


políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 29 AL 31 DE JULIO 2024

LUNES 29



MARTES 30

MAÑANA

Escritura creativa (M)

Espacio de expresión. Este mes nos adentramos en el mundo de la inteligencia emocional para elaborar nuestros textos

10:30-12:30h

MIÉRCOLES 31

MAÑANA

Escape Room: Contra la trata de personas con fines de explotación sexual (TP)

Conocemos más de cerca este delito y vulneración de derechos y cómo afecta especialmente a las mujeres. ¡No te dejará indiferente!

11:00-13:00h

TARDE

Movimiento y expresión corporal (M)

Ejercicio en un espacio seguro para sentirnos libres

17:00-18:00h Quincenal

Relaxing Berta. Grupo 2 (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

18:15-19:15h Quincenal



(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES | (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES

