

# ESPACIO DE IGUALDAD EMILIA PARDO BAZÁN

## PROGRAMACIÓN JULIO 2024



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: 91 525 68 31/ 605-65 95 05

Correo electrónico: [emiliapardobazan6@madrid.es](mailto:emiliapardobazan6@madrid.es)

Presencialmente: Avenida de Badajoz, 60 (metro Barrio de la Concepción)

### HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes, de 10 a 14 y de 16:00 a 20:00 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:

- Acceso libre a internet: Conéctate desde el Emilia.
- Tenemos una tablet para tí. Uso libre.
- Disponibilidad de aulas
- Exposición: Nosotras 2.0. Nerea Ros Encinas.
- Exposición: "El rincón de Guada".

# SEMANA DEL 1 AL 5 DE JULIO 2024

LUNES 01



MARTES 02

MAÑANA

**¿Tienes dudas con el uso de whatsapp? Te echamos una mano.(M)**

Te ayudamos a resolver tus dudas con el uso de esta App para hacerte más fácil tu vida diaria

**10:00-11:30h**

TARDE

**Consejo de Sabias: Conversaciones y recorridos.(M)**

SEMANAL

Cada conversación entre mujeres es un regalo, es un recorrido de experiencia. Te esperamos para charlar.

**17:00-19:30h**

MIÉRCOLES 03



JUEVES 04

MAÑANA

**Rumbo a mi vida. Tomando las riendas y aprendiendo a cuidarme. (M)**

Aprende a poner en el centro de tu vida el autocuidado, planteando objetivos a nivel personal y/o profesional

**11:00-13:30h**

TARDE

**Rincón Creativo de Guada: Pon color a tus mandalas.(M)**

Si quieres desconectar y relajarte, pinta mandalas artísticos.

**17:00-19:30h**

VIERNES 05



TARDE

**Círculo Masculino Plural.(H)**

QUINCENAL

Un espacio para repensar y cuestionar juntos otra manera de vivir en sociedad desde el buentrato, avanzando hacia un cambio personal y colectivo.

**18:00-20:00h**

(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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)



# SEMANA DEL 8 AL 12 DE JULIO 2024

LUNES 08



MARTES 09  
MAÑANA

**¿Tienes dudas con el uso del teléfono móvil? Te echamos una mano. (M)**

Te ayudamos a resolver tus dudas con el uso de esta herramienta tan útil para facilitarte tu vida diaria

**10:00-11:30h**

TARDE

**El mundo del trabajo a través del cine: El buen patrón.(M)**

El factor humano y la ética en el mundo de las organizaciones empresariales.

**17:00-19:30h**

**Consejo de Sabias: Conversaciones y recorridos.(M)**

Cada conversación entre mujeres es un regalo, es un recorrido de experiencia. Te esperamos para charlar.

**17:00-19:30h**

MIÉRCOLES 10  
MAÑANA

**Taller de poesía "versos para el autoconocimiento"(M)**

Vente a conocer cómo la poesía nos ayuda a conocernos más a nosotras mismas y al entorno.

**11:00-13:30h**

**Recicla tu aceite con la Asociación El Olivar. Cuidando del MedioAmbiente.(TP)**

¿Quieres dar un buen uso al aceite usado, sin contaminar y apoyando un proyecto social? Aprovecha y recoge tu embudo de reciclaje

**10:00-11:00h**

TARDE

**Lectura dramatizada: Antígona Eterna, con Hiparquía Teatro.(TP)**

Antígona y su espíritu se presenta como icono

**17:30-19:30h**

JUEVES 11  
MAÑANA

**Gestionando la culpa (M)**

Aprende a identificar el sentimiento de culpa, averiguar de dónde viene y mejorar la relación contigo misma y tu entorno.

**11:00-13:30h**



VIERNES 12



TARDE

**Círculo Masculino Plural.(H)**

QUINCENAL

Un espacio para repensar y cuestionar juntos otra manera de vivir en sociedad desde el buentrato, avanzando hacia un cambio personal y colectivo.

**18:00-20:00h**

(M (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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)



# SEMANA DEL 15 AL 19 DE JULIO 2024

LUNES 15



MARTES 16  
MAÑANA



TARDE

**Consejo de Sabias:  
Conversaciones y  
recorridos.(M).**

SEMANAL

Cada conversación entre mujeres es un regalo, es un recorrido de experiencia. Te esperamos para charlar.

**17:00-19:30h**

MIÉRCOLES 17  
MAÑANA

**Tertulia, Género y Cine:  
A propósito de ellas.  
(TP)**

Documental en el que actrices, directoras y productoras reflexionan sobre las desigualdades de género en el cine.

**12:00-14:00h**

TARDE

**Merienda-café.  
Superando el tabú de la  
muerte.(TP)**

¿Es la muerte un tabú? ¿Ser conscientes de ella nos hace valorar más las cosas? Hablemos de ella mientras merendamos en el Emilia

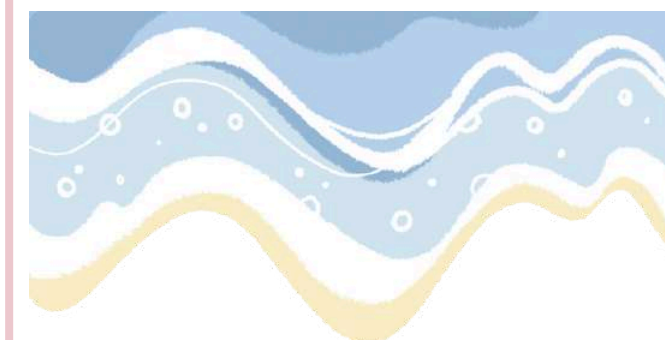
**17:00-19:00h**

JUEVES 18  
MAÑANA

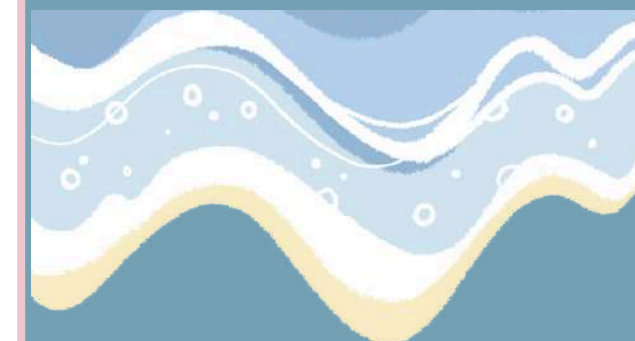
**Cómo poner límites.(M)**

Desarrolla habilidades de comunicación para mejorar tus relaciones y aprender a defender y argumentar tus propias ideas y opiniones.

**11:00-13:30h**



VIERNES 19



(M (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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)



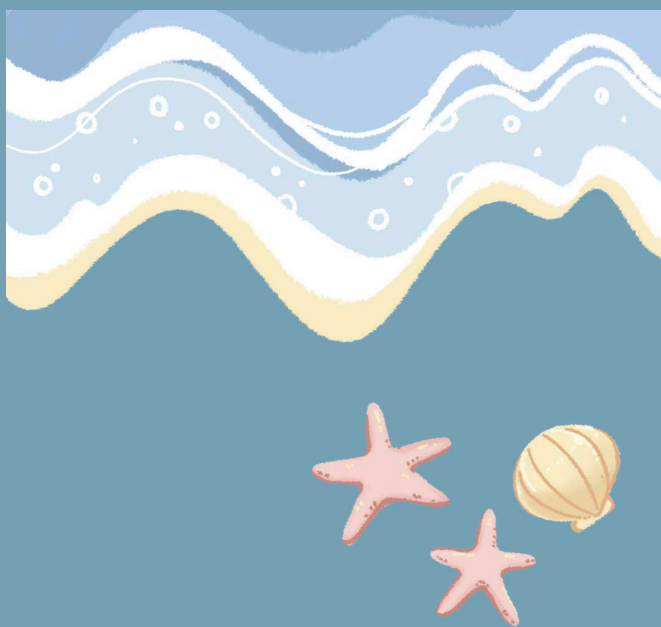
# SEMANA DEL 22 AL 26 DE JULIO 2024

LUNES 22  
MAÑANA

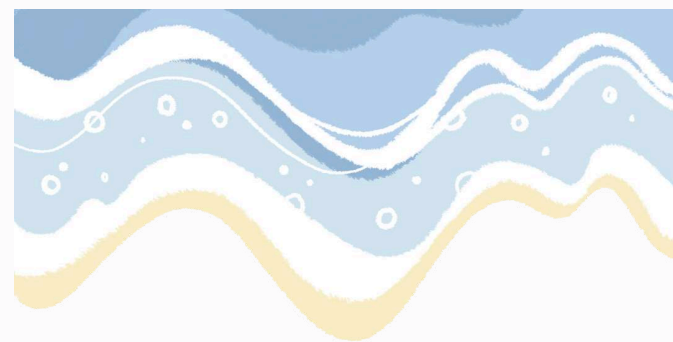
## Cantando Juntas.(M)

Quien canta, su mal espanta.  
Vente a este espacio de  
encuentro y empoderamiento a  
través del canto.

12:00 a 14:00h



MARTES 23  
MAÑANA



TARDE

## Consejo de Sabias: Conversaciones y recorridos.(M)

SEMANTAL

Cada conversación entre  
mujeres es un regalo, es un  
recorrido de experiencia. Te  
esperamos para charlar.

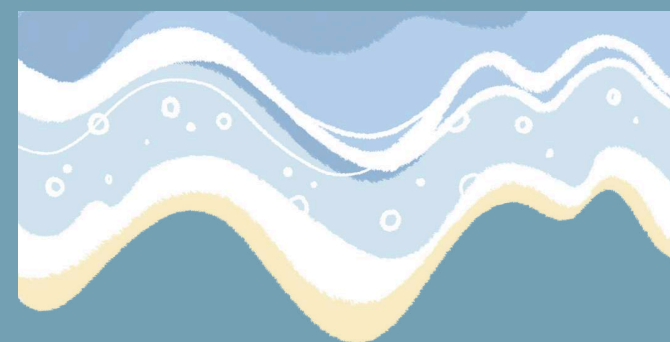
17:00-19:30h

MIÉRCOLES 24  
MAÑANA

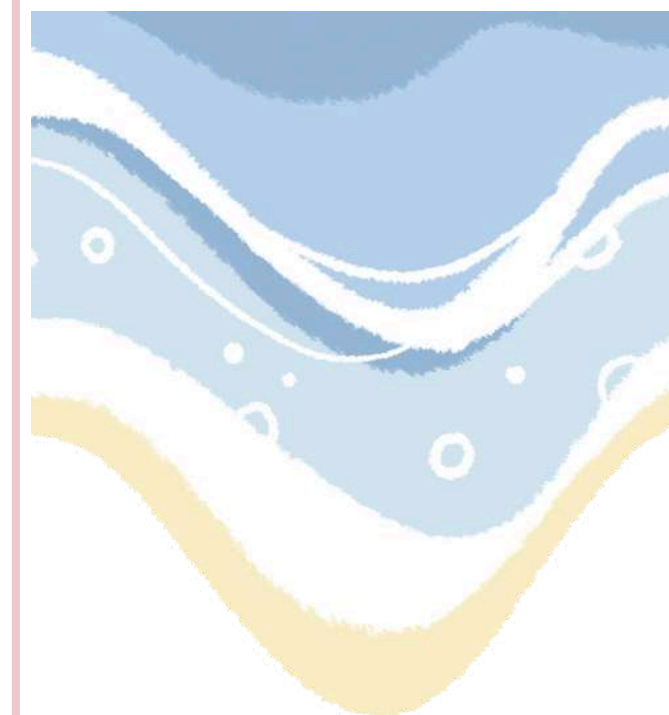
## Exposición en la Casa Encendida: Un réquiem por la humanidad.(TP)

¿Qué significa ser humano?  
¿Por qué persisten los racismos  
con total impunidad? ¿Cuáles  
son las estrategias de  
autodefensa? Esta exposición  
nos permite comprender mejor  
estas cuestiones ¡No te la  
pierdas!

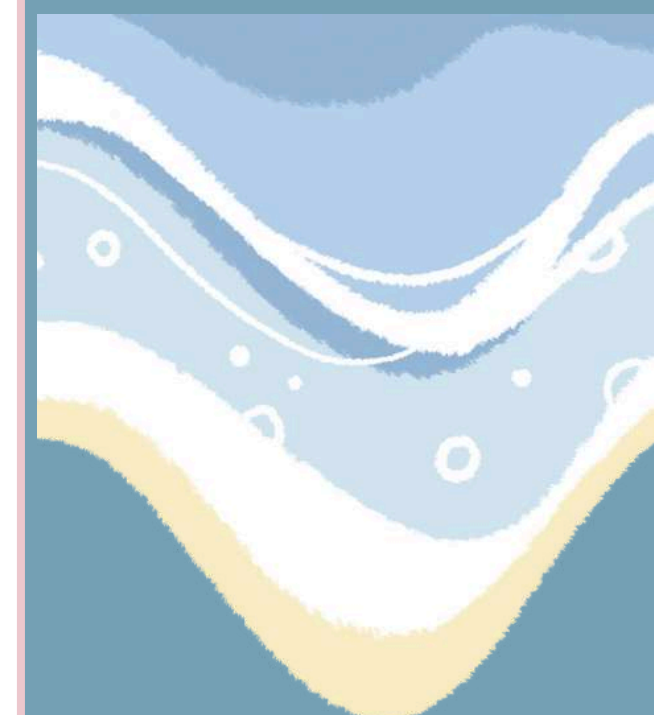
11:00 a 14:00h



JUEVES 25



VIERNES 26



(M (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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)



# SEMANA DEL 29 AL 31 DE JULIO 2024

LUNES 29



MARTES 30



TARDE

**Consejo de Sabias:  
Conversaciones y  
recorridos.(M)**

SEMANTAL

Cada conversación entre mujeres es un regalo, es un recorrido de experiencia. Te esperamos para charlar.

**17:00-19:30h**

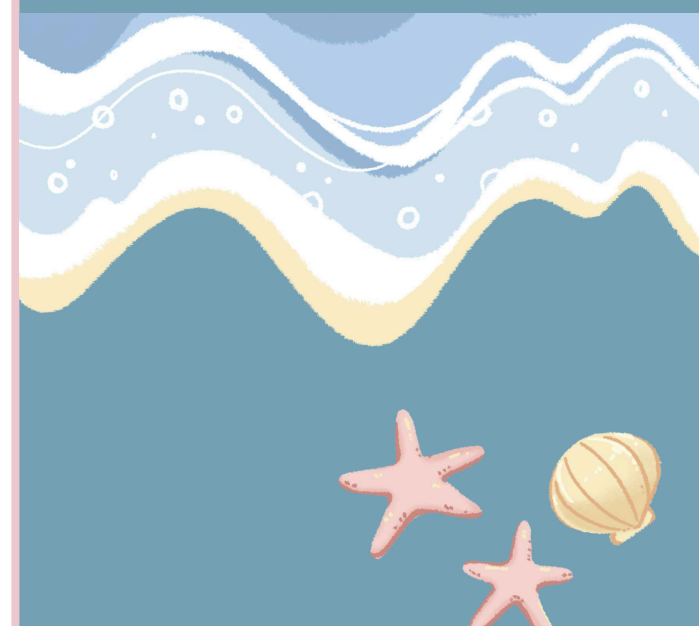
MIÉRCOLES 31

MAÑANA

**Scape Room contra la  
trata de personas con  
fines de explotación  
sexual.(TP)**

Por el Día Mundial contra la Trata de personas jugamos a un "Scape Room" para conocer más de cerca este delito y vulneración de derechos y cómo afecta especialmente a las mujeres. ¡No te dejará indiferente!

**10:00-13:00h**



POEMA DEL MAR.  
**SARA BÚHO**

**Espérame nunca quieto,  
siempre salvaje,  
siempre en movimiento.**



(M (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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)

