

ESPACIO DE IGUALDAD HERMANAS MIRABAL

PROGRAMACIÓN AGOSTO 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: 91 534 53 65

Correo electrónico: caimujerhm3@madrid.es.

Presencialmente: Calle Bravo Murillo, 133 (Casa de Baños). Entrada por c/Juan Pantoja, 2.

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes, de 8:00 a 16:00 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:

- Asesoría informática
- Asesoría artística
- Un ordenador para mí. Uso libre

- Disponibilidad de aula

- Biblioteca Carmen de la Cruz
- Exposición de Bea Montero: "Volver a ser". Collage

SEMANA DEL 1 AL 2 DE AGOSTO 2024



Bell Hooks

"El pensamiento feminista nos enseña a todas las personas cómo amar la justicia y la libertad de tal modo que promuevan y reafirmen la vida."

JUEVES 1

MAÑANA

Desayunos refrescantes (M)

Un espacio de encuentro entre mujeres, ameno, divertido y distendido donde charlar, compartir y jugar. Anímate a pasar una mañana sorora y en compañía mientras disfrutaremos de una buena limonada.

10:30-12:00h Semanal

Exposición de Bea Montero: "Volver a ser". Collage (TP)

La collagista y música Bea Montero nos muestra su mirada y su sentir para recordarnos que podemos vivir libres, ligeras y valientes, alejadas de los miedos y las heridas del pasado.

En horario de apertura del centro



VIERNES 2

MAÑANA

Grupo autónomo de Wikipedia (M)

Conformado con quienes habéis participado en anteriores talleres de wikipedia, o editoras aunque no hayáis aprendido aquí, el grupo se reúne para resolver dudas y seguir avanzando en hacer de la wikipedia un lugar más amable, justo y riguroso para las mujeres y nuestra historia. Dirigido a mujeres que ya saben editar en Wikipedia

11:00-13:00h Semanal

Bailongas en verano: taller de danza, juego y movimiento (M)

Un espacio para conectar con nuestro cuerpo, a través del juego creativo y la expresión corporal para desarrollar la creatividad, la imaginación y el placer del movimiento que conecta con nuestras emociones y mundo interior.

12:00-13:30h Semanal

(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 5 AL 9 DE AGOSTO 2024



LUNES 5 MAÑANA

Taller de fotografía y escritura (M)

En este taller nos aproximaremos a la fotografía como forma de expresión personal. Adquiriendo herramientas para construir creativamente imágenes, textos escritos y descubrir las características propias de nuestra mirada al mundo
10:00- 12:00h Semanal



MARTES 6 MAÑANA

Gestión emocional (M)

En este taller hablaremos de cómo identificamos y gestionamos nuestras emociones y aprenderemos algunas claves para aprender a regularnos.
11:00-12:30h

Cineterapia (M)

Ciclo de sesiones de cine donde se analizarán, con una psicóloga del Espacio, los distintos aspectos psicológicos y emocionales de las películas.
11:00-13:30h

El arte del lettering (M)

El lettering es una técnica que consiste en dibujar letras a mano de forma creativa, pudiendo mezclar diferentes estilos, tamaños, efectos... Un taller en el que el arte del lettering se convierte en un camino hacia la autoconfianza y el empoderamiento.
12:00-13:30h Semanal

MIÉRCOLES 7 MAÑANA

Hablemos de: La caza de brujas (TP)

A lo largo de estas dos sesiones haremos un recorrido por la historia de la caza de brujas.
12:00-13:30h



JUEVES 8 MAÑANA

Desayunos refrescantes (M)

Un espacio de encuentro entre mujeres, ameno, divertido y distendido donde charlar, compartir y jugar. Anímate a pasar una mañana sorora y en compañía mientras disfrutaremos de una buena limonada.
10:30-12:00h Semanal

Exposición de Bea Montero: "Volver a ser". Collage (TP)

La collagista y música Bea Montero nos muestra su mirada y su sentir para recordarnos que podemos vivir libres, ligeras y valientes, alejadas de los miedos y las heridas del pasado.
En horario de apertura del centro

VIERNES 9 MAÑANA

Grupo autónomo de Wikipedia (M)

Conformado con quienes habéis participado en anteriores talleres de wikipedia, o que seáis editoras aunque no hayáis aprendido aquí, el grupo se reúne semanalmente para resolver dudas y seguir avanzando en hacer de la wikipedia un lugar más amable, justo y riguroso para las mujeres y nuestra historia. Dirigido a mujeres que ya saben editar en Wikipedia
11:00-13:00h Semanal

Bailongas en verano: taller de danza, juego y movimiento (M)

Un espacio para conectar con nuestro cuerpo, a través del juego creativo y la expresión corporal para desarrollar la creatividad, la imaginación y el placer del movimiento que conecta con nuestras emociones y mundo interior.
12:00-13:30h Semanal

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

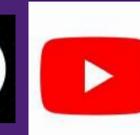


políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 12 AL 16 DE AGOSTO 2024



LUNES 12

MAÑANA

Taller de fotografía y escritura (M)

En este taller nos aproximaremos a la fotografía como forma de expresión personal. Adquiriendo herramientas para construir creativamente imágenes, textos escritos y descubrir las características propias de nuestra mirada al mundo

10:00-12:00h Semanal

Exposición de Bea Montero: "Volver a ser". Collage (TP)

La collagista y música Bea Montero nos muestra su mirada y su sentir para recordarnos que podemos vivir libres, ligeras y valientes, alejadas de los miedos y las heridas del pasado.

En horario de apertura del centro

MARTES 13

MAÑANA

Gestión emocional (M)

En este taller hablaremos de cómo identificamos y gestionamos nuestras emociones y aprenderemos algunas claves para aprender a regularnos.

11:00-12:30h



Cineterapia (M)

Ciclo de sesiones de cine donde se analizarán, con una psicóloga del Espacio, los distintos aspectos psicológicos y emocionales de las películas.

11:00-13:30h

El arte del lettering (M).

12:00-13:30h Semanal

MIÉRCOLES 14

MAÑANA

Mañanas creativas (M)

Espacio de encuentro veraniego para explorar tu lado más creativo. Cada día exploraremos diferentes técnicas y propuestas artísticas desde el collage, la pintura, la fotografía, el fanzine y la escritura creativa.

10:00-12:00h Semanal

Hablemos de: La caza de brujas (TP)

A lo largo de estas dos sesiones haremos un recorrido por la historia de la caza de brujas.

12:00-13:30h

Autodefensa emocional (M)

Conocer cómo nos relacionamos, para entrenar juntas a decir que no, a poner límites y alinearnos más a nuestras necesidades y deseos, individuales y colectivos

12:00-14:00h

JUEVES 15



Festivo



VIERNES 16

MAÑANA

Grupo autónomo de Wikipedia (M)

Conformado con quienes habéis participado en anteriores talleres de wikipedia, o que seáis editoras aunque no hayáis aprendido aquí, el grupo se reúne semanalmente para resolver dudas y seguir avanzando en hacer de la wikipedia un lugar más amable, justo y riguroso para las mujeres y nuestra historia. Dirigido a mujeres que ya saben editar en Wikipedia

11:00-13:00h Semanal

Bailongas en verano: taller de danza, juego y movimiento (M)

Un espacio para conectar con nuestro cuerpo, a través del juego creativo y la expresión corporal para desarrollar la creatividad, la imaginación y el placer del movimiento que conecta con nuestras emociones y mundo interior.

12:00-13:30h Semanal

(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 19 AL 23 DE AGOSTO 2024



LUNES 19

MAÑANA

Taller de fotografía y escritura (M)

En este taller nos aproximaremos a la fotografía como forma de expresión personal. Adquiriendo herramientas para construir creativamente imágenes, textos escritos y descubrir las características propias de nuestra mirada al mundo

10:00-12:00h Semanal



Creando con las manos (M)

Un taller en el que poder liberar la creatividad a través de la pintura con las manos, fomentando la autoexpresión y la exploración artística, con el que podremos reflexionar, compartir y expresar juntas a través del arte.

12:00-13:30h Semanal

MARTES 20

MAÑANA

Cineterapia (M)

Ciclo de sesiones de cine donde se analizarán, con una psicóloga del Espacio, los distintos aspectos psicológicos y emocionales de las películas.

11:00-13:30h

Exposición de Bea Montero: "Volver a ser". Collage (TP)

La collagista y música Bea Montero nos muestra su mirada y su sentir para recordarnos que podemos vivir libres, ligeras y valientes, alejadas de los miedos y las heridas del pasado.

En horario de apertura del centro

El arte del lettering (M)

El lettering es una técnica que consiste en dibujar letras a mano de forma creativa, pudiendo mezclar diferentes estilos, tamaños, efectos... Un taller en el que el arte del lettering se convierte en un camino hacia la autoconfianza y el empoderamiento.

12:00-13:30h Semanal

MIÉRCOLES 21

MAÑANA

Mañanas creativas (M)

Espacio de encuentro veraniego para explorar tu lado más creativo. Cada día exploraremos diferentes técnicas y propuestas artísticas desde el collage, la pintura, la fotografía, el fanzine y la escritura creativa.

10:00-12:00h Semanal

Nuestras poetas: Gloria Fuertes y Carmen Conde (M)

Durante dos mañanas de agosto nos acercaremos a dos poetas fundamentales de nuestra historia. A través de video, audio y lectura de textos, el miércoles 21 de agosto conoceremos un poco más a Gloria Fuertes y el 28 a Carmen Conde.

12:00-13:30h

Autodefensa emocional (M)

Conocer cómo nos relacionamos, para entrenar juntas a decir que no, a poner límites y alinearnos más a nuestras necesidades y deseos, individuales y colectivos

12:00-14:00 h

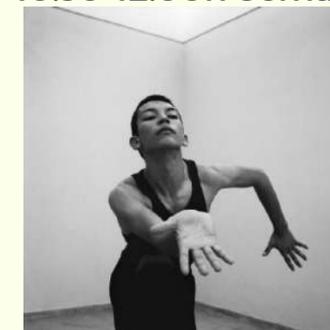
JUEVES 22

MAÑANA

Desayunos refrescantes (M)

Un espacio de encuentro entre mujeres, ameno, divertido y distendido donde charlar, compartir y jugar. Anímate a pasar una mañana sorora y en compañía mientras disfrutaremos de una buena limonada.

10:30-12:00h Semanal



Las salidas del Mirabal:

Bárbara Brändli . Poética del gesto, política del documento. Centro Centro (TP)

La exposición muestra por primera vez una selección de fotografías y documentos de su archivo que dan cuenta de su íntimo compromiso con la fotografía como herramienta para construir vínculos humanos.

11:00-12:30h

VIERNES 23

MAÑANA

Taller de memoria (M)

Activa tu memoria, a través de ejercicios y juegos, en compañía de otras mujeres

11:00-12:30h



Grupo autónomo de Wikipedia (M)

11:00-13:00h Semanal

Bailongas en verano: taller de danza, juego y movimiento (M)

Un espacio para conectar con nuestro cuerpo, a través del juego creativo y la expresión corporal para desarrollar la creatividad, la imaginación y el placer del movimiento que conecta con nuestras emociones y mundo interior.

12:00-13:30h Semanal

(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 26 AL 30 DE AGOSTO 2024



LUNES 26

MAÑANA

Taller de fotografía y escritura (M)

En este taller nos aproximaremos a la fotografía como forma de expresión personal. Adquiriendo herramientas para construir creativamente imágenes, textos escritos y descubrir las características propias de nuestra mirada al mundo

10:00-12:00h Semanal

Creando con las manos (M)

Un taller en el que poder liberar la creatividad a través de la pintura con las manos, fomentando la autoexpresión y la exploración artística, con el que podremos reflexionar, compartir y expresar juntas a través del arte.

12:00-13:30h Semanal



MARTES 27

MAÑANA

Cineterapia (M)

Ciclo de sesiones de cine donde se analizarán, con una psicóloga del Espacio, los distintos aspectos psicológicos y emocionales de las películas.

11:00-13:30h

Pienso mesa y digo silla,
compro pan y me lo dejo,
lo que aprendo se me olvida,
lo que pasa es que te quiero.

Gloria Fuertes

MIÉRCOLES 28

MAÑANA

Mañanas creativas (M)

Espacio de encuentro veraniego para explorar tu lado más creativo. Cada día exploraremos diferentes técnicas y propuestas artísticas desde el collage, la pintura, la fotografía, el fanzine y la escritura creativa.

10:00-12:00h Semanal

Nuestras poetas: Gloria Fuertes y Carmen Conde (M)

Durante dos mañanas de agosto nos acercaremos a dos poetas fundamentales de nuestra historia. A través de video, audio y lectura de textos, el miércoles 21 de agosto conoceremos un poco más a Gloria Fuertes y el 28 a Carmen Conde.

12:00-13:30h



Ilustración de Cristina Jimenez

JUEVES 29

MAÑANA

Desayunos refrescantes (M)

10:30-12:00h Semanal

Vamos juntas a la piscina (M)

Una mañana de encuentro en la piscina municipal, para refrescarnos y apoyarnos en el día a día mientras charlamos y reflexionamos en torno a nuestras experiencias y cómo se encuentran atravesadas por las desigualdades de género. ¡Anímate a pasar una mañana de aprendizaje y diversión!

10:30-13:30h Semanal

Las salidas del Mirabal:

Las hijas de Minerva. Museo del romanticismo. (TP)

Proyecto fotográfico instalativo y performático ideado por las artistas Laura San Segundo y Alejandría Cinque que cuestiona los roles de género en el siglo XIX. Haremos una visita guiada por personal del Museo del Romanticismo.

11:00-12:30h



VIERNES 30

MAÑANA

Taller de memoria (M)

Activa tu memoria, a través de ejercicios y juegos, en compañía de otras mujeres

11:00-12:30h

Bailongas en verano: taller de danza, juego y movimiento (M)

Un espacio para conectar con nuestro cuerpo, a través del juego creativo y la expresión corporal para desarrollar la creatividad, la imaginación y el placer del movimiento que conecta con nuestras emociones y mundo interior.

12:00-13:30h Semanal

Grupo autónomo de Wikipedia (M)

11:00-13:00h Semanal

(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

