

ESPACIO DE IGUALDAD LUCRECIA PÉREZ

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: 91 588 39 57

Correo electrónico: lucreciaperez3@madrid.es

Presencialmente: Calle Manresa, 1-bis (metro Fuencarral)

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes, de 8 a 16 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:

- Digitalizadas.
- Formación a profesionales.
- Fortaleciendo redes.

- Disponibilidad de aula.

- Biblioteca Una Habitación Propia.
- Exposición Historia del Espacio de Igualdad.
- Exposición Atreverse a dejar huella.

SEMANA DEL 1 AL 2 DE AGOSTO 2024

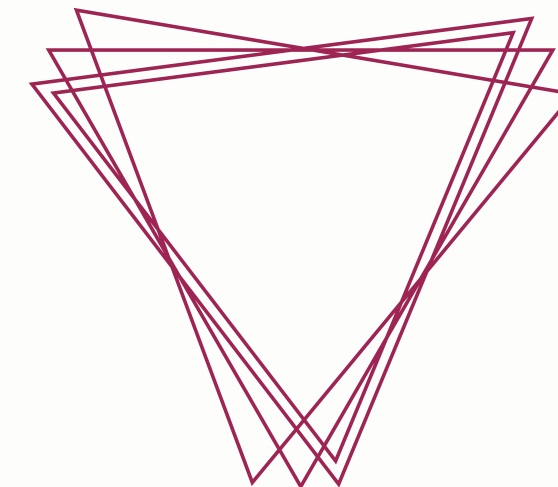


NADA MÁS QUE FEMINISMO
NADA MENOS QUE IGUALDAD

JUEVES 1

MAÑANA

Conecta tu mente (M)
10:00-11:30h Quincenal



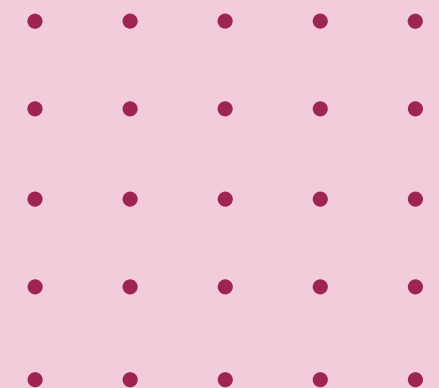
VIERNES 2

MAÑANA

Espacio Profesional (M)

En estas sesiones se ofrecerá información y orientación con el objetivo de promover el desarrollo profesional de las participantes, en relación a diferentes temáticas.

10:30-12:00h Mensual



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

SEMANA DEL 5 AL 9 DE AGOSTO 2024



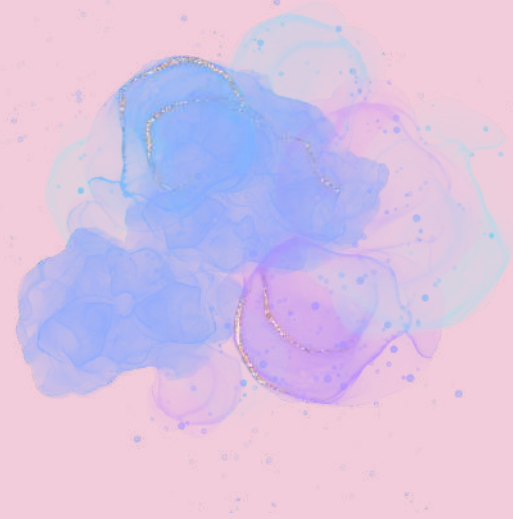
LUNES 5

MAÑANA

Acuarelas contra la violencia de género (M)

Aprenderemos la técnica para pintar flores mientras compartes tus pensamientos y sentimientos a través del arte, creando así un espacio de diálogo y sensibilización sobre la importancia de erradicar la violencia de género en la sociedad.

11:30 - 13:30h



MARTES 6

MAÑANA

Aprende Inglés (M)

Si quieres aprender o practicar tus conocimientos básicos de inglés, te invitamos a participar en este taller.

11:00-12:30h

Radio: La Lucre en Onda (TP)

Continuamos con nuestro espacio de radio un mes más,

12:00-13:30h

MIÉRCOLES 7

MAÑANA

Diálogos por la igualdad (TP)

Crearemos un espacio de diálogo para compartir experiencias en el camino hacia la igualdad y construir soluciones para una sociedad más igualitaria.

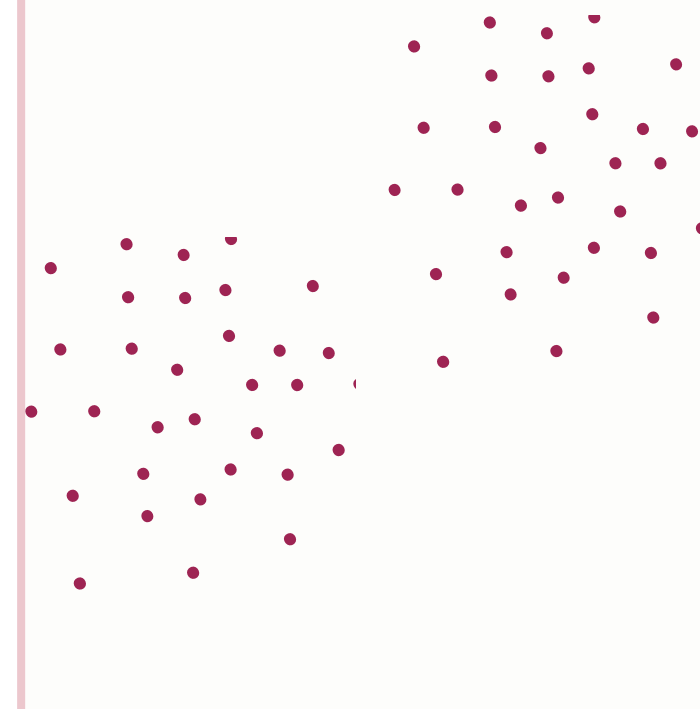
11:00 - 12:30h

JUEVES 8

MAÑANA

Activa tu mente (M)

12:00-13:30h Quincenal



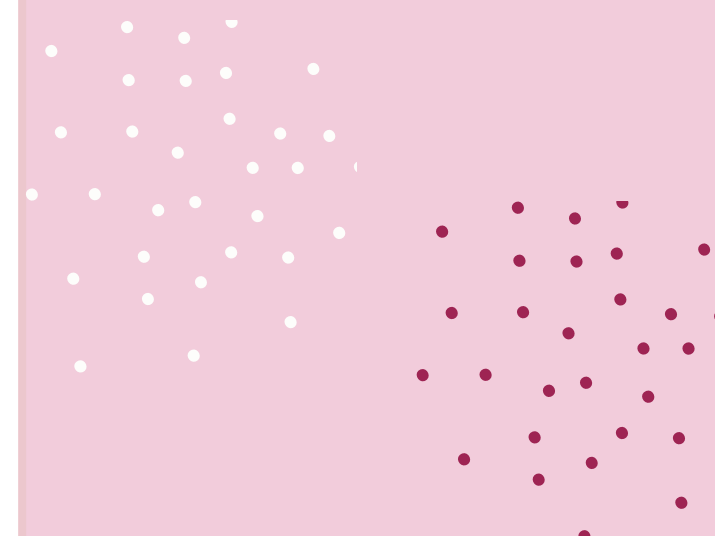
VIERNES 9

MAÑANA

Igualdad en juego (TP)

Os proponemos una actividad para hacer deporte con el fresquito del aire y encima reflexionando sobre el papel que juegan las mujeres en el deporte. ¿Qué más se puede pedir?

12:00 - 13:30h



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

SEMANA DEL 12 AL 16 DE AGOSTO 2024

LUNES 12

MAÑANA

¡Nos vamos de Expo! Take this with you (TP)

Widline Cadet, artista de origen haitiano, utiliza su práctica fotográfica para reflexionar sobre la naturaleza de su experiencia diaspórica, abordando ideas como el parentesco, el legado intergeneracional y la fragilidad de la memoria. Quedamos en la parada de Metro Fuencarral

10:00-13:30h

MARTES 13

MAÑANA

Aprende Inglés (M)

Si quieres aprender o practicar tus conocimientos básicos de inglés, te invitamos a participar en este taller.

11:00-12:30h

Cuidado del yo (M)

11:30-12:30h

Improvisarte (TP)

Descubre tu voz y potencia creativa con nosotras realizando juegos y dinámicas de improvisación.

12:30-13:30h

MIÉRCOLES 14

MAÑANA

Cineforum veraniego (M)

¿Te apetece ver una película de comedia y analizarla desde la perspectiva de género?

11:00-13:00h

¿Te sientes acuerpada? (M)

¿Conoces el término "acuerpada"? Os invitamos a participar en este coloquio en el que debatiremos y abordaremos temas, desmitificando conceptos y creencias sobre el sentimiento de soledad a pesar de estar aparentemente acompañada.

13:00-14:00h

JUEVES 15

FESTIVO

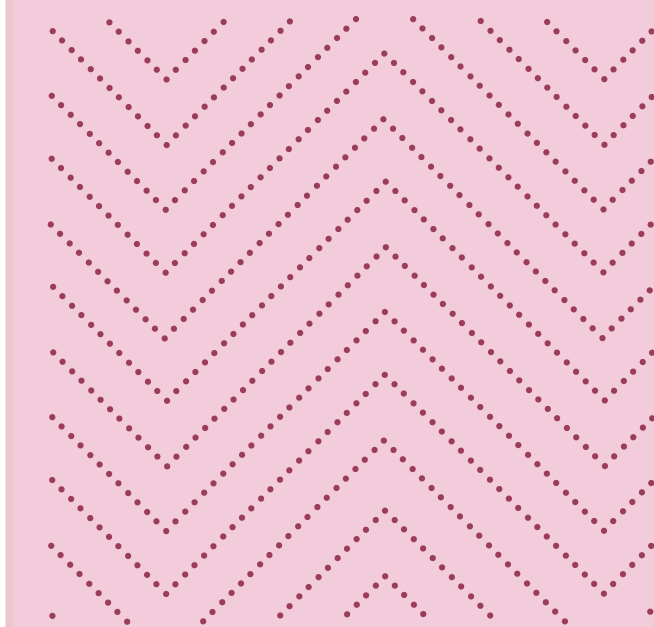
VIERNES 16

MAÑANA

Detecto y me protejo (M)

Os proponemos este taller para aprender a identificar comportamientos abusivos con el fin de poder reaccionar a tiempo y poner límites necesarios para la autoprotección.

12:00-14:00h



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

SEMANA DEL 19 AL 23 DE AGOSTO 2024

LUNES 19

MAÑANA

Cineforum veraniego II (TP)

Nos refugiarnos del calor con un palomitas, limonada y una buena película. En este caso aprovecharemos para reflexionar acerca de violencia de género.

12:00-14:00h



MARTES 20

MAÑANA

Aprende Inglés (M)

Si quieres aprender o practicar tus conocimientos básicos de inglés, te invitamos a participar en este taller.

11:00-12:30h



MIÉRCOLES 21

MAÑANA

BAE TIC´S (M)

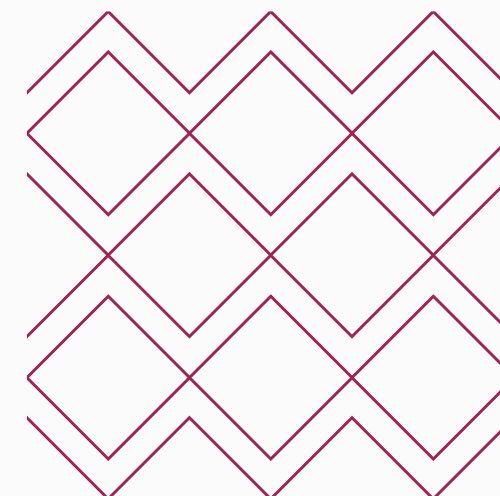
Promover las competencias digitales necesarias en el proceso de búsqueda activa de empleo.

10:30 - 12:00h Mensual

JUEVES 22

Conecta tu mente (M)

10:00-11:30h Quincenal



VIERNES 23



((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

Paseos saludables (TP)

Propoñemos un paseo saludable a primera hora de la mañana para que las personas que participan en las entidades del distrito se puedan conocer y generar redes de apoyo.

9:00 - 11:00h



MARTES 27

MAÑANA



MIÉRCOLES 28

MAÑANA

Sexualidad femenina (M)

En un espacio de mujeres, abordaremos los tabúes sobre el placer sexual de las mujeres y la sexualidad en general, en un ambiente relajado y divertido.

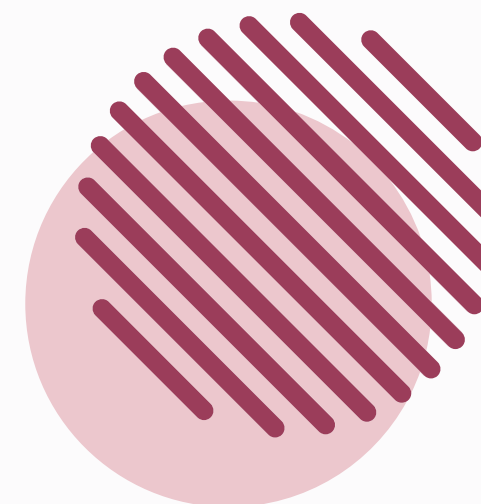
11:30-13:00h

JUEVES 29

MAÑANA

Activa tu mente (M)

12:00-13:30h Quincenal



VIERNES 30



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