

# ESPACIO DE IGUALDAD MARÍA DE MAEZTU

## PROGRAMACIÓN SEPTIEMBRE 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: 91 022 82 56

Correo electrónico: mariademaeztu6@madrid.es

Dirección: Auditorio Cerro Almodóvar, Calle Marcelino Castillo 29.

### HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes, de 10 a 14h y de 16 a 20h. 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:

- Biblioteca de libre intercambio
- Aula digital abierta (wifi y tablets a disposición)
- Disponibilidad de aula
- Mapa de Redes Sororas. Herramienta comunitaria para identificar entidades aliadas en el camino hacia la igualdad.
- Exposiciones: “El viaje del alma” y “Mujeres gitanas referentes”
- Grupo de apoyo para trabajadoras del hogar y cuidadas. Contáctanos y te confirmamos la fecha del encuentro.

# SEMANA DEL 2 AL 6 DE SEPTIEMBRE 2024



**LUNES 2**  
**MAÑANA**

## **Mujeres digitalizadas (M)**

Espacio de aprendizaje para ser más autónomas en el manejo del móvil y de las tablets.

**12:00-13:30h Semanal**

**MARTES 3**  
**MAÑANA**

## **Curso de formación a profesionales: la mirada de los hombres en la igualdad (TP)**

Cierre del curso formativo a profesionales para abordar el enfoque de las masculinidades igualitarias.

**10:00-12:00h**

**MIÉRCOLES 4**

**TARDE**

## **Creando redes entre personas jóvenes del colectivo lgtbi (TP)**

Espacio para conectarnos con personas del colectivo LGTBI donde charlar y generar cambios en nuestras comunidades para hacer de los lugares espacios libres de violencia.

**18:00-19:30h Mensual**

**JUEVES 5**  
**MAÑANA**

## **Cuidamos nuestra autoestima (M)**

¿Qué es el cuidado? ¿Qué es el autoestima? A través de técnicas corporales exploraremos estos términos.

**11:00-12:30h Mensual**

**VIERNES 6**  
**MAÑANA**

## **Ideamos juntas el Espacio de Igualdad (TP)**

¿Cómo quieres que sea el Espacio de Igualdad de tu distrito? ¿Qué cosas quieres que ocurran en él? Nos juntamos para crear y pensar ideas, talleres y propuestas para construir juntas este espacio.

**11:00-13:00h Mensual**



(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 9 AL 13 DE SEPTIEMBRE 2024



**LUNES 9**  
**MAÑANA**

## **Mujeres digitalizadas (M)**

Espacio de aprendizaje para ser más autónomas en el manejo del móvil y de las tablets.

**12:00-13:30h Semanal**

**TARDE**

## **Bienestar emocional (M)**

Espacio para fomentar el bienestar emocional a través de la meditación y la vinculación grupal

**18:00-19:30h Semanal**

**MARTES 10**  
**MAÑANA**

## **Gala AntiÓscar a...¡los anuncios más machistas! (TP)**

Analizaremos campañas publicitarias pasadas y actuales con perspectiva de género; conoceremos qué normativa prohíbe el sexismo en la publicidad, qué organismos la supervisan; y aprenderemos cómo podemos denunciarla si la identificamos.

**12:00-13:30h**



**MIÉRCOLES 11**  
**MAÑANA**

## **Búsqueda de empleo y cuidado emocional (M)**

Ciclo de talleres para mejorar nuestra preparación frente al mundo laboral.

**10:00-12:00h Semanal**

**TARDE**

## **Reunión Red Feminista de Latina (TP)**

Compuesta por entidades sociales, asociaciones y vecinas comprometidas con la igualdad de género y con ganas de impulsar iniciativas de cambio en los barrios.

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



**JUEVES 12**  
**MAÑANA**

## **Salida a la exposición de Roberta González (M)**

Volvemos a visitar el Museo de Arte Contemporáneo de Madrid para conocer la obra de la pintora abstracta y cubista Roberta González

**11:00-12:30h**

**VIERNES 13**

**TARDE**

## **Cineforum (TP)**

Únete para reflexionar sobre diferentes temas a través del cine en buena compañía.

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

(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 16 AL 20 DE SEPTIEMBRE 2024



**LUNES 16**

**MAÑANA**

**Mujeres digitalizadas (M)**

Espacio de aprendizaje para ser más autónomas en el manejo del móvil y de las tablets.

**12:00-13:30h Semanal**

**TARDE**

**Bienestar emocional (M)**

**18:00-19:30h Semanal**

**Grupo de hombres por la igualdad (H)**

Seguimos construyendo cambios sociales y colectivos hacia vidas libres de violencia machista y relaciones igualitarias.

**18:00-19:30h Quincenal**

**MARTES 17**

**MAÑANA**

**Transformando realidades a través de la Comisión de Salud Mental y Violencia de Género (TP)**

Espacio de profesionales de la Red de Salud Mental dirigido a la mejora del acompañamiento social desde una perspectiva de género.

**11:00-13:00h Mensual**

**MIÉRCOLES 18**

**MAÑANA**

**Búsqueda de empleo y cuidado emocional (M)**

Ciclo de talleres para mejorar nuestra preparación frente al mundo laboral.

**10:00-12:00h Semanal**

**JUEVES 19**

**MAÑANA**

**Autocuidado a través del movimiento (M)**

Espacio personal y compartido donde a través de ejercicios prácticos sentirnos mejor en nuestros cuerpos.

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

**VIERNES 20**

**MAÑANA**

**Nociones básicas para la búsqueda de alquiler (M)**

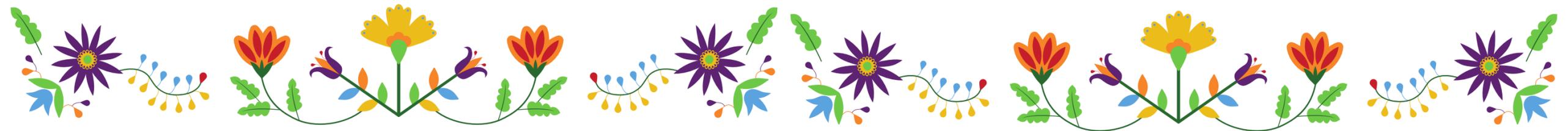
La Asociación Provivienda imparte esta sesión donde conoceremos claves y herramientas útiles para hacer un poco más ligera la búsqueda de vivienda en alquiler

**10:00-12:00h**

**Hombres, género y salud mental (H)**

Encuentro entre hombres con problemas de salud mental para impulsar la igualdad en nosotras y nuestro entorno.

**12:00-13:30h Mensual**



**(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 23 AL 27 DE SEPTIEMBRE 2024



## LUNES 23 MAÑANA

### Scape Room contra la trata (TP)

Conocemos más de cerca este delito y vulneración de derechos y cómo afecta especialmente a las mujeres.

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

### Mujeres digitalizadas (M)

**12:00-13:30h Semanal**

## TARDE

### Bienestar emocional (M)

Espacio para fomentar el bienestar emocional a través de la meditación y la vinculación grupal

**18:00-19:30h Semanal**

## MARTES 24 MAÑANA

### Centros de salud como agentes de cambio (TP)

Red de profesionales de atención primaria para el impulso en formación y acciones en materia de igualdad y prevención de violencia machista.

**14:00-15:00h Mensual**

## TARDE

### Merendola por la igualdad (TP)

Únete a esta quedada mensual para merendar y charlar con la juventud del distrito sobre temas de igualdad, diversidad, sexualidad...

**18:00-19:30h Mensual**

## MIÉRCOLES 25 MAÑANA

### Búsqueda de empleo y cuidado emocional (M)

Ciclo de talleres para mejorar nuestra preparación frente al mundo laboral.

**10:00-12:00h Semanal**

## TARDE

### Danza entre mujeres (M)

Danzar juntas a través del juego, improvisación, movimiento y creación.

No se requiere experiencia previa

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

## JUEVES 26 MAÑANA

### Autocuidado a través del movimiento (M)

Espacio personal y compartido donde a través de ejercicios prácticos sentirnos mejor en nuestros cuerpos.

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



## VIERNES 27 MAÑANA

### Claves y reflexiones para el acompañamiento a mujeres gitanas (TP):

Curso de formación a profesionales de la salud, educación e intervención social. Sesión 1: Zona Segura. Incorporando las gafas antirracistas en el mirar(nos): la interseccionalidad.

**12:00-13:30h**

## TARDE

### Cineforum (TP)

Únete para reflexionar sobre diferentes temas a través del cine en buena compañía.

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

(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 30 DE SEPTIEMBRE 2024



**LUNES 30**  
**MAÑANA**

**Mujeres digitalizadas (M)**

Espacio de aprendizaje para ser más autónomas en el manejo del móvil y de las tablets.

**12:00-13:30h Semanal**

**TARDE**

**Bienestar emocional (M)**

**18:00-19:30h Semanal**

**Grupo de hombres por la igualdad (H)**

Seguimos construyendo cambios sociales y colectivos hacia vidas libres de violencia machista y relaciones igualitarias.

**18:00-19:30h Quincenal**

*“Los derechos sexuales y reproductivos significan que todas las personas puedan tomar de manera libre decisiones relacionadas con su sexualidad y reproducción y que no estén coaccionadas por un entorno o por ningún tipo de opresión”*

**Luisa Kislinger**, Activista, investigadora y autora en derechos de las mujeres e igualdad de género

**28 de septiembre, Día Internacional por los Derechos Sexuales y Reproductivos**



**(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)

