

# ESPACIO DE IGUALDAD BERTA CÁCERES

## PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 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 Permanente "Mi deidad totémica"



políticas sociales,  
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad  
y contra la Violencia de Género

[madrid.es/espaciosdeigualdad](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)  
[madrid.es/go/espaciodeigualdadbertacaceres](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadbertacaceres)



# SEMANA DEL 1 DE NOVIEMBRE 2024

Amurallar el propio sufrimiento es arriesgarte a que te devore desde el interior  
(Frida Kahlo)

Y todo comenzó el día en que él me hizo creer que sus celos eran amor...  
(Laura Iglesia San Martín)

Teníamos dos opciones: estar calladas y morir o hablar y morir. Decidimos hablar  
(Malala Yousafzai)

Cuando trataron de callarme, grité  
(Teresa Wilms)

Calificar a la violencia de género como un asunto de mujeres es parte del problema. Da a una enorme cantidad de hombres la excusa perfecta para no prestar atención  
(Jackson Katz)

## Día Internacional por la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres



VIERNES 1

FESTIVO

(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)  
[madrid.es/go/espaciodeigualdadbertacaceres](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadbertacaceres)



# SEMANA DEL 4 AL 8 DE NOVIEMBRE 2024

## LUNES 4

MAÑANA

**Co-laboratorio de empoderamiento laboral (M)**  
Uso de las Tic para el empleo y espacio de búsqueda colaborativa  
**10:00-12:00h Quincenal**

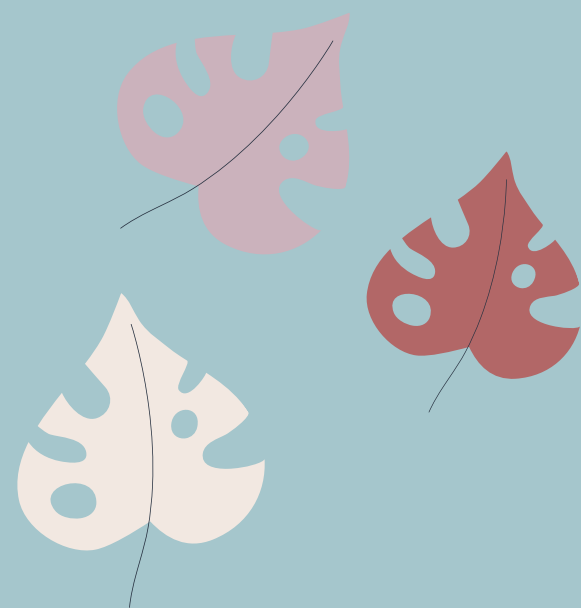
TARDE

**Teatralizadas (M)**  
Grupo de Teatro. No necesita experiencia previa  
**17:00-19:00h Quincenal**

## MARTES 5

MAÑANA

**Biografías y confidencias. Gloria Steinem (TP)**  
Elaboración de la biografía de una mujer de la historia mediante manejo del ordenador  
**10:00-12:00h**



## MIÉRCOLES 6

MAÑANA

**Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)**  
Grupo de refuerzo para la lectura y escritura  
**10:00-11:30h Semanal**

**Nuestros derechos y obligaciones como inquilinas (M)**  
Conoceremos la legislación y normativa que regula en la actualidad los arrendamientos para aprender nuestros derechos y obligaciones como inquilinas.  
En colaboración con Provienda  
**11:30-13:30h**

TARDE

**Tejedoras de palabras. Tejiendo contra la Violencia de Género (M)**  
Grupo para resignificar el ganchillo y tejer con perspectiva feminista  
**17:00-18:30h Quincenal**

## JUEVES 7

MAÑANA

**Relaxing Berta. Grupo 1 (M)**  
Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro  
**10:00-11:00h Semanal**

**Tecno-creando. Censuradas II (M)**  
Uso de ordenador para investigación y creación artística  
**11:00-13:00h Semanal**

TARDE

**Autodefensa Feminista (M)**  
Espacio seguro y sororo donde aprender a identificar situaciones de violencia y conocer estrategias de autodefensa feminista física, emocional, verbal y no verbal  
**16:30-18:30h Sesión 1/2**

## VIERNES 8

MAÑANA

**Círculo de mujeres sabias. Identificando nuestra supervivencia (M)**  
Espacio para compartir vivencias y sabidurías para mayores de 65 años  
**10:00-12:00h**

TARDE

**Proyección a debate Las Glorias (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



# SEMANA DEL 11 AL 15 DE NOVIEMBRE 2024

## LUNES 11

### MAÑANA

**Mujeres Eléctricas III (M)**  
Nos apropiamos de los conocimientos de la electricidad para una mayor autonomía y para crear material de sensibilización en igualdad.  
**10:00-12:30h Sesión 1/3**

### TARDE

**Lo peor que le puede pasar. Encuentro literario (TP)**  
Teresa Olalla acudirá al Espacio de Igualdad para presentar su novela. Charlaremos sobre las motivaciones que le han llevado a escribir y las luces y sombras de publicar una novela.  
**16:30-18:30h**

## MARTES 12

### MAÑANA

**Mujeres Eléctricas III (M)**  
Nos apropiamos de los conocimientos de la electricidad para una mayor autonomía y para crear material de sensibilización en igualdad.  
**10:00-12:30h Sesión 2/3**

### TARDE

**Reparación de violencia de género (M)**  
Espacio de intercambio, conocimiento, sororidad y desarrollo de una identidad libre de estigmas. Identificación de las consecuencias de una relación de desigualdad y abuso y factores de protección en el proceso de reparación  
**17:00-19:00h**

## MIÉRCOLES 13

### MAÑANA

**Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)**  
Grupo de refuerzo para la lectura y escritura  
**10:00-11:30h Semanal**

### TARDE

**Movimiento y expresión corporal (M)**  
Ejercicio en un espacio seguro para sentirnos libres  
**17:00-18:00h**

**Relaxing Berta. Grupo 2 (M)**  
Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro  
**18:15-19:15h**

## JUEVES 14

### MAÑANA

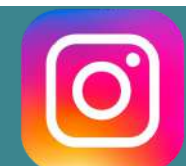
**Relaxing Berta. Grupo 1 (M)**  
Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro  
**10:00-11:00h Semanal**

**Tecno-creando. Censuradas II (M)**  
Uso de ordenador para investigación y creación artística  
**11:00-13:00h Semanal**

## VIERNES 15



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



# SEMANA DEL 18 AL 22 DE NOVIEMBRE 2024

red de  
espacios de  
igualdad



## LUNES 18

MAÑANA

**Co-laboratorio de empoderamiento laboral (M)**  
Uso de las Tic para el empleo y espacio de búsqueda colaborativa  
**10:00-12:00h Quincenal**

**Mujeres Eléctricas III (M)**  
Nos apropiamos de los conocimientos de la electricidad para una mayor autonomía y para crear material de sensibilización en igualdad.  
**10:00-12:30h Sesión 3/3**

TARDE

**Teatralizadas (M)**  
Grupo de Teatro. No necesita experiencia previa  
**17:00-19:00h**

## MARTES 19

MAÑANA

**Escritura creativa. Una de nosotras (M)**  
Espacio de expresión. Este mes pondremos voz a las invisibilizadas  
**10:30-12:30h**

TARDE

**Bientratándome (M)**  
Exploraremos la forma de tratarnos a nosotras mismas. ¿De qué forma me cuido? ¿Cuándo y cómo me des-cuido? ¿Cómo establezco los límites?. A través de dinámicas corporales y creativas crearemos nuevas formas de bien-tratarnos  
**17:00-19:00h**

## MIÉRCOLES 20

MAÑANA

**Colgadas. Visibilizando los feminicidios de 2024 (TP)**  
Encuentro comunitario para rendir homenaje a las mujeres asesinadas en 2024. Se realizará una muestra artística colgante con los nombres de las mujeres, pasando a quedar expuestas en una de las salas del Espacio.  
**10:30-13:00h**

TARDE

**Actividad interespacial 25N: Autodefensa feminista. (M)**  
Con motivo del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer 25 N, queremos reunir a todos los grupos de autodefensa feminista de la Red Municipal de Espacios de Igualdad y a todas las mujeres que quieran participar. Nos encontraremos para compartir aprendizajes y realizar una clase grupal de autodefensa feminista.  
**17:00-19:30h**

## JUEVES 21

MAÑANA

**Jornada de formación a profesionales. Intervención con perspectiva de género. Prevención y detección de violencia machista (TP)**  
Con motivo del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, el 25 de noviembre, llevamos a cabo esta jornada formativa dirigida a profesionales de la intervención social, en la que trabajar la incorporación de la perspectiva de género en nuestra práctica diaria y el trabajo específico en prevención y actuación contra la violencia machista.  
**10:00-14:00h Sesión 1/2**

TARDE

**Autodefensa Feminista (M)**  
Espacio seguro y sororo donde aprender a identificar situaciones de violencia y conocer estrategias de autodefensa feminista física, emocional, verbal y no verbal  
**16:30-18:30h Sesión 2/2**

## VIERNES 22

MAÑANA

**Jornada de formación a profesionales. Intervención con perspectiva de género. Prevención y detección de violencia machista (TP)**  
Con motivo del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, el 25 de noviembre, llevamos a cabo esta jornada formativa dirigida a profesionales de la intervención social, en la que trabajar la incorporación de la perspectiva de género en nuestra práctica diaria y el trabajo específico en prevención y actuación contra la violencia machista.  
**10:00-14:00h Sesión 2/2**

**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



políticas sociales,  
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad  
y contra la Violencia de Género

[madrid.es/espaciosdeigualdad](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)  
[madrid.es/go/espaciodeigualdadbtertacaceres](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadbtertacaceres)



# SEMANA DEL 25 AL 29 DE NOVIEMBRE 2024

MADRID  
red de  
espacios de  
igualdad



## LUNES 25<sup>N</sup>

MAÑANA

### Lecturas repletas de sabiduría (M)

Club de lectura para mejorar la comprensión lectora

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

### Recorriendo las manifestaciones de violencia hacia las mujeres (TP)

Encuentro comunitario en el que explorar, conocer y reflexionar sobre diferentes formas de violencia hacia las mujeres.

Organizada por la Mesa de Género de Usera

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

TARDE

### Usera libre de violencia machista (TP)

Marcha que recorrerá las calles del distrito para visibilizar la violencia de género. Inicia en C/ Evangelios a las 17h.

En colaboración con la Mesa de Género de Usera y el colectivo Feministas Usera

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

## MARTES 26

MAÑANA

### Lideresas. Feminismo, un estilo de liderazgo (M)

Grupo para impulsar el empoderamiento y el liderazgo

**10:30-12:30h**

## MIÉRCOLES 27

MAÑANA

### Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura

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

### Dinamización Exposición Colgadas. Visibilizando los feminicidios de 2024 (TP)

Encuentro donde las creadoras compartirán y explicarán la muestra artística a la población que acuda a visitarla

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

TARDE

### Tejedoras de palabras. Tejiendo contra la Violencia de Género (M)

Grupo para resignificar el ganchillo y tejer con perspectiva feminista

**17:00-18:30h Quincenal**

## JUEVES 28

MAÑANA

### Relaxing Berta. Grupo 1 (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

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

### Tecno-creando. Censuradas II (M)

Uso de ordenador para investigación y creación artística

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

TARDE

### Investigadoras de la actualidad (M)

Analizando la realidad a través de las Tic con perspectiva de género para detectar y visibilizar violencia machista

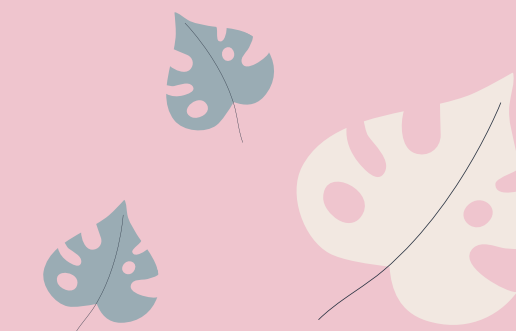
**17:00-19:00h**

### Paseo de Jane barrio de Zofío. Observatorio de Género de Usera (TP)

Paseo por el barrio de Zofío con una perspectiva de urbanismo feminista

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

## VIERNES 29



TARDE

### Hablamos del caso Nevenka (TP)

Analizaremos la historia de Nevenka Fernández y cómo acabó siendo protagonista de la primera sentencia de condena a un político por acoso sexual.

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

### Club de lectura (TP)

Espacio de reflexión en torno a lecturas con perspectiva de género.

En colaboración con Feministas Usera

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

(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)  
[madrid.es/go/espaciodeigualdadbertacaceres](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadbertacaceres)

