

ESPACIO DE IGUALDAD JUANA DOÑA

PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 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.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 588 17 18

Correo electrónico: juanadona1@madrid.es

Presencialmente: Paseo de la Chopera, 10. Metro Legazpi (líneas 3 y 6).

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.



ADEMÁS TENEMOS:



Biblioteca Juana Doña

SEMANA DEL 1 DE NOVIEMBRE 2024



“La violencia sobre la mujer tiene una capacidad adaptativa brutal y en el caso de los más jóvenes se adapta a las formas peculiares de interaccionar que se facilitan por los medios digitales. La ciberviolencia va a facilitar la violencia de control en todas sus manifestaciones, incluida la sexual. El número de delitos que vemos en los juzgados y que tienen que ver con fuentes digitales ha aumentado, fundamentalmente en los jóvenes. (...) Las situaciones de violencia, en comparación con lo que se veía hace unos años en los juzgados, son más graves”

Lucía Avilés, magistrada del Juzgado de lo Penal número 2 de Mataró (Barcelona).

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
madrid.es/go/espaciodeigualdadjuanadona



SEMANA DEL 4 AL 8 DE NOVIEMBRE 2024

LUNES 4



MARTES 5

MAÑANA

Violencia sexual (TP)
Formación dirigida a profesionales de la intervención, especialmente de Arganzuela, Villaverde y Usera en el marco del Curso de Coordinadas Feministas.

11:30-13:30h

Grupo: La memoria de las mujeres (M)

Espacio en proceso de autogestión dedicado al autocuidado mental.

11:00-13:00h

TARDE

Red de Ganchilleras (M)

Espacio abierto para encontrarse, crear elaboraciones conjuntas de ganchillo y, en definitiva, tejer red.

17:00-19:00h

Una chapuzas en casa: taladro, grifería, silicona y electricidad (M)

Aprender a realizar pequeños arreglos en casa nos puede dar mayor autonomía e independencia en nuestra vida.

17:30-19:30h

MIÉRCOLES 6



TARDE

Emprender poniendo la vida en el centro II (M)

Dirigido a mujeres que participaron en la primera parte del taller de emprendimiento y para emprendedoras que tengan algunos conocimientos de economía social y solidaria y ecofeminismo

18:00-19:45h

JUEVES 7

MAÑANA

Autorreconocimiento de discriminación racial y recursos para afrontarla (TP)

Reconoceremos e identificaremos todas aquellas discriminaciones raciales que pueden sufrir las personas, así como los medios para combatirlas y los recursos de apoyo existentes.

10:30-12:30h

Relacionarme con buen trato (M)

Revisaremos nuestros modelos afectivos, desmontaremos mitos y falsas creencias sobre el amor y las relaciones afectivas, y conoceremos recursos para construir relaciones desde el buen trato.

10:30-12:30h

VIERNES 8

MAÑANA

¡Qué nos quiten lo bailao! (M)

Aprenderás a tocar y bailar en grupo con el agbê, un instrumento africano. No es necesaria experiencia previa, solo las ganas y el compromiso.

10:30-12:30h

TARDE

Clown (M)

El objetivo fundamental del curso es descubrir a nuestras payasas utilizando la disciplina artística como herramienta, como juego, olvidándonos de la profesionalidad del teatro (no está dirigido a actrices).

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

madrid.es/go/espaciodeigualdadjuanadona



SEMANA DEL 11 AL 15 DE NOVIEMBRE 2024

LUNES 11



MARTES 12

MAÑANA

Violencia sexual (TP)
Formación dirigida a profesionales de la intervención, especialmente de Arganzuela, Villaverde y Usera en el marco del Curso de Coordinadas Feministas.

11:30-13:30h

Grupo: La memoria de las mujeres (M)

Espacio en proceso de autogestión dedicado al autocuidado mental.

11:00-13:00h

TARDE

Red de Ganchilleras (M)

Espacio abierto para encontrarse, crear elaboraciones conjuntas de ganchillo y, en definitiva, tejer red.

17:00-19:00h

Danza Libre por el Buen Trato (M)

Disfrutaremos a través del juego y de la improvisación, respetando nuestros límites y explorando juntas.

18:00-19:30h

MIÉRCOLES 13

MAÑANA

Bienestar corporal (M)
Cuidaremos nuestro cuerpo a través de la danza, la expresión corporal, la respiración y el disfrute de pasar un buen rato entre todas. Compartiremos, a través de la palabra, nuestras vivencias y sentires.

10:30-12:00h

TARDE

Emprender poniendo la vida en el centro II (M)

Dirigido a mujeres que participaron en la primera parte del taller de emprendimiento y para emprendedoras que tengan algunos conocimientos de economía social y solidaria y ecofeminismo

18:00-19:45h

JUEVES 14

MAÑANA

Autorreconocimiento de discriminación racial y recursos para afrontarla (TP)

10:30-12:30h

Relacionarme con buen trato (M)

10:30-12:30h

TARDE

Escritura: las historias que llevamos dentro (M)

En este taller no importa el nivel ni la experiencia, solo pasarlo bien y darle voz a las historias que llevamos dentro.

18:00-19:30h

Círculo de Mujeres (M)

Grupo que, a iniciativa propia, han solicitado espacio para seguir reuniéndose y compartir saberes y sentires.

17:30-19:30h

VIERNES 15

MAÑANA

Háztelo tú misma: Mural conmemorativo por el 25N (M)

Nos uniremos para visibilizar y recordar a cada una de ellas. Te invitamos a formar parte del mural conmemorativo de este 2024.

10:30-13:00h

TARDE

El Coro de las Doñas (TP)

El canto coral es fuente de salud y creatividad. Todas las personas podemos cantar; tal vez hayamos inhibido este potencial, por ello, es tan liberador permitarnos explorar y disfrutar de nuestro sonido.

(Actividad quincenal. Se requiere compromiso de asistencia de septiembre a diciembre).

18:00-19:30h

(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

madrid.es/go/espaciodeigualdadjuanadona



SEMANA DEL 18 AL 22 DE NOVIEMBRE 2024



LUNES 18 MAÑANA

Charlemos sobre el duelo: Cinefórum (M)

Abordaremos el duelo y la muerte de las personas queridas a través del visionado de una película animada ambientada en México y en el Día de muertos. Se realizará un coloquio posteriormente.

10:30-13:30h

TARDE

Club de cine: las chicas del celuloide (TP)

Desde el club de cine "Las Chicas del Celuloide", vemos, debatimos y aprendemos sobre cine. Una propuesta de los Espacios de Igualdad Clara Campoamor y Juana Doña en colaboración con Cine Embajadores. Este mes veremos la película Soy Nevenka, de Iciar Bollain.

16:45-19:30h

MARTES 19 MAÑANA

Grupo: La memoria de las mujeres (M)

Espacio en proceso de autogestión dedicado al autocuidado mental.

11:00-13:00h

TARDE

Red de Ganchilleras (M)

Espacio abierto para encontrarse, crear elaboraciones conjuntas de ganchillo y, en definitiva, tejer red.

17:00-19:00h

Danza Libre por el Buen Trato (M)

Disfrutaremos a través del juego y de la improvisación, respetando nuestros límites y explorando juntas.

18:00-19:30h

MIÉRCOLES 20 MAÑANA

Salud mental y género (M)

Espacio de apoyo y encuentro en el que aprender y compartir dudas, experiencias y disfrute, te esperamos.

10:30-13:00h

Bienestar corporal (M)

Cuidaremos nuestro cuerpo a través de la danza, la expresión corporal, la respiración y el disfrute de pasar un buen rato entre todas. Compartiremos, a través de la palabra, nuestras vivencias y sentires

10:30-12:00h

TARDE

Actividad interespacial 25N: autodefensa feminista (M)

Para todos los grupos de autodefensa feminista de la Red Municipal de Espacios de Igualdad y todas las mujeres que quieran participar. Compartiremos aprendizajes y realizaremos una clase grupal de autodefensa feminista.

17:00-19:30h

JUEVES 21 MAÑANA

Relacionarme con buen trato (M)

Revisaremos nuestros modelos afectivos, desmontaremos mitos y falsas creencias sobre el amor y las relaciones afectivas, y conoceremos recursos para construir relaciones desde el buen trato.

10:30-12:30h



VIERNES 22 MAÑANA

¡Qué nos quiten lo bailao! (M)

Aprenderás a tocar y bailar en grupo con el agbê, un instrumento africano. No es necesaria experiencia previa, solo las ganas y el compromiso.

10:30-12:30h

TARDE

Clown (M)

El objetivo fundamental del curso es descubrir a nuestras payasas utilizando la disciplina artística como herramienta, como juego, olvidándonos de la profesionalidad del teatro (no está dirigido a actrices).

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

madrid.es/go/espaciodeigualdadjuanadona



SEMANA DEL 25 AL 29 DE NOVIEMBRE 2024



red de
espacios de
igualdad

Espacio de Igualdad

JUANA DOÑA

LUNES 25

MAÑANA

Acto 25N: Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres (TP)

Como cada año, con motivo del 25N, el Espacio de Igualdad os invita a uniros activamente en los eventos que preparamos para reivindicar la lucha contra la violencia de género.

11:00-13:00h



MARTES 26

MAÑANA

Grupo: La memoria de las mujeres (M)

Espacio en proceso de autogestión dedicado al autocuidado mental.

11:00-13:00h

TARDE

Red de Ganchilleras (M)

Espacio abierto para encontrarse, crear elaboraciones conjuntas de ganchillo y, en definitiva, tejer red.

17:00-19:00h

Una chapuzas en casa: taladro, grifería, silicona y electricidad (M)

Aprender a realizar pequeños arreglos en casa nos puede dar mayor autonomía e independencia en nuestra vida.

17:30-19:30h

MIÉRCOLES 27

MAÑANA

Conoce tus instituciones: Encuentro con la UFAM (Policía Nacional) (TP)

Visita a la Unidad de Atención a la Familia y a la Mujer del Cuerpo Nacional de Policía. Sus profesionales nos explicarán su trabajo, sus preocupaciones y las dificultades con las que se encuentran a diario.

11:00-13:00h

Bienestar corporal (M)

Cuidaremos nuestro cuerpo a través de la danza, la expresión corporal, la respiración y el disfrute de pasar un buen rato entre todas. Compartiremos, a través de la palabra, nuestras vivencias y sentires

10:30-12:00h

JUEVES 28

MAÑANA

Relacionarme con buen trato (M)

Revisaremos nuestros modelos afectivos, desmontaremos mitos y falsas creencias sobre el amor y las relaciones afectivas, y conoceremos recursos para construir relaciones desde el buen trato.

10:30-12:30h

TARDE

Cuidando el Planeta nos cuidamos nosotras: Mujeres acusadas de brujería y hechicería (TP)

Paseo por Madrid recordando el momento histórico en el que las mujeres fueron perseguidas y acusadas de brujería y hechicería.

16:00-18:00h

Escritura: las historias que llevamos dentro (M)

En este taller no importa el nivel ni la experiencia, solo pasarlo bien y darle voz a las historias que llevamos dentro.

18:00-19:30h

VIERNES 29

MAÑANA

¡Qué nos quiten lo bailao! (M)

Aprenderás a tocar y bailar en grupo con el agbê, un instrumento africano. No es necesaria experiencia previa, solo las ganas y el compromiso.

10:30-12:30h

TARDE

Clown (M)

El objetivo fundamental del curso es descubrir a nuestras payasas utilizando la disciplina artística como herramienta, como juego, olvidándonos de la profesionalidad del teatro (no está dirigido a actrices).

17:30-19:30h

El Coro de las Doñas (TP)

Todas las personas podemos cantar; tal vez hayamos inhibido este potencial, por ello, es tan liberador permitarnos explorar y disfrutar de nuestro sonido.

18:00-19:30h

(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

madrid.es/go/espaciodeigualdadjuanadona

