

ESPACIO DE IGUALDAD NIEVES TORRES

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.

Espacio accesible para personas con movilidad reducida. Si requieres otra medida de apoyo, ponte en contacto con nuestro centro.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 513 38 47

Correo electrónico: nievestorres5@madrid.es

Presencialmente: Calle Enrique Jardiel Poncela, 8 2º planta.

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes, de 10:00 a 14:00 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.

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 uso Smartphone
- Disponibilidad de aula
- Préstamo de libros
- Préstamo libre de tablets con conexión a internet
- Exposición Smartphoneras



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espaciodeigualdadnievestorres



SEMANA DEL 4 AL 8 DE NOVIEMBRE 2024

LUNES 4

MAÑANA

Autocuidado a través del movimiento (M)
Grupo I 12:30 a 14:00h
Dos veces al mes

Asesoría individual de smartphone (M)
13:00h a 14:00h Semanal



TARDE

Taller de customización textil (M)

Este mes nos centraremos en la customización textil como forma de expresión. Se llevará a cabo una clase donde charlaremos sobre que nos gustaría comunicar a través de nuestra ropa y transformaremos esas palabras en dibujos o palabras que plasmaremos sobre una prenda o pañuelo. Materiales necesarios: una prenda o pañuelo para customizar, hilos, aguja y tijeras
18:00 a 19:30h Quincenal

MARTES 5

MAÑANA

Te llevamos al huerto (TP)

En el huerto comunitario Tómatelo con calma tenemos una parcela lista para regar, plantar, recoger lo sembrado y limpiar de malas hierbas. En noviembre haremos un taller sobre cómo mejorar la fertilidad del suelo con la Asociación el Bancal.



11:15 a 13:15h Dos veces al mes

TARDE

Lectoras conectadas (M)

Seguimos leyendo, seguimos conectadas. Cada mes elegimos una novela que leemos y que lidera una de las integrantes del grupo. Este mes la novela elegida será Aquitania de Eva García Sáenz de Urturi.

17:00h-18:30h Mensual



Coral por la igualdad coro de mujeres (M)

18:30 a 19:45h

Tres veces al mes



MIÉRCOLES 6

MAÑANA

Altar colectivo: un homenaje a nuestras personas queridas fallecidas (TP)

Abrimos este espacio para compartir vivencias y emociones relacionadas con nuestras personas queridas fallecidas y preparar un homenaje al modo de la tradición mexicana. En colaboración con el Proyecto de Prevención del Duelo Complicado - CMSc Chamberí y Tetuán.

11:30h a 13:30h

Arte urbano en el Nieves (M)

Prepárate para crear un graffiti colectivo en el Nieves Torres junto a un grupo de mujeres jóvenes artistas. Queremos reivindicar una sociedad libre de violencia de género. Actividad organizada con el proyecto El barrio más joven.

12:00h a 14:00h

JUEVES 7

MAÑANA

Biodanza (M)

12:00 a 14:00h Quincenal



Exposición Altar de Día de Muertos en Casa México. visita guiada (TP)

Os ofrecemos en este mes tan especial la visita guiada por el altar a Casa México para conocer esta tradición milenaria más destacada del país fruto del sincretismo prehispánico y católico que refleja la riqueza cultural de México.

13:15h a 14:00h

TARDE

Mujeres participativas (M)

Este grupo está formado por mujeres como tú que quieren no solo participar en talleres, sino ser parte del espacio, elaborando una propuesta de taller que consiste en darle forma a un Escape room sobre las mujeres en la historia.

18:30 a 19:50h Quincenal

VIERNES 8

MAÑANA

Fotografía los barrios de Chamartín (TP)

Una vez al mes, nos encontraremos vecinas y vecinos del espacio de igualdad para fotografiar nuestro distrito con nuestro teléfono móvil. Del resultado haremos una exposición. Os invitamos a esta segunda sesión donde haremos un acercamiento práctico del uso de la cámara del móvil para sacarle el máximo partido cuando en los próximos meses salgamos a las calles. Descubriremos barrio a barrio hasta llegar a los seis que ocupan el distrito. Pensado para personas inquietas con ganas de observar el barrio y sus gentes.

11:15 a 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

madrid.es/go/espaciodeigualdadnievestorres



SEMANA DEL 11 AL 15 DE NOVIEMBRE 2024

LUNES 11
MAÑANA

Autocuidado a través del movimiento (M)

Grupo II 12:30 a 14:00h
Dos veces al mes

Asesoría individual de smartphone (M)

13:00h a 14:00h Semanal

TARDE

Taller Conoce tu Móvil (M)

Explora el manejo efectivo del móvil. Aprenderás a identificar elementos clave y a resolver problemas técnicos básicos. Al finalizar la formación serás capaz de personalizar el dispositivo según tus necesidades, reconociendo aplicaciones, herramientas y elementos de configuración. Taller impartido por Madrid Aula digital.

16:00 a 20:00h



MARTES 12
MAÑANA

Grupo terapéutico Alas para volar (M)

Ofrecemos este espacio terapéutico para reparar las heridas emocionales de la violencia machista y avanzar juntas en libertad, ligeras de equipaje. Se valorará la participación, previa entrevista con la psicóloga.

10:30 a 12:00h

Dos veces al mes

Saca el máximo partido a tu biblioteca usando la App eBiblio (TP)

Actividad en colaboración con la Biblioteca Francisco Ibáñez.

12:00 a 13:30h

TARDE

Coral por la igualdad coro de mujeres (M)

18:30 a 19:45h

Tres veces al mes



MIÉRCOLES 13



JUEVES 14
TARDE

Inauguración de la exposición de collages de Bea Montero: Volver a ser (TP)

En este momento vital, la collagista y música Bea Montero nos muestra su mirada y su sentir de este proceso para recordarnos que podemos “vivir libres, ligeras y valientes, alejadas de los miedos y las heridas del pasado.

La exposición temporal se puede visitar en el horario habitual del Espacio del 5 de noviembre al 29 de diciembre.

17:15 a 18:15h

Mujeres participativas(M)

18:30 a 19:50h Quincenal



VIERNES 15
MAÑANA

Arte urbano en el Nieves (M)

Prepárate para crear un graffiti colectivo en el Nieves Torres junto a un grupo de mujeres jóvenes artistas. Queremos reivindicar una sociedad libre de violencia de género. Actividad organizada con el proyecto El barrio más joven.

12:00h a 14:00h

Recuperar la genealogía feminista: La reginalidad o el queenship (TP)

Para este segundo encuentro, os invitamos a conocer el rol que desempeñaban las reinas en periodos concretos de la Edad Media en el territorio hispánico para desmentir el rol pasivo atribuido a las mujeres en los estamentos privilegiados.

12:00h a 13:30h



(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/espaciodeigualdadnievestorres



SEMANA DEL 18 AL 22 DE NOVIEMBRE 2024

LUNES 18

MAÑANA



Colorful breakfast (TP)

10:15 a 11:30h Mensual

Autocuidado a través del movimiento (M)

Grupo I 12:30 a 14:00h

Quincenal



Asesoría individual de smartphone (M)

13:00 a 14:00h Semanal

TARDE

Taller de customización textil (M)

18:00 a 19:30h Quincenal

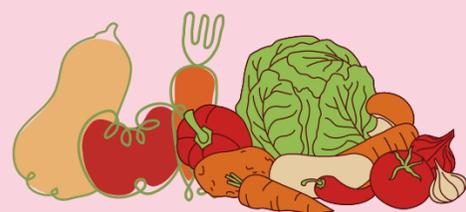


MARTES 19

MAÑANA

Te llevamos al huerto (TP)

11:15-13:15h Dos veces al mes



TARDE

Coral por la igualdad coro de mujeres (M)

¿Te gusta cantar? ¿Quieres vivir la experiencia de participar en un coro? ¡Cantando también construimos igualdad!

18:30 a 19:45h

Tres veces al mes



MIÉRCOLES 20

MAÑANA

Primeros pasos en las redes sociales I (M)

Descubre los fundamentos de las redes sociales. Aprende a interactuar y compartir en plataformas como Meta, X e Instagram. ¿Quieres usar alguna red social, pero no sabes bien por dónde empezar? ¿Te gustaría iniciarte en el mundo de las redes con seguridad? Taller impartido por Madrid Aula digital.

10:00 a 12:00h

TARDE

Actividad interespacial 25N: autodefensa feminista en Nave de Terneras (Matadero)

Nos encontraremos para poder compartir sinergias y realizar una clase grupal de autodefensa feminista.

17:00 a 19:30h

Juntas Sanamos (M)

18:00 a 19:30h Mensual



JUEVES 21

MAÑANA

Primeros pasos en las redes sociales II (M)

10:00 a 12:00h

Biodanza (M)

12:00 a 14:00h

Quincenal



TARDE

EnRADIAdas. El podcast en el barrio (TP)

Hoy nos reunimos para hacer el primer podcast de la temporada, el tema elegido que debatiremos será la menopausia, por el pasado 18 de octubre Día Mundial de la Menopausia. Si quieres tomar la palabra, si quieres escuchar y ser escuchada, eres bienvenida/o al podcast EnRADIAdas. En colaboración con el Barrio más Joven.

17:45 a 19:45h



VIERNES 22

MAÑANA

Arte urbano en el Nieves (M)

Prepárate para crear un graffiti colectivo en el Nieves Torres junto a un grupo de mujeres jóvenes artistas. Queremos reivindicar una sociedad libre de violencia de género. Actividad organizada con el proyecto El barrio más joven.

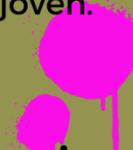
12:00h a 14:00h

TARDE

Taller Cuidados para quien cuida (TP)

En este taller dentro del marco del Día internacional de las personas cuidadoras, queremos ofrecer un espacio para reflexionar juntas en clave de género sobre los cuidados, qué implican, quiénes cuidan y todo lo que ello supone. También haremos recopilación de tips prácticos para nuestro cuidado emocional.

12:00 a 13:30h



(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/espaciodeigualdadnievestorres



SEMANA DEL 25 AL 29 DE NOVIEMBRE 2024

LUNES 25
MAÑANA

Acto conmemorativo por el 25 de noviembre (TP)

Cada 25 de noviembre, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, tenemos mucho que reivindicar y hablar sobre la violencia que las mujeres sufrimos por el mero hecho de serlo. Queremos invitarte a que te unas a esta mañana de reflexión y reivindicación. Queremos contar contigo porque juntas somos más fuertes.

12:00 a 14:00h.

TARDE

Los viernes de cine en el Nieves: Culpa (TP)

Con un guion confeccionado a partir de testimonios reales, esta película pone sobre la mesa las consecuencias más dolorosas de la cultura de la violación.

17:00 a 19:30h

MARTES 26
MAÑANA

Grupo terapéutico Alas para volar (M)

Se valorará la pertinencia de participación, previa entrevista con la psicóloga.

10:30 a 12:00h.

Dos veces al mes

TARDE

Mujeres y arte contemporáneo con Josefina Alix (TP)

Cada dos meses y hasta mayo seguimos trazando la línea de genealogía de mujeres artistas en la escena contemporánea. En este segundo encuentro de la temporada vamos a conocer a la artista Paula Bonet y también su taller la Madriguera. También conoceremos a la artista Marina Vargas, única española que ha expuesto en el Museo Nacional de las Mujeres en Washington.

17:00 a 18:30h

MIÉRCOLES 27
MAÑANA

Tertulia con mi abogada (TP)

Por el Día Internacional de las Personas Cuidadoras que se celebra el 5 de noviembre, conversaremos sobre la dependencia y el procedimiento para acceder a los derechos que establece la Ley de Dependencia.

12:0 a 14:00h. Mensual

TARDE

Las músicas silenciadas: la compositora barroca Barbara Strozzi y la violencia machista (TP)

Barbara Strozzi es una de las grandes compositoras del barroco universal. Su vida ha sido objeto de todo tipo de conjeturas y no conjeturas: desde ser hija natural, pasando por ser utilizada por su padre adoptivo como "cortesana", hasta su incierto final, no deja de ser una de la grandes de la música europea.

17:30 a 19:00h



JUEVES 28
MAÑANA

El cuidado de la salud profesional en la intervención psicosocial: herramientas y resguardos

Dirigido a profesionales del sector social

En este encuentro queremos seguir incidiendo en la reflexión entre profesionales acerca de la influencia de los mandatos y los estereotipos sexistas sobre la salud de las mujeres, abordando específicamente los efectos y malestares que se producen en la salud de las profesionales mujeres y en el propio proceso de la intervención psicosocial y sanitaria. Encuentro facilitado por Cepyp 1.

10:30 a 13:30h



VIERNES 29
MAÑANA

Taller Educación financiera básica planificación y derechos como consumidoras ante el banco (M)

En este taller veremos conceptos básicos como tarjeta de crédito y de débito, transferencia y traspaso, IPC e inflación, formas de pago, etc., cómo realizar un presupuesto personal / familiar así como cómo poner una reclamación ante el banco. El objetivo es familiarizarnos con conceptos financieros del día a día, aprender lo necesario para poder empoderarnos en el ámbito financiero y tomar las riendas de nuestras finanzas, Taller realizado por Economistas sin Fronteras.

11:00 a 12:30h



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

