

ESPACIO DE IGUALDAD JUANA DOÑA

PROGRAMACIÓN DICIEMBRE 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. Días 24-31 diciembre el Espacio permanecerá cerrado.

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 2 AL 6 DE DICIEMBRE 2024

LUNES 2

Mi libertad no cabe ni en jaulas de plata blanca. No reconozco autoridad más allá de mi cuerpo...
Gata Cattana (1991-2017)
Poeta andaluza.

MARTES 3

MAÑANA

Taller Escucha, Atención y Memoria (M)

A través de sencillos ejercicios se potencia la escucha y la atención y se comparten recuerdos con otras mujeres.

11:00-13:00h

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.

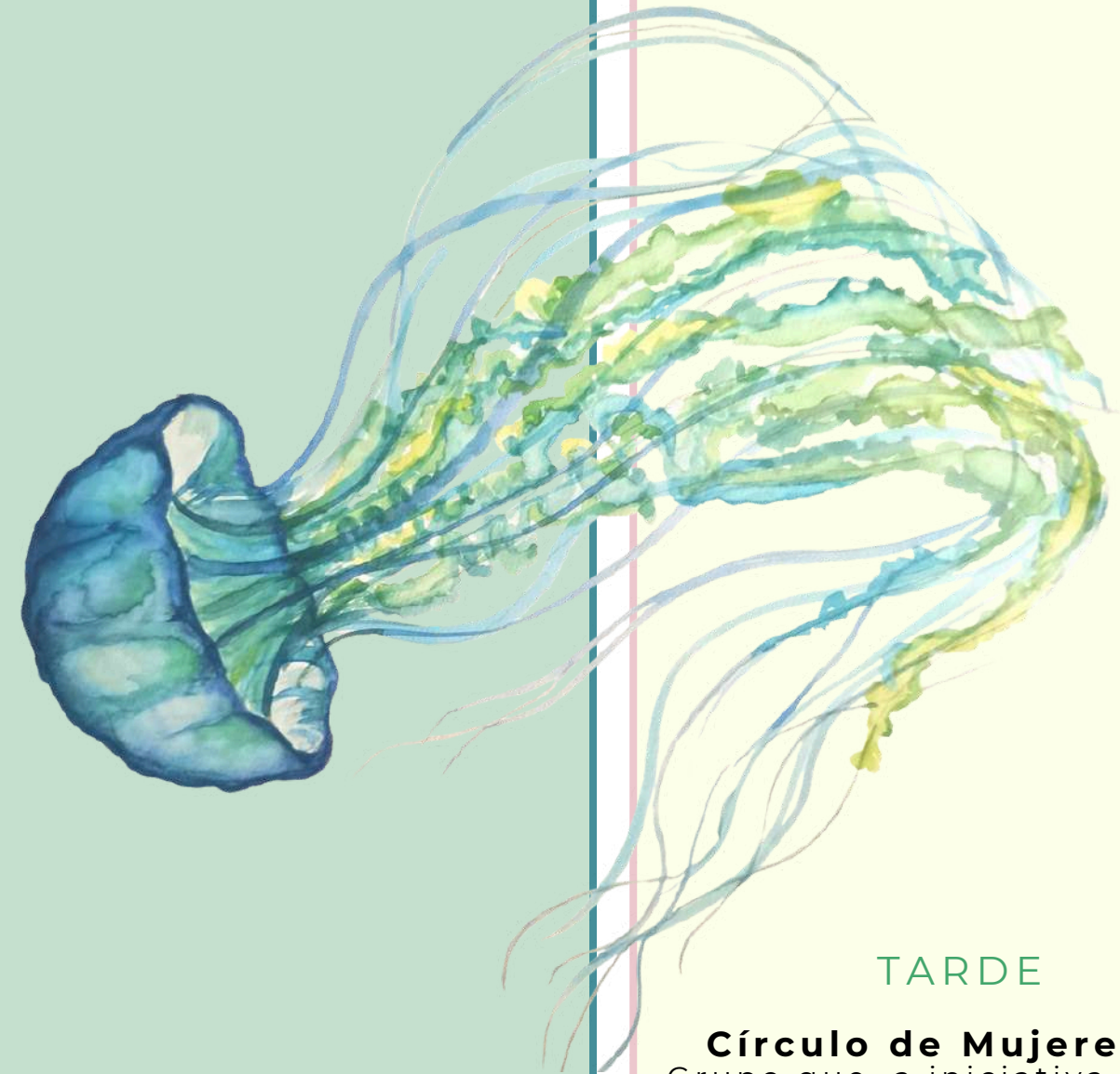
17:00-19:00h

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.

16:30-19:30h

MIÉRCOLES 4



JUEVES 5

TARDE

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 6

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 9 AL 13 DE DICIEMBRE 2024

LUNES 9

MAÑANA

Charla y visita a la Asociación de Sordos de Madrid (TP)

Hablaremos sobre comunicación, barreras y dificultades del día a día de las personas con discapacidad auditiva. También visitaremos la Asociación de Sordos de Madrid que tiene más de 100 años de trayectoria.

10:30-12:30h



MARTES 10

MAÑANA

Taller Escucha, Atención y Memoria (M)

A través de sencillos ejercicios se potencia la escucha y la atención y se comparten recuerdos con otras mujeres.

11:00-13:00h

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

Día Internacional de los Derechos Humanos y Género (TP)

Reflexionaremos sobre su significado en la actualidad y cómo se recogen en nuestra Constitución de 1978 desde una perspectiva de género.

17:30-19:30h

MIÉRCOLES 11

MAÑANA

Charla y visita a la Asociación de Sordos de Madrid (TP)

Con motivo del Día Internacional de las Personas con Discapacidad hablaremos sobre comunicación, barreras y dificultades del día a día de las personas con discapacidad auditiva. También visitaremos la Asociación de Sordos de Madrid con más de 100 años de trayectoria.

10:30-12:30h



JUEVES 12



TARDE

Mujeres con arte (TP)

Anímate a venir a disfrutar de la muestra artística de los grupos de Ganchilleras, Coro, Escritura, Clown y ¡Qué nos quiten lo bailao! del Espacio de Igualdad. Queremos compartir nuestro arte con todas y todos. Será una tarde llena de sorpresas, ¡no te la pierdas! Se requiere inscripción.

19:00-20:30h

VIERNES 13

***En las noches claras,
resuelvo el problema de
la soledad del ser.
Invito a la luna y con mi
sombra somos tres.***

Gloria Fuertes (1917-1998)
Poeta madrileña.

(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 16 AL 20 DE DICIEMBRE 2024

LUNES 16

MAÑANA

Charlemos sobre el duelo: antes de morir quiero... después de morir quiero... (M)

Con el objetivo de prevenir posibles duelos complicados, dedicaremos esta sesión a reflexionar sobre la vida y la muerte, y la importancia que tienen la una para la otra.

10:30-12:30h



TARDE

Charla de Derecho Civil en materia de familia y vivienda (TP)

El Colegio de Notarios/as de Madrid impartirá esta charla y resolverá dudas de las/os participantes en materias de derechos de familia y vivienda.

17:00-19:00h

MARTES 17

MAÑANA

Taller Escucha, Atención y Memoria (M)

A través de sencillos ejercicios se potencia la escucha y la atención y se comparten recuerdos con otras mujeres.

11:00-13:00h

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

La figura de Juana Doña (TP)

Ven a recordar con nosotras la vida de Juana Doña, una mujer inspiradora, defensora de derechos y libertades.

18:00-19:30h

MIÉRCOLES 18

MAÑANA

Salud mental y género: visita guiada Caminos de Resiliencia (M)

Realizaremos una visita guiada a la exposición y veremos la transformación de la salud mental a través del arte contemporáneo, analizaremos cómo el arte ayuda a desestigmatizar los problemas de la salud mental y la soledad.

10:30-13:00h



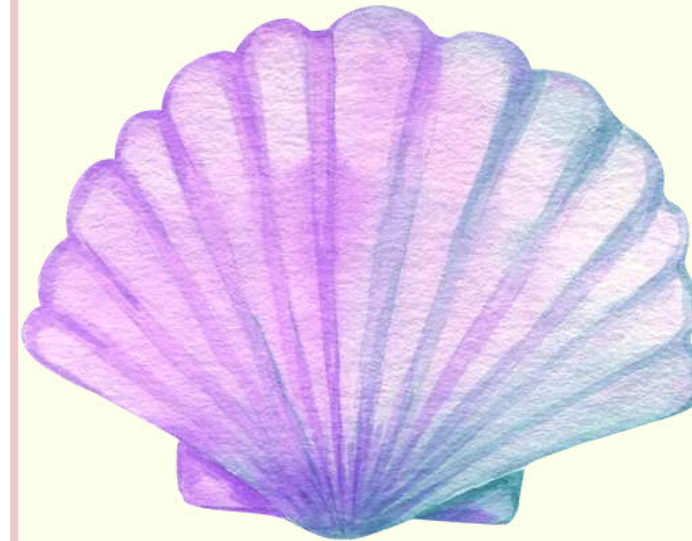
TARDE

Repensando la Navidad (M)

Desmontaremos los roles de género y repensaremos las dinámicas familiares para celebrar una Navidad más igualitaria y que garantice nuestro bienestar.

17:30-19:30h

JUEVES 19



TARDE

Año nuevo, metas nuevas (M)

En este taller reflexionaremos sobre las cargas emocionales y psicológicas que afectan a mujeres y hombres de manera distinta, y el impacto que tienen en el bienestar emocional.

17:30-19:30h

VIERNES 20

Me voy a hacer un collar con lágrimas de mujeres. Campanitas que me canten

el mal que nunca se duerme.

Con toda lágrima inútil del querer de los quereres.

Desde el primero hasta el último...

Josefina de la Torre Millares (1907-2002)
Poeta canaria.

(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 23 AL 27 DE DICIEMBRE 2024

LUNES 23

MARTES 24

MIÉRCOLES 25

JUEVES 26

VIERNES 27

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 30 AL 31 DE DICIEMBRE 2024

LUNES 30

MARTES 31

Voy a empezar a digerir lo de no poder ser como todos me piden, ser normal, caber en el plato... me cansa, me aburre, me despega de la realidad, me vuelve una hipócrita y me da dolor de garganta. Con lo bien que se está pudiendo hacer lo que me venga en gana, sin cuestionármelo, sin juzgármelo, sin castigármelo.

Noelia Morgana
Poeta española.

(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

