

# ESPACIO DE IGUALDAD MARÍA DE MAEZTU

## 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.

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: mariademaetztu6@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. 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.

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: “Los secretos del corazón”, “Mujeres gitanas referentes” y “Habitando la diáspora”
- Grupo de apoyo para trabajadoras del hogar y cuidados. Contáctanos y te confirmamos la fecha del encuentro.

# SEMANA DEL 2 AL 6 DE DICIEMBRE 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**

**TARDE**

**Bienestar emocional (M)**

Nos juntamos para aprender y practicar habilidades que nos ayuden a mejorar nuestro mundo emocional en un espacio de mujeres diversas.

**16:30-18:00h 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 3**

**MAÑANA**

**Paseo por los Jardines del Palacio Real (M)**

Una mañana de paseo otoñal por los jardines del Campo del Moro para charlar juntas cómo hemos vivido este año

**10:30-13:30h**

**MIÉRCOLES 4**

**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 5**

**MAÑANA**

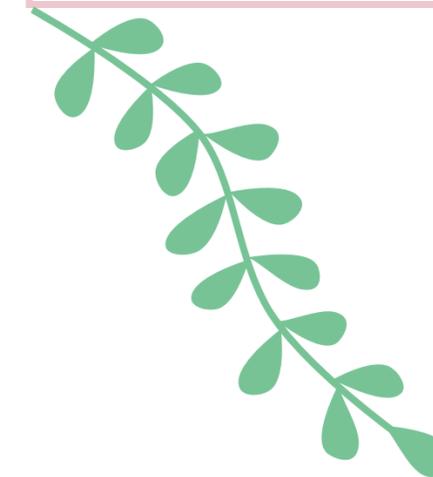
**Autocuidado a través del movimiento (M)**

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

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

**VIERNES 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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)  
[madrid.es/go/espaciodeigualdadmariademaeztu](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadmariademaeztu)



# SEMANA DEL 9 AL 13 DE DICIEMBRE 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)

Nos juntamos para aprender y practicar habilidades que nos ayuden a mejorar nuestro mundo emocional en un espacio de mujeres diversas.

**16:30-18:00h Semanal**

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

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

## MARTES 10 MAÑANA

### Carpa de Mapeando DDHH y diversidad (TP)

Nos sumamos a la carpa de Mapeando Latina de este mes en la que realizaremos diferentes dinámicas para concienciar a los y las vecinas del distrito sobre diversidad familiar y derechos humanos. En Metro Alto de Extremadura.

**10:00-13:00h 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 11 MAÑANA

### Círculo de lectura (TP)

Una mañana de encuentro en torno a la lectura y conversación sobre algunos textos feministas de diferentes autoras.

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

## 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 12 MAÑANA

### Autocuidado a través del movimiento (M)

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

### Cuidamos nuestra autoestima: (M)

¿Cómo cuidar nuestra autoestima? ¿Qué tiene que ver la violencia machista con la autoestima de las mujeres?

Vente y descúbrelo

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

## TARDE

### Reunión Red Feminista Latina (TP)

Únete a la Red Feminista de Latina, un espacio vecinal y profesional comprometido con la igualdad en el distrito que busca impulsar acciones que mejoren los derechos de las mujeres.

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

## VIERNES 13 MAÑANA

### Inauguración exposición: nuestros derechos en primera persona. (M)

Creamos una exposición que entrelaza vivencias personales y la historia de los derechos de las mujeres.

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

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

Encuentro entre hombres para impulsar la igualdad en nosotros y nuestro entorno.

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

## TARDE

### Cinefórum&Chocolatada. Especial Día Internacional de las personas con discapacidad (TP)

**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/espaciodeigualdadmariademaeztu](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadmariademaeztu)



# SEMANA DEL 16 AL 20 DE DICIEMBRE 2024



**LUNES 16**

**MAÑANA**

**Y después de mi viaje migratorio.. ¿a qué me dedico? (M)**

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

**TARDE**

**Bienestar emocional (M)**

**16:30-18:00h Semanal**

**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. Nos juntaremos en el Elg María Zambrano (C/Andrés Mellado, 44).

**16:30-18:00h**

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

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

**MARTES 17**

**MAÑANA**

**Caminando juntas: mujeres migrantes aprendiendo español (M)**

Nos juntamos para aprender castellano de una manera diferente y divertida, a través de lecturas y visionado de documentales con perspectiva de género

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

**Comisión Salud Mental y Violencia de Género (TP)**

Supervisión de casos y formación a profesionales con perspectiva de género de la Red de Salud Mental del distrito Latina.

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

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

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

**MIÉRCOLES 18**

**MAÑANA**

**Charlemos sobre soledad y duelo en Navidad (M)**

Hablamos de cómo vivimos estas fechas tan significativas cuando extrañamos a otras personas.

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

**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 19**

**MAÑANA**

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

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

**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.

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

**TARDE**

**Late Latina Deportivo (TP)**

Jornada de actividades dirigidas a juventud en torno al deporte organizada por la Mesa Latina Distrito Joven.

**16:00-19:00h**

**VIERNES 20**

**MAÑANA**

**Fiesta de Fin de Año**

Nos juntamos para celebrar y despedir el año con música, picoteo y juegos.

¿Te vienes a festejar lo vivido este año?

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

**TARDE**

**Cinefórum en familia con gafas violetas (TP)**

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

**18:00-20:00h**

(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/espaciodeigualdadmariademaeztu](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadmariademaeztu)



# SEMANA DEL 23 AL 27 DE DICIEMBRE 2024



LUNES 23



TARDE

## Bienestar emocional (M)

Nos juntamos para aprender y practicar habilidades que nos ayuden a mejorar nuestro mundo emocional en un espacio de mujeres diversas.

**16:30-18:00h Semanal**

MARTES 24



MIÉRCOLES 25

FESTIVO

JUEVES 26

MAÑANA

## ¿Qué tal por el Espacio de Igualdad? (TP)

Nos juntamos para charlar sobre cómo hemos vivido este año en el Espacio de Igualdad y qué deseos tenemos para el 2025.

**12:00-14:00h**



VIERNES 27



TARDE

## Cinefórum en familia con gafas violetas (TP)

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

**18:00-20:00h**

(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/espaciodeigualdadmariademaeztu](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadmariademaeztu)



# SEMANA DEL 30 AL 31 DICIEMBRE 2024

LUNES 30



TARDE

**Bienestar emocional: (M)**

Nos juntamos para aprender y practicar habilidades que nos ayuden a mejorar nuestro mundo emocional en un espacio de mujeres diversas.

**16:30-18:00h Semanal**

MARTES 31



(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/espaciodeigualdadmariademaeztu](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadmariademaeztu)

