

ESPACIO DE IGUALDAD DULCE CHACÓN

PROGRAMACIÓN FEBRERO 2025



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: 91 005 99 03 - 624 22 71 66

Correo electrónico: dulcechacon6@madrid.es

Presencialmente: Calle de Tordegrillos 32 (Metro Villaverde Alto o Renfe Villaverde Alto)

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes, de 10 a 14 y de 16 a 20. 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:



ESPACIO DE RECREO INFANTIL

¡Ofrecemos un nuevo espacio de recreo para tus peques de 4 a 12 años!

Podrán divertirse mientras acudes a tus citas o participas en las actividades grupales del centro por las tardes.

De 16:00 a 20:00 horas

Puedes solicitar el servicio en persona, por teléfono o vía mail



CESIÓN DE SALAS



USO DE ORDENADOR LIBRE

*“El cuerpo de la mujer es el sitio de la resistencia y de la creación”
Gloria Anzaldúa*

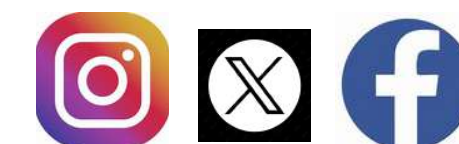


políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espaciodeigualdaddulcechacon



SEMANA DEL 3 AL 7 DE FEBRERO 2025

LUNES 3

MAÑANA

Moviendo el esqueleto (M)

10:00 - 11:00h Semanal

Relajación y estiramientos (M)

Un momento para desconectar, liberar tensiones y recargar energías en un espacio seguro.

10:30 - 12:00h Semanal

Escribir mundos posibles (M)

A través de la palabra daremos vida a utopías que inspiren y abran nuevas posibilidades para el futuro.

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE

Tardes de juegos (M)

16:30 - 18:00h Semanal

Preparándonos para el Carnaval (TP)

Ven con tus amigas, peques, vecinas para idear juntas un disfraz conjunto para la gran fiesta del 4 de marzo en Ciudad de los Ángeles.

18:00 - 19:30h Quincenal

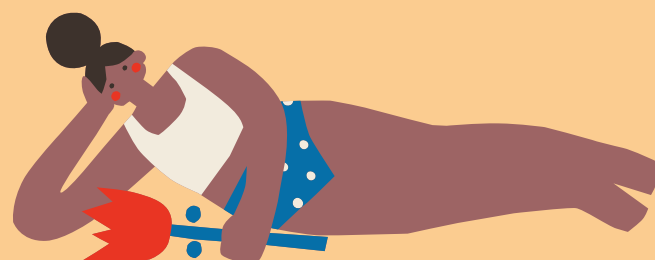
MARTES 4

MAÑANA

Gimnasia mental (M)

Anímate a participar de esta sesión de estimulación cognitiva, ¡ejercitamos nuestras mentes juntas!

12:00 - 13:30h Semanal



TARDE

Tardes entre hilos (M)

Explora el mundo de las artes del hilo mientras bordamos, tejemos y aprendemos juntas en un ambiente lleno de saberes compartidos

18:00 - 19:30h Semanal

MIÉRCOLES 5

MAÑANA

Paseos entre mujeres (M)

Espacio para movernos y sentirnos bien entre nosotras disfrutando de la naturaleza de nuestro barrio saliendo a pasear juntas. ¡Apúntate con nosotras!

10:30 - 12:00h Semanal

TARDE

Ciclo de yoga (M)

Espacio de autocuidado y autoconocimiento por sus innumerables beneficios a nivel físico y emocional.

16:30 - 18:00h Semanal

Informática básica (M)

Trabajaremos conocimientos informáticos básicos como el manejo del ratón, la mecanografía, Word y Excel, Internet y correo electrónico.

18:00 - 19:30h Semanal

JUEVES 6

MAÑANA

El teatro de las vecinas (M)

10:30 - 12:00h Semanal

Ágora feminista (TP)

A través de la práctica oral, reflexionaremos juntas sobre temas de actualidad, compartiremos perspectivas y aprenderemos a defender nuestras ideas en un entorno seguro y enriquecedor.

12:00 - 13:30h Quincenal

TARDE

Por amor al arte (M)

16:30 - 18:00h Semanal

Bienestar emocional (M)

Espacio de creación de seguridad y autoconocimiento compartiendo vivencias con otras mujeres.

18:00 - 19:30h Semanal

VIERNES 7

MAÑANA

Círculo literario (TP)

Si te gusta leer pero muchas veces no sacas tiempo te invitamos a participar en este encuentro de lectura colectiva en donde conoceremos las aportaciones de las mujeres a la literatura y reflexionaremos sobre ello.

12:00 - 13:30h Semanal



(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/espaciodeigualdaddulcechacon



SEMANA DEL 10 AL 14 DE FEBRERO 2025

LUNES 10

MAÑANA

Moviendo el esqueleto (M)

10:00 - 11:00h Semanal

Relajación y estiramientos (M)

Un momento para desconectar, liberar tensiones y recargar energías en un espacio seguro.

10:30 - 12:00h Semanal

Escribir mundos posibles (M)

A través de la palabra daremos vida a utopías que inspiren y abran nuevas posibilidades para el futuro.

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE

Tardes de juegos (M)

16:30 - 18:00h Semanal

Dulces voces: grupo de coro (M)

¡Únete a nosotras y dejemos que nuestras voces sean nuestra herramienta de resistencia y transformación!

18:00 - 19:30h

MARTES 11

MAÑANA

Gimnasia mental (M)

Anímate a participar de esta sesión de estimulación cognitiva, ¡ejercitamos nuestras mentes juntas!

12:00 - 13:30h Semanal



TARDE

Tardes entre hilos (M)

Explora el mundo de las artes del hilo mientras bordamos, tejemos y aprendemos juntas en un ambiente lleno de saberes compartidos

18:00 - 19:30h Semanal

MIÉRCOLES 12

MAÑANA

Paseos entre mujeres (M)

Espacio para movernos y sentirnos bien entre nosotras disfrutando de la naturaleza de nuestro barrio saliendo a pasear juntas. ¡Apúntate con nosotras!

10:30 - 12:00h Semanal

TARDE

Ciclo de yoga (M)

Espacio de autocuidado y autoconocimiento por sus innumerables beneficios a nivel físico y emocional.

16:30 - 18:00h Semanal

Informática básica (M)

Trabajaremos conocimientos informáticos básicos como el manejo del ratón, la mecanografía, Word y Excel, Internet y correo electrónico.

18:00 - 19:30h Semanal

JUEVES 13

MAÑANA

El teatro de las vecinas (M)

¡Únete a Teatro de las Vecinas! En este taller exploraremos la expresión corporal y el poder del movimiento para fortalecer la sororidad y la confianza. ¡Descubre tu voz y conecta con otras mujeres en un ambiente creativo y divertido!

10:30 - 12:00h Semanal

TARDE

Por amor al arte (M)

Grupo artístico en donde expresarnos a través de la pintura y las manualidades. Creamos piezas de pintura con diferentes técnicas y temáticas.

16:30 - 18:00h Semanal

Bienestar emocional (M)

Espacio de creación de seguridad y autoconocimiento compartiendo vivencias con otras mujeres.

18:00 - 19:30h Semanal

VIERNES 14

MAÑANA

Dulce desayuno (M)

Ven a pasar la mañana desayunando con amigas y vecinas. Trae tu delicia favorita (dulce o salada) y acompáñanos a crear juntas un momento lleno de sabor, risas y cariño.

10:30 - 12:00h

Círculo literario (TP)

Si te gusta leer pero muchas veces no sacas tiempo te invitamos a participar en este encuentro de lectura colectiva en donde conoceremos las aportaciones de las mujeres a la literatura y reflexionaremos sobre ello.

12:00 - 13:30h Semanal

(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/espaciodeigualdaddulcechacon



SEMANA DEL 17 AL 21 DE FEBRERO 2025



LUNES 17

MAÑANA

Moviendo el esqueleto (M)

10:00 - 11:00h Semanal

Relajación y estiramientos (M)

Un momento para desconectar, liberar tensiones y recargar energías en un espacio seguro.

10:30 - 12:00h Semanal

Escribir mundos posibles (M)

A través de la palabra daremos vida a utopías que inspiren y abran nuevas posibilidades para el futuro.

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE

Tardes de juegos (M)

16:30 - 18:00h Semanal

Preparándonos para el Carnaval (TP)

Ven con tus amigas, peques, vecinas para idear juntas un disfraz conjunto para la gran fiesta del 4 de marzo en Ciudad de los Ángeles.

18:00 - 19:30h Quincenal

MARTES 18

MAÑANA

Gimnasia mental (M)

Anímate a participar de esta sesión de estimulación cognitiva, ¡ejercitamos nuestras mentes juntas!

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE

Presentación libro: Mamá está muerta, pero vamos a curarla (TP)

Presentación y charla posterior del libro, que recoge historias de las 132 mujeres asesinadas por sus parejas o exparejas hombres en la Comunidad de Madrid entre 1999 y 2020.

16:30 - 18:00h

Tardes entre hilos (M)

Explora el mundo de las artes del hilo mientras bordamos, tejemos y aprendemos juntas en un ambiente lleno de saberes compartidos

18:00 - 19:30h Semanal

MIÉRCOLES 19

MAÑANA

Paseos entre mujeres (M)

Espacio para movernos y sentirnos bien entre nosotras disfrutando de la naturaleza de nuestro barrio saliendo a pasear juntas. ¡Apúntate con nosotras!

10:30 - 12:00h Semanal

TARDE

Ciclo de yoga (M)

Espacio de autocuidado y autoconocimiento por sus innumerables beneficios a nivel físico y emocional.

16:30 - 18:00h Semanal

Informática básica (M)

Trabajaremos conocimientos informáticos básicos como el manejo del ratón, la mecanografía, Word y Excel, Internet y correo electrónico.

18:00 - 19:30h Semanal

JUEVES 20

MAÑANA

El teatro de las vecinas (M)

10:30 - 12:00h Semanal

Ágora feminista (TP)

A través de la práctica oral, reflexionaremos juntas sobre temas de actualidad, compartiremos perspectivas y aprenderemos a defender nuestras ideas en un entorno seguro y enriquecedor.

12:00 - 13:30h Quincenal

TARDE

Por amor al arte (M)

16:30 - 18:00h Semanal

Bienestar emocional (M)

Espacio de creación de seguridad y autoconocimiento compartiendo vivencias con otras mujeres.

18:00 - 19:30h Semanal

VIERNES 21

MAÑANA

¡INAUGURACIÓN OFICIAL DEL EI DULCE CHACÓN! (TP)

¡Inauguramos el espacio oficialmente para el barrio! Llevábamos mucho tiempo esperando este momento, pero ya es oficial: ¡estamos dando el servicio en nuestro nuevo local! Por eso, nos encantaría que vinieses a pasar la mañana con nosotras, para enseñarte todos los rincones de este espacio, ¡que ya es de todas!

11:00 - 13:00



(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/espaciodeigualdaddulcechacon



SEMANA DEL 24 AL 28 DE FEBRERO 2025



LUNES 24

MAÑANA

Moviendo el esqueleto (M)

10:00 - 11:00h Semanal

Relajación y estiramientos (M)

Un momento para desconectar, liberar tensiones y recargar energías en un espacio seguro.

10:30 - 12:00h Semanal

Escribir mundos posibles (M)

A través de la palabra daremos vida a utopías que inspiren y abran nuevas posibilidades para el futuro.

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE

Tardes de juegos (M)

16:30 - 18:00h Semanal

Dulces voces: grupo de coro (M)

¡Únete a nosotras y dejemos que nuestras voces sean nuestra herramienta de resistencia y transformación!

18:00 - 19:30h

MARTES 25

Gimnasia mental (M)

Anímate a participar de esta sesión de estimulación cognitiva, ¡ejercitamos nuestras mentes juntas!

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE

Reconecta con tu cuerpo (M)

Participa en este taller en donde a través de diferentes técnicas y diálogos, intentaremos conectar con nuestro cuerpo y con el placer.

16:30 - 18:00h

Tardes entre hilos (M)

Explora el mundo de las artes del hilo mientras bordamos, tejemos y aprendemos juntas en un ambiente lleno de saberes compartidos

18:00 - 19:30h Semanal

MIÉRCOLES 26

MAÑANA

Paseos entre mujeres (M)

10:30 - 12:00h Semanal

Taller de Comunicación (TP)

Descubre el poder de tus palabras y transforma tu manera de conectar con los y las demás a través de herramientas comunicativas y de escucha activa

12:00 - 13:30h

TARDE

Ciclo de yoga (M)

Espacio de autocuidado y autoconocimiento por sus innumerables beneficios a nivel físico y emocional.

16:30 - 18:00h Semanal

Informática básica (M)

Trabajaremos conocimientos informáticos básicos como el manejo del ratón, la mecanografía, Word y Excel, Internet y correo electrónico.

18:00 - 19:30h Semanal

JUEVES 27

MAÑANA

El teatro de las vecinas (M)

¡Únete a Teatro de las Vecinas! En este taller exploraremos la expresión corporal y el poder del movimiento para fortalecer la sororidad y la confianza. ¡Descubre tu voz y conecta con otras mujeres en un ambiente creativo y divertido!

10:30 - 12:00h Semanal

TARDE

Por amor al arte (M)

Grupo artístico en donde expresarnos a través de la pintura y las manualidades. Creamos piezas de pintura con diferentes técnicas y temáticas.

16:30 - 18:00h Semanal

Bienestar emocional (M)

Espacio de creación de seguridad y autoconocimiento compartiendo vivencias con otras mujeres.

18:00 - 19:30h Semanal

VIERNES 28

MAÑANA

Visita Reina Sofía (TP)

Descubre las exposiciones más emblemáticas del Museo Reina Sofía con gafas violeta. Te invitamos a un recorrido guiado así como una oportunidad única para reflexionar y disfrutar del arte con vecinas y amigas.

12:00 - 13:30h

Círculo literario (TP)

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE

Cinefórum (TP)

Este mes te proponemos una película ambientada en la Sevilla de los años 80 en la homosexualidad era considerada delito. Una madre tradicional movida por el amor de su hijo, se involucra en el movimiento LGTBI andaluz. ¡No te la pierdas!

17:00 - 19:00h

(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
madrid.es/go/espaciodeigualdaddulcechacon

