



## PROGRAMACIÓN AGOSTO 2021

### RECONSTRUYENDO LA VIDA

No pienses en hacer lo que deberías hacer.

Trata de hacer lo que te atrae;  
piensa en el misterio y no en la maestría.

**Julia Margaret Cameron. (1815-1879).**  
Fotógrafa inglesa que se dedicó al retrato fotográfico de corte artístico, así como a la representación escenográfica de alegorías.  
Considerada una de los antecedentes del pictorialismo fotográfico de finales del siglo XIX.

Durante este cuatrimestre y bajo el título “Reconstruyendo la Vida”, desde la Red Municipal de Espacios de Igualdad nos enfocaremos en rehacer lo que está siendo dañado y transformado durante esta crisis por COVID19: recuperar de forma segura el uso de los espacios públicos, afrontar las necesidades más acuciantes derivadas del teletrabajo, hacer frente a los malestares de género intensificados por la pandemia, abordar la soledad no deseada, la incertidumbre ante el futuro, las dificultades laborales, el aislamiento. Y lo haremos con propuestas de autocuidado, ocio saludable, participación, encuentro, creación de redes de apoyo, fomentando herramientas de nuevas tecnologías, recuperando la vida a través del arte, etc. Sabiendo que lo que construyamos no será una réplica de lo anterior sino algo nuevo a partir de lo vivido, sufrido y aprendido.

Este mes, abordamos el calor del verano con actividades de cine: cuentacuentos, películas de ficción y de género, ocio y excursiones y talleres para trabajar el impacto de las desigualdades de género sobre nuestro cuerpo y relaciones.

Nos acercaremos a la figura de Emilia Pardo Bazán en la celebración de su centenario y continuaremos con el ciclo sobre el exterminio gitano en Europa.

**Todas las actividades requieren INSCRIPCIÓN PREVIA**, salvo indicación expresa, por teléfono 91 480 25 08 o a través del correo electrónico:  
[elenaarnedo3@madrid.es](mailto:elenaarnedo3@madrid.es)

## ESCUELA DE IGUALDAD

Dirigida a MUJERES Y HOMBRES que quieran profundizar en temas relacionados vinculados con la igualdad y las violencias de género.

### EXPOSICIONES Y CINE FORUM:

#### **Convocatoria: organizar una exposición colectiva sobre Elena Arnedo Soriano y los Derechos Sexuales y Reproductivos**

El próximo mes de septiembre se celebra el Día Internacional de los Derechos Sexuales y Reproductivos. También queremos hacer un homenaje a Elena Arnedo Soriano, como luchadora incansable de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres e impulsora de los centros de planificación familiar.

Por ese motivo, nos gustaría hacer una exposición de objetos y recuerdos en torno a Elena Arnedo y los Derechos Sexuales-Reproductivos.

Cartillas de planificación, libros, manuales y guías, mobiliario de consulta, fotos, cartas escritas con recuerdos e historias, recortes de periódico...que tengamos en casa, en el trabajo o encontremos en la biblioteca, internet... pasarán a formar parte de esta exposición que tendrá lugar en el Espacio de Igualdad a lo largo del mes de septiembre.

Si quieres contribuir a montar esta exposición, compartiendo algún objeto, recuerdos... ¡Ponte en contacto con nosotras!

**A lo largo de todo el mes de agosto  
En horario de apertura del Espacio de Igualdad.**

## Sábados de cine y ficción: “Django desencadenado”

Este verano, vente a disfrutar del mejor cine de ficción en colaboración con AHIGE.

Después de la proyección tendremos un espacio para debatir y compartir opiniones sobre las películas. ¡Huye del calor y vente al Espacio de Igualdad!

El sábado 21 de agosto proyectamos “Django desencadenado” (Quentin Tarantino, 2012). “En Texas, dos años antes de estallar la Guerra Civil Americana, King Schultz, un cazarrecompensas alemán que sigue la pista a unos asesinos para cobrar por sus cabezas, le promete a Django, un hombre esclavizado, dejarlo en libertad si le ayuda a atraparlos. Él acepta, pues luego quiere ir a buscar a su esposa Broomhilda, esclava en una plantación del terrateniente Calvin Candie.”

Película disponible en las Bibliotecas de la Comunidad de Madrid.

**Sábado 21 de agosto  
De 18:00h a 20:00h. Presencial**

2

## Ciclo de cine de verano: “Historias de Mujeres”

Este verano os proponemos cine biográfico de historias de mujeres en el Espacio de Igualdad. Queremos compartir un buen rato fresquito y luego charlar sobre el tema elegido. Las dos películas (disponibles en las Bibliotecas de la Comunidad de Madrid) de este mes son:

### “Big eyes” (Tim Burton, 2014).

Esta película está basada en la historia real de la pintora Margaret Keane, quien tuvo un enorme éxito durante la década de los años 50 y 60 por sus característicos cuadros que representaban niños de grandes ojos.

“Los ojos son la ventana del alma, mi forma de expresar las emociones” como ella explica a lo largo de la película.

Todo cambia cuando Walter, su marido, comienza a apropiarse de la autoría de las obras de Margaret.

**Jueves 5 de agosto**

**De 18h a 20h. Presencial**

**“Papusza” (Joanna Kos-Krauze, Krzysztof Krauze, 2013)**

Película basada en la vida de Bronisława Wajs, llamada Papusza, primera poeta gitana en publicar su obra en Polonia, desafiando la imagen femenina tradicional de su comunidad. Nacida en una familia nómada, expresaría los sufrimientos y anhelos del pueblo romaní en versos de un poderoso lirismo, muchos son sus relatos tratando la manera en que los gitanos sufrieron la Segunda Guerra Mundial y la pobreza que sobrevino a esta población.

**Moderada por Red Artemisa.**

**Jueves 12 de agosto**

**De 18h a 20h. Presencial.**

## ACTIVIDADES DE OCIO Y EN FAMILIA:

### Mañanas de juegos de mesa

¿Estás pasando este verano en Madrid? ¿Te apetece encontrarte con otras personas y pasar una mañana divertida?

Apúntate a nuestras mañanas de juegos de mesa, un espacio donde compartir con otras personas un tiempo de ocio, distensión y buen ambiente.

Este mes de agosto, combatiremos el calor del verano con estos dos juegos

- Juego de cartas Herstóricas Pioneras.
- Juego de mesa Feminismos Reunidos.

**Todos los miércoles de agosto**

**De 11:00 a 13:00h. Presencial.**

### Mesa solidaria: Juguetes para el verano

En colaboración con Hermanas Hospitalarias este agosto tenemos una mesa llena de juguetes en buen estado para edades comprendidas entre los 2 y los 9 años.

Si estás por aquí en verano y te apetece venir al Espacio de Igualdad a por un juguete para una criatura ino lo dudes y vente!

Puedes pasarte cuando quieras en el horario de apertura del Espacio de Igualdad.

**A lo largo de todo el mes de agosto**

**En horario de apertura del Espacio de Igualdad.**

### Cuentacuentos: “Libertad para jugar, libertad para ser”

A través de la narración de tres cuentos y algunas actividades lúdicas en torno a los mismos, queremos crear un espacio en el que hablar a los niños y niñas y sus familias sobre la diversidad como fuente de riqueza y aportar herramientas para la gestión positiva de la diversidad.

Nos preguntaremos sobre los roles y estereotipos de género que afectan a niños y niñas, visibilizando el estigma que viven cuando no se adaptan a los mandatos de género.

Nuestro objetivo es apoyar a las familias en la construcción de una sociedad más equitativa.

**Viernes 27 de agosto**

**De 11:00 a 12:30h. Presencial**

3

## CICLOS TEMÁTICOS:

### **Ciclo: “Haciendo memoria del exterminio gitano”**

Los gitanos y gitanas han sufrido persecuciones de toda clase. En Andalucía, se conoce bien la gran redada de 1749. Menor rastro histórico ha dejado su sufrimiento en los campos de concentración y exterminio durante la Segunda Guerra Mundial. En toda Europa, este pueblo fue sometido bajo el nazismo a una política de persecución y exterminio muy similar a la practicada contra los judíos

Estas persecuciones y exterminio han dejado profundas secuelas en la memoria del pueblo gitano. Lamentablemente, y a pesar de su gravedad, hoy en día sigue siendo un episodio poco conocido, que no aparece en los manuales sobre la historia de España.

Continuamos con el ciclo iniciado en julio, con el objetivo de dar a conocer estos hechos y contribuir a la reflexión a través de algunos testimonios:

#### **Documentales: “Soñamos que vivimos”**

Esta semana, haremos memoria para combatir el olvido con los documentales:

- **“Tendencias gitanas”:** pueblo gitano y Guerra Civil Española.
- **“Samudaripen (El Holocausto olvidado)”:** pueblo gitano y 2º Guerra Mundial.

**Del 1 al 8 de agosto**

**A partir de las 10:00h. Por redes sociales.**

### **Ciclo: “Emilia Pardo Bazán”**

Emilia nació en A Coruña, ciudad que siempre aparece en sus libros bajo el nombre de “Marineda”. Fue una prolífica escritora, intelectual y precursora del feminismo en España. Luchó por la independencia de la mujer tanto a nivel social como cultural, fue la primera socia del Ateneo de Madrid en 1905 y aunque contaba con méritos suficientes, la Real Academia de la Lengua rechazó en dos ocasiones su candidatura por el mero hecho de ser mujer.

En este ciclo queremos acercarnos a su vida y las huellas que ha dejado a través de sus libros y sus luchas.

#### **Vida de Emilia:**

- **Corto documental: “Vida y obra literaria de Emilia Pardo Bazán”:** Producido por la UNED, este documental nos acerca a la vida personal, familiar e intelectual de Emilia desde Galicia hasta Madrid.
- **Paseo virtual por la Galicia de Emilia:** Recorrido literario y fotográfico por las huellas de Emilia en Galicia, a través de sus casas y rincones.

**Del 9 al 15 de agosto**

**A partir de las 10:00h. Por redes sociales.**

#### **Emilia literaria:**

- **“El Ateneo, una conquista para la mujer”:** Grabación de la mesa redonda organizada por el Ayuntamiento de Madrid, en la que se recordará cómo la escritora abrió camino al resto de las mujeres reivindicando su presencia en los espacios intelectuales.
- **“Emilia Pardo Bazán en la Biblioteca Histórica”:** Exposición virtual que quiere dar a conocer la relación de la autora gallega con la ciudad de Madrid y con los círculos literarios y sociales de su época.

**Del 16 al 22 de agosto**

**A partir de las 10:00h. Por redes sociales.**

### Visita guiada a la Biblioteca Nacional:

- “Emilia Pardo Bazán. El reto de la Modernidad”: La Biblioteca Nacional nos ofrece esta exposición en la que se mostrarán objetos personales (libros impresos, manuscritos, grabados, fotografías, etc.) procedentes tanto de la BNE como de otras instituciones españolas.

Saldremos a las 10:30h desde el Espacio de Igualdad.

**Jueves 26 de agosto**

**De 10:30h a 13:00h. Presencial**

## ESCUELA DE EMPODERAMIENTO

Dirigida a MUJERES

### SALUD Y BIENESTAR:

#### **iSalida a la piscina!**

El verano en Madrid puede ser divertido. Apúntate a esta salida a la piscina municipal de Casa de Campo para refrescarnos y compartir una mañana con otras mujeres.

Quedaremos a las 9:30h en la puerta del Espacio de Igualdad para salir todas juntas.

El horario de mañana de la piscina es hasta las 14:30h, así que puedes traer algo de picoteo. ¡No olvides la botella de agua y crema para el sol!

**Martes 17 de agosto**

**De 10:00 a 15:00h. Presencial.**

5

#### **Taller “Marcas en el cuerpo”**

Después de todo el día, resulta que al quitarnos la ropa nos quedan marcas.

Estas marcas son físicas aparentemente, aunque es posible que sean más profundas de lo que parecen.

En este taller queremos crear un espacio seguro entre mujeres, con el que reflexionar sobre las marcas de la ropa, del verano, de la vida y del patriarcado.

**Lunes 23 de agosto**

**De 18:30 a 20:00h. Por ZOOM**

#### **Taller de Cabaret ¡Esta soy yo!**

En este taller trabajaremos la presencia escénica desde el burlesque como estilo que permite trabajar posturas corporales, movimientos y desplazamientos con gran carga de poder corporal desde la sensualidad.

Si quieres volver a sentirte pícaro, burlona, fuerte y divertirte en un entorno de respeto y cuidado mutuo. ¡Este es tu taller!

Facilita Lola Izquierdo Molina.

**Martes 24 y jueves 26 de agosto**

**De 18:30 a 20:30h. Presencial.**

### **Taller: “Dirty Dancing: claves para acercarnos a nuestro lado oculto”**

Te invitamos a ver este clásico con otra mirada, desde una perspectiva de género. Diferencias de clase, mandatos sexistas, desigualdades sociales, ruptura del modelo familiar tradicional... son algunas de las conclusiones que se pueden sacar con “Dirty Dancing”. Y muchas mujeres y hombres aprendimos a ser un poco más valientes, a sacar nuestro lado oculto gracias a ésta y otras muchas películas de esa época.

En este taller queremos crear un espacio de encuentro en el que, a través del visionado de partes de la película y la propia experiencia de cada persona, compartamos claves para afrontar las desigualdades de género y las violencias machistas.

**Martes 31 de agosto**

**De 18:00h a 20:00h. Presencial**

## **ARTE Y COMUNICACIÓN:**

### **Club de Lectura La Sal: “Tierra de Mujeres”**

Finalizamos la temática del cuatrimestre “Miradas diversas desde los feminismos”, con el libro de María Sánchez “Tierra de Mujeres”, nuestra propuesta lectora para el verano.

Feminismo y la España olvidada se unen en este ensayo escrito en primera persona sobre

la realidad de las mujeres en el campo y en el mundo rural de manera realista.

**Jueves 5 de agosto**

**De 17:00 a 19:00h. Opción ZOOM y presencial.**

### **Photoespaña 2021: Mujeres que forjaron la historia de la fotografía**

En este mes de agosto, te proponemos dos salidas para visitar dos interesantísimas exposiciones en la muestra PhotoEspaña 2021. Salimos a las 10:15 desde el Espacio de Igualdad. No olvides traer agua para combatir el calor

#### **Exposición “Margaret Watkins. Black Light”**

“La fotógrafa canadiense Margaret Watkins contribuyó a forjar la historia de la fotografía de principios del siglo XX con sus singulares aportaciones. Watkins vivió una vida de rebelión en la que rechazó la tradición y los roles de género asignados a las mujeres.

En su obra se establece un diálogo incesante entre el arte y la vida doméstica, fundiéndose tema y objeto en una misma cosa.

Esta exposición retrospectiva de su obra, nos muestra 150 fotografías de la artista que datan entre 1914 y 1939.

**Jueves 12 de agosto**

**De 10:15 a 13:00h. Presencial. Sala de Exposiciones Centro Centro**

#### **Exposición “Isabel Muñoz. Somos agua”**

“Somos agua es una instalación en la que nos enfrenta a nuestra falta de compromiso ante uno de los principales desafíos que encaramos: el calentamiento global. La artista catalana ha dedicado los últimos cinco años a sumergirse bajo las aguas de mares, océanos y entornos acuáticos para invitarnos a reflexionar sobre la generosidad de la

naturaleza y el maltrato que recibe en respuesta.

En esta ocasión lo hace junto a la apneista japonesa Ai Futaki y otros buceadores en los acuarios del Instituto Oceanográfico de Valencia, atraída por la diversidad de los organismos que los habitan: medusas, mantarrayas, tortugas, tiburones, algas y anémonas, caballitos de mar...”

**Martes 24 de agosto**

**De 10:15 a 13:00h. Presencial. Museo Lázaro Galdiano**

## DESARROLLO PROFESIONAL:

### Depúrate del desempleo: limpia tus chakras de creencias y emociones

No hay mejor forma de iniciar el verano que con una refrescante limpieza. En este taller identificaremos todas esas emociones y creencias que nos han acompañado en los meses fríos y descubriremos técnicas y herramientas para liberarnos de ellas e iniciar el verano más ligeras.

**Martes 3 y 10 de agosto**

**De 11:00 a 13:00h. Presencial**

## DERECHOS EN TIEMPOS DE COVID:

### Boletín: “Un Espacio Jurídico Propio”

Comunicación breve de carácter jurídico de frecuencia quincenal elaborado por las abogadas de las áreas jurídicas de la Red Municipal de Espacios de Igualdad. Cada semana se aborda un tema de interés en relación con la crisis del COVID-19.

**Quincenalmente, a través de nuestras redes sociales y boletín electrónico.**

## LABORATORIO DE EMPODERAMIENTO DIGITAL

Para mujeres

### Aula abierta para el uso de ordenadores

Si no tienes ordenador en casa y/o acceso a Internet y necesitas buscar información o recursos, diseñar o actualizar tu currículum, inscribirte en portales de empleo o conectarte a alguna plataforma formativa, desde el Espacio de Igualdad te ofrecemos un espacio con ordenadores y conexión a Internet para que no te quedes fuera del mundo digital. Acceso libre, previa reserva a través del Espacio de Igualdad.

**Lunes 2, 9, 16, 23 y 30 de agosto.**

**De 10:30 a 13:30. Presencial**

### Taller “Uso efectivo de InfoJobs”

En esta sesión monográfica daremos un repaso a este portal de empleo genérico y uno de los más utilizados por empresas y personas desempleadas. Descubriremos la importancia de un registro eficiente y compartiremos algunos trucos que se esconden en la recámara, que nos ayudarán a entender el funcionamiento de este portal.

**Jueves 5 de agosto.**

**De 11:00 a 13:00. Presencial**

## BIBLIOTECA LA SAL

Para toda la población

Servicio de préstamos y consulta de libros, revistas, fanzines...sobre género e igualdad, historia del feminismo, maternidades y paternidades, ámbitos de intervención en violencias, propuestas desde los feminismos, etc.

Contamos con un amplio fondo bibliográfico tanto de novela escrita por mujeres, como ensayo, guías y materiales sobre salud, sexualidad, educación, crianza, historia y teorías de los feminismos...

**En horario de apertura del Espacio de Igualdad.**

### Recomendaciones lectoras del mes de agosto:

**2 de agosto. Día de la Memoria del Genocidio del Pueblo Gitano**

**“Resistencias gitanas”. Nicolás Jiménez y Silvia Agüero**

La palabra que mejor define al Pueblo Gitano a lo largo del tiempo, el espacio y las circunstancias, es resistencia. De ahí el título de esta obra. Resistencias gitanas: es un ensayo muy bien documentado que nos acercará a la historia desde una mirada nueva, la de los ojos de sus protagonistas. Lo hace a través de sus biografías, que ponen en valor a este Pueblo y a sus referentes.

**8 de agosto. Día Internacional del Orgasmo Femenino:**

**“Manual de seducción”. Valerie Tasso**

Este libro recoge explicaciones claras y concisas sobre las artes amatorias. Podemos encontrar definiciones específicas de las diferentes prácticas y descripciones detalladas de algunos juguetes que pueden ayudar a las parejas a disfrutar más de sus relaciones. Es un libro que nos ayudará a renovar nuestra vida sexual con imaginación.

**12 de agosto. Día Internacional de la Juventud:**

**“La piel de Mica”. Paloma Bravo**

La autora expone la historia de Micaela, veinte años de su vida, de intentar trabajar y querer en un mundo que a veces no la quiere.

Mica hace autocrítica del pasado para evitar antiguos errores y poder estrenar alguno nuevo. “La piel de Mica” es incisiva, honesta, divertida, emocionante y valiente disección de una mujer. Una mujer que, como todas, es un poco especial, es inconformista, es más frágil de lo que parece y más fuerte de lo que cree. Ahora no puede permitirse ni un gramo de debilidad: tiene que evitar rendirse para cambiar el mundo, para cambiar su mundo. Y tiene que atreverse a ser feliz.

**Lectura para el verano:**

**“Las chicas de campo”. Edna O´Brien**

Primer libro de la trilogía de la autora de “La chica de los ojos verdes” y “chicas felizmente casadas” en la que pinta un carrusel riquísimo de personajes no exenta de humor. Una obra que fue prohibida en Irlanda por la Iglesia escandalizada ante la historia de dos chicas que oculta el retrato de toda una época. En este libro la autora expone la claustrofóbica existencia de una mujer cualquiera en la Irlanda de mediados del siglo pasado, donde las rígidas normas del patriarcado y el catolicismo construyen, limitan y reprimen la identidad femenina.

8

## FORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

Para recursos comunitarios y centros educativos

El Espacio de Igualdad ofrece a entidades, centros comunitarios y educativos u otras organizaciones interesadas, una serie de recursos para la sensibilización y formación en igualdad y eliminación de la violencia de género. Ponte en contacto con nosotras.



- **Talleres de Comunicación Feminista:** talleres de comunicación feminista para mejorar la difusión de nuestros mensajes y campañas. Si quieres mejorar tus formas de comunicar, revisar tus canales de difusión, pensar en nuevos formatos usando el humor y técnicas de escritura creativa o diseñar una campaña específica, ponte en contacto con nosotras. Los talleres se realizan en el Espacio, en formato presencial (u on line si es necesario) y existe la posibilidad de desplazarnos a tu recurso.
- **Talleres básicos sobre Violencia e Igualdad de Género, Conciliación y Corresponsabilidad:** básicos de una hora y media de duración, donde abordamos conceptos básicos sobre género, igualdad, identidades y corresponsabilidad, así como claves para promover acciones que reduzcan las violencias machistas. Si quieres programar una charla o taller, ponte en contacto con nosotras.
- **Exposición humor gráfico: “El amor romántico perjudica seriamente la salud”:** a través de diversas viñetas de humor gráfico, memes e ilustraciones reflexionaremos sobre los mitos del amor romántico y sus consecuencias, encontrando claves para establecer relaciones igualitarias basadas en el buen trato. ¡Programa una visita guiada!
- **Redtiro:** proceso compuesto por recursos sociales, educativos y sanitarios del Distrito para la sensibilización y la acción comunitaria.
- **RR:** puntos informativos compuestos por diferentes recursos educativos de Retiro que intervienen en la hora del recreo.
- **Asociación Garaje:** asociación que trabaja con niños y niñas en situación de exclusión a través de la educación no formal.
- **Grupo de Crianza de Pacífico:** grupo de apoyo entre madres y padres para combatir la soledad y las dudas de la crianza.
- **Grupo de trabajo de Soledad no Deseada Retiro-Salamanca:** grupo de trabajo de recursos comunitarios para diseñar acciones que reduzcan las soledades.
- **Asociación Hacenderas:** asociación cultural formada por vecinos y vecinas de Retiro que proponen actividades comunitarias para los barrios del distrito.

## SERVICIOS DE ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA:

La atención individualizada es un servicio que ofrece el Espacio de Igualdad a las mujeres del distrito y del municipio de Madrid, que se realiza siempre bajo cita previa.

### Servicio de Atención Psicológica.

Si necesitas apoyo emocional para hacer frente a un malestar que te está generando dificultad en estos momentos, no lo dudes, llámanos.

Podemos apoyarte en situaciones que hayas vivido o estés viviendo en las que te sientas discriminada como mujer, tanto en relaciones de pareja como en otros ámbitos de la vida: atendemos situaciones de baja autoestima y dificultad en la toma de

## TRABAJO EN RED:

El Espacio de Igualdad Elena Arnedo Soriano, trabaja en red con los siguientes recursos comunitarios. Si deseas más información sobre los mismos, ponte en contacto con nosotras.

- **Mesa de Igualdad de Retiro:** grupo de trabajo para promover acciones de sensibilización y educación en igualdad y contra la violencia de género.

decisiones, déficit de habilidades para poner límites, conflictos con otras personas, sensación de sobrecarga y la necesidad de conciliar.

También en estos momentos y debido a la pandemia se ofrece apoyo desde nuestra área para ayudarte a afrontar las situaciones derivadas de la misma.

### Servicio de Atención Jurídica.

Nuestra abogada te ofrece apoyo jurídico, tanto en supuestos de derecho de familia (divorcio, custodias menores, medidas paterno filiales...), laboral, arrendamientos, Extranjería, así como en la prevención y reparación de violencia de género y doméstica.

En estos momentos y con motivo de la pandemia también orientamos de las posibles medidas, ayudas, prestaciones, etc. que van aprobándose y que a lo mejor desconoces.

Aclaremos tus dudas acerca de situaciones de ERTE, de regularización como empleada de hogar, de cómo realizar tu inscripción como demandante de empleo y poder solicitar alguna prestación. Tráenos tus dudas y te asesoraremos.

### Servicio de Desarrollo Profesional.

Esta crisis del Covid-19 impacta también de manera significativa en el área de empleo y queremos seguir apoyándote, resolver tus dudas y trabaja contigo para ver dónde te posicionas ante esta nueva realidad.

Te ofrecemos:

- Orientación laboral: información, objetivo profesional, sistemas y herramientas de búsqueda de empleo. Itinerario personalizado de búsqueda. Orientación en formación.
- Competencias profesionales: mapeo de habilidades personales vinculadas al empleo, identificación de puntos fuertes y áreas de mejora.

\*Tanto las atenciones individuales como las actividades se llevan a cabo sin coste alguno para las personas participantes.

**El horario de atención individual es de lunes a viernes de 10:00-14:00h y de 16.30-20.30h**, tanto de manera presencial como telemática (correo, teléfono...).

Para acudir a los servicios profesionales del Espacio de Igualdad Elena Arnedo es necesario pedir cita a través del:

- Teléfono: **91 480 25 08**
- Correo electrónico: **elenaarnedo3@madrid.es**