



PROGRAMACIÓN OCTUBRE 2022

“Debemos decirles a nuestras jóvenes que sus voces son importantes”.

Malala Yousafzai (1997 -). Activista paquistaní.

RED MUNICIPAL DE ESPACIOS DE IGUALDAD

Es un recurso público municipal especializado en la promoción de la igualdad y la prevención de la violencia machista.

Para ello, 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.

HORARIO DE ATENCIÓN

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

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 588 39 57

Correo electrónico: lucreciaperez3@madrid.es

Presencialmente: calle Manresa, 1-bis (metro Fuencarral)



SERVICIOS DE ATENCIÓN INDIVIDUAL

Dirigida 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.

ACTIVIDADES GRUPALES

Algunas de estas actividades son de continuidad, por lo que te invitamos a contactar con el Espacio de Igualdad para consultar las plazas disponibles.

ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN

Dirigidas a la población general y profesionales que quieran profundizar en temas relacionados con la igualdad y la diversidad de género.

2

EXPOSICIONES

Collages feministas

Se trata de una creación artística colectiva realizada por las mujeres participantes al taller realizado en el Espacio de Igualdad Lucrecia Pérez con motivo del 8M, de la mano de Almu Arribas. Las mujeres participantes realizaron una serie de collages con diferentes temas: educación, violencia contra las mujeres, feminismos y sororidad.

No te pierdas esta exposición única, ¡disfruta de las obras de las mujeres del distrito!

Dirigido a toda la población.

Del 1 al 31 de octubre.

En horario de apertura del centro.

CICLOS DE CINE

Miradas de mujer en el cine

El cine nos ofrece una representación de la realidad, de modo que contribuye a conformar nuestra visión del mundo. La creación cinematográfica ha estado y sigue estando mayoritariamente en manos

Espacio de Igualdad
LUCRECIA PÉREZ

Calle Manresa, 1B
Distrito de
Fuencarral- El Pardo

91 588 39 57
lucreciaperez3@madrid.es
www.madrid.es/espaciosdeigualdad





de hombres, de manera que su representación de la vida, de los hombres, las mujeres y sus relaciones es una mirada masculina. En este espacio queremos visibilizar la obra de las mujeres cineastas que nos transmiten su mirada personal construyendo personajes femeninos complejos, protagonistas de las tramas, alejados de lo que la mirada masculina desea.

Cada mes os proponemos ver una película juntas y juntos para después debatir sobre la trama, los personajes, etc.

Dirigido a toda la población.

Martes 11 de octubre. De 17 a 20h.

Todas las películas propuestas podéis encontrarlas en el catálogo de Bibliotecas Públicas de Madrid.

TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS

Laboratorio teatral

Impartido por Mary Carmen Melero.

El teatro es una potente herramienta de concienciación y construcción social. Comenzamos con un nuevo grupo de teatro para mujeres y hombres, un grupo en sintonía con la igualdad. En el que de forma divertida y animada trabajaremos para dejar tras la puerta la vergüenza y nos sumergiremos en el mundo del espectáculo para mostrar nuestras dotes artísticas. Desde las artes escénicas trabajaremos nuestra forma de comunicarnos, de indagar en nuestras emociones, y en nuestra forma de interactuar con los/las demás.

¿Te atreves a descubrir tu lado más artístico?

Dirigido a toda la población.

Jueves 6, 13, 20 y 27 de octubre. De 17:45 a 19:45h.

Tu espacio de lectura

En "Tú Espacio de lectura" comentaremos diferentes textos escritos por mujeres, disfrutaremos del arte de la lectura en solitario para luego, intercambiar opiniones y debatir sobre historias en común. Vamos a descubrir las mujeres que, durante siglos, se ocultaron bajo la firma de "anónimo" al no serles permitido publicar por el hecho de ser mujeres.

Dirigido a toda la población.

Lunes 3 y 17 de octubre. De 12 a 13:30h.

HOMBRES POR LA IGUALDAD

Pensando la masculinidad

El cuestionamiento de la masculinidad y la feminidad es un elemento clave para la construcción de una sociedad igualitaria, puesto que los mandatos de género que construyen las formas de ser hombres y mujeres generan una relación desigual entre los sexos. Asimismo, los mandatos de la masculinidad generan conflictos personales y relacionales en los hombres, tanto al cumplirlos, como al no hacerlo por no poder o no querer.

Te animamos a participar en este espacio de aprendizaje y reflexión, al que se dará continuidad en función de vuestros intereses.

Dirigido a hombres.

Martes 18 de octubre. De 18 a 19:30h.



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA

Dirigida a la población general y profesionales que quieran mejorar sus conocimientos y habilidades para prevenir y detectar la violencia machista.

EXPOSICIONES

Crecer con miedo: niños y niñas ante la violencia de género

La Comisión para la Investigación de Malos Tratos a Mujeres, en colaboración con la Federación Española de Municipios y Provincias, puso en marcha la exposición, "Crecer con miedo: niños y niñas ante la violencia de género" en la que pueden verse una serie de dibujos creados por hijos e hijas de víctimas de violencia de género, que ilustran sobre el papel las situaciones de maltrato que han vivido.

Insultos, lágrimas, miedo, una imagen de un monstruo que grita: "te voy a matar", comparaciones con animales salvajes como el gorila o el tigre: "Cuando dibujé a papá, que es una fiera, pinté una línea para proteger a mamá", así viven los más pequeños la violencia machista en sus hogares.

"Este trabajo nace con la idea de sensibilizar sobre los terribles efectos que la violencia tiene sobre los menores que la sufren, y que no se puede expresar con palabras. A través de sus trabajos queremos demostrar cómo ven ellos el proceso de violencia, haciéndoles protagonistas de su propia historia, de la mejor forma en que nos lo pueden contar", explica Susana Martínez, presidenta de la Comisión para la Investigación de Malos Tratos a Mujeres.

Queremos dar a conocer estos dibujos por su enorme fuerza expresiva que ilustra perfectamente las repercusiones que para los hijos/as de las víctimas supone vivir en un contexto de violencia y/o sufrirla en primera persona.

Dirigido a toda la población.

Del 1 al 31 de octubre.

En horario de apertura del centro.

Taller: Crecer con miedo.

Dirigido a toda la población.

Jueves 20 de octubre. De 17:30 a 19h.

Sanando en Red: sanación colectiva frente a la violencia machista

Con motivo del 25N, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, la Red Municipal de Espacios de Igualdad nos unimos para crear una exposición fotográfica en el marco del proyecto transversal "Empoderar-t".

A través de ella, queremos sensibilizar en las diferentes expresiones de la violencia machista a través del testimonio y trabajo colectivo de mujeres del distrito. Pero, sobre todo, queremos dar a conocer el papel transformador y sanador de las redes de apoyo a la hora de ayudarnos a identificar, reparar y fortalecer las capacidades que toda mujer tenemos para afrontar la violencia machista.

Os invitamos a visitar esta exposición y a compartir con nosotras vuestras impresiones y sensaciones.



Dirigido a toda la población.

Del 1 al 31 de octubre.

En horario de apertura del centro.

Puedes ponerte en contacto con nosotras para concertar una cita para visitar las exposiciones, o simplemente acercarte a disfrutarlas. Para visitas grupales se ofrece una charla sobre la dinámica de la violencia de género en la pareja.

TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS

Defensa personal

Nos acompañará Irene Fernández, ex luchadora de Muay Thai profesional. Crearemos un espacio de empoderamiento donde conoceremos nuestras propias capacidades y fortalezas a través del deporte de contacto y las artes marciales. Tenemos derecho a sentirnos seguras en el espacio urbano, en nuestras calles. Disfrutaremos de su experiencia en una clase de defensa personal.

Dirigido a mujeres.

Martes 11 y 25 de octubre. De 18 a 19:30h.

Preparando juntas el 25N

Se acerca el 25N "Día Internacional para la Eliminación de la Violencia Contra las Mujeres" y desde la Red Municipal de Espacios de Igualdad estamos organizando un acto muy especial para conmemorar este día luchando juntas contra la violencia machista.

Participa con nosotras en la preparación de este evento durante el mes de octubre para crear juntas la performance que llevaremos a las calles el 18 de noviembre y digamos no a la violencia contras las mujeres.

¡Forma parte del proceso!

Dirigido a mujeres.

Martes 11, 18 y 25 de octubre. De 12 a 13:30h.

Encuentro con la escritora: Púrpura, ocho mujeres, ocho historias

Para conmemorar el Día de las Escritoras en el mes de octubre, contaremos con la presencia de Tery Logan, Tery es una apasionada de la escritura en cualquier formato.

A través de una lectura de fragmentos del libro nos presentara, Púrpura, ocho historias protagonizadas por mujeres que nos llenan de resiliencia, empoderamiento y positividad.

Acércate a la biblioteca "una habitación propia" del Espacio de Igualdad Lucrecia Pérez para acceder al servicio de préstamo donde contamos con el libro de Tery Logan, Púrpura.

Dirigido a toda la población.

Martes 25 de octubre. De 17:30 a 19:00h.



ACTIVIDADES DE EMPODERAMIENTO

Dirigida a mujeres que quieran iniciar o fortalecer su proceso de empoderamiento personal junto a otras mujeres.

BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL

Espacio de crecimiento: Mindfulness

La práctica de la atención plena nos facilita el acceso al conocimiento de nosotras mismas y al descubrimiento de los condicionamientos de género que afectan a cómo nos relacionamos con nuestro cuerpo y mente.

A partir de esta práctica iremos conectando con nuestras emociones, pensamientos y su reflejo en el cuerpo para poder ir realizando un proceso de transformación que nos haga sentir y actuar de una manera más armónica y saludable.

Dirigido a mujeres.

Martes 4, 11, 18 y 25 de octubre. De 17 a 18h.

Círculo de Mujeres

Hablaremos de todos los temas que en estos tiempos nos preocupan a las mujeres, como nuestra seguridad, nuestro compromiso con y para con la sociedad, nuestra participación en el barrio, etc. Nos reuniremos para dar salida a nuestros miedos, preocupaciones, aspiraciones y logros, en un entorno de enriquecimiento y apoyo mutuo.

Dirigido a mujeres.

Jueves 6 y 20 de octubre. De 12 a 13:30h.

Activa tu mente

Es imprescindible mantener activo el cerebro. Realizando juegos divertidos entrenaremos la mente sin apenas darnos cuenta. La memoria es la puerta de conexión con el mundo, las demás y nosotras mismas por ello la cuidaremos mientras pasamos un rato ameno y en compañía.

Dirigido a mujeres mayores de 60 años.

Jueves 13 y 27 de octubre. De 12 a 13:30h.

Espacio terapéutico. Mi voz interior: en busca de la autoestima perdida

Las mujeres experimentamos una serie de malestares psicológicos derivados en primer lugar de nuestra construcción psicológica como mujeres, dado que esta implica unos modos de ser y actuar adecuados, así como unos roles y expectativas que debemos cumplir.

Estos modos de ser apropiados incluyen nuestra apariencia física, una personalidad centrada en el ser para otros, el cuidado de los demás, un rol en las relaciones de pareja y en la familia, etc. También las experiencias vitales de discriminación, abuso y maltrato van incidiendo en nuestra autoestima que se ve marcada con demasiada frecuencia por la insatisfacción, la culpa y la vergüenza.

En este taller os proponemos trabajar en grupo sobre nuestra imagen y sentimientos hacia nosotras mismas, para que juntas descubramos el origen de nuestras dificultades con la autoestima y andemos



el camino para encontrar esa voz interior propia que haga que nos validemos y queramos como todas merecemos.

Dirigido a mujeres.

Jueves 13 y 27 de octubre. De 18 a 19:30h.

Castellano para mujeres migrantes

Nuestra lideresa Loubna Benlemlih, dará clases de castellano para mujeres migrantes del distrito en el Espacio semanalmente. Anímate a conocer a Loubna y a recibir clases de castellano en un ambiente tranquilo y de aprendizaje.

Dirigido a mujeres migrantes.

Viernes 7, 14, 21 y 28 de octubre. De 10:30 a 11:30h.

EMPODERAMIENTO ARTÍSTICO

Escritura creativa: ¡Lo que escribes sí importa!

La escritura creativa se ideó para trascender los límites de la escritura profesional, ya sea de ficción o no. Es un recurso fantástico que invita a la inspiración, fomenta la creatividad y se utiliza para trabajar el bloqueo emocional.

Utiliza esta herramienta tan artística para focalizar en ti, porque lo que escribes sí es importante.

Dirigido a mujeres.

Lunes 10 y 24 de octubre. De 12 a 13h.

Manualidades de temporada

¿Quieres relajarte y alejar el estrés? ¿te gustaría aprender a hacer regalos originales y a bajo coste?, ¿te apetece expresarte mientras compartes con otras personas?, no te pierdas entonces nuestras manualidades de temporada. Cada fecha señalada podrás crear una cosa diferente aprendiendo un montón de técnicas nuevas.

Dirigido a mujeres.

Viernes 7 y 21 de octubre. De 17 a 19h.

Lecturas compartidas

La lectura despierta la curiosidad y alimenta la imaginación, cada libro nos hace conocer historias y personajes que nos harán viajar, reír, llorar y un sinfín de emociones más.

Anímate a experimentar estas sensaciones en las lecturas compartidas en las que propondremos un libro y luego comentaremos juntas.

Dirigido a mujeres.

Jueves 20 de octubre. De 18 a 19:30h.



EMPODERAMIENTO JURÍDICO, LABORAL Y/O DIGITAL

Espacio profesional

Nuestro Espacio Profesional es un encuentro de carácter profesional que busca favorecer el desarrollo integral de las competencias más valoradas en el mercado laboral, así como el conocimiento y la activación de los sistemas y estrategias de búsqueda de empleo.

En estas sesiones se ofrecerá información y orientación con el objetivo de promover el desarrollo profesional de las participantes, en relación a diferentes temáticas como: mercado laboral, herramientas y canales de búsqueda activa de empleo, etc.

Dirigido a mujeres.

Lunes 3 de octubre. De 10:30 a 12h.

Lunes 3 de octubre. De 17 a 18:30h.

Búsqueda activa de empleo mediante TIC's

El objetivo de este taller es promover las competencias digitales necesarias en el proceso de búsqueda activa de empleo. Se pondrá a disposición de las participantes tablets en las que podrán aprender y poner en práctica actividades como: envío de candidaturas, registro en aplicaciones de búsqueda de empleo, solicitud del informe de vida laboral, acceso a los servicios públicos de empleo online, etc.

Dirigido a mujeres.

Lunes 17 de octubre. De 10:30 a 12h.

Lunes 17 de octubre. De 17 a 18:30h.

Taller: Procedimientos de extranjería

En el taller se tratarán diversos aspectos jurídicos de los procedimientos de extranjería en los que interviene la administración de la Comunidad de Madrid, abordando las diferentes formas de regularizar nuestra situación: Arraigo social, laboral y familiar, familiar de comunitario, reagrupación familiar, asilo, etc.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 19 de octubre. De 11 a 13h.

Espacio de dudas: Digitalizadas

¿Necesitas ayuda con el móvil? ¿Tienes una tablet y no te terminas de hacer con ella? ¿Quieres aprender a resolver algunas dudas con la tecnología? Para ello hemos creado este espacio en el que de manera individual atenderemos estas dudas y procuraremos darte herramientas para que puedas desenvolverte de forma autónoma.

Dirigido a mujeres.

Solicita cita previa en el 915 883 957 o escribiendo a lucreciaperez3@madrid.es

Taller: Conectadas con el móvil

Conocer las posibilidades de mi teléfono móvil, hacer gestiones bancarias, comprar unas entradas, descubrir diferentes aplicaciones o solicitar cita. Ven al Espacio de Igualdad con tu teléfono y sorpréndete con lo fácil que es.

Dirigido a mujeres mayores de 60 años.

Jueves 13 de octubre. De 18 a 19h.



BIENESTAR FÍSICO

Yoga

Un mes más contamos con este espacio para la práctica del yoga desde el convencimiento de que ofrecemos una maravillosa herramienta para el autocuidado y la conexión con nosotras mismas de una manera profunda. En esa conexión, esa pausa y ese silencio nos hacemos más independientes y nos llegamos a mirar con una mirada más libre de los condicionamientos que nos oprimen.

El yoga es una filosofía originaria de la India que prepara el cuerpo y la mente para vivir un estado de equilibrio bienestar interno. A través de las posturas con el cuerpo y la respiración recuperamos la salud en todo el organismo. ¡Dedícate este tiempo a ti misma!

Actividad en colaboración con Yoga Sin Fronteras.

Dirigido a mujeres.

Lunes 3, 10, 17, 24 y 31 de octubre. De 17:45 a 18:45h.

Lunes 3, 10, 17, 24 y 31 de octubre. De 19 a 20h.

Yoga restaurativo

Impartido por Nines González.

El yoga restaurativo es una práctica basada en las posturas de Hatha yoga que puede ser practicado por cualquier persona sin importar su edad o nivel de experiencia. Busca una relajación profunda a nivel físico, mental y emocional. Es muy efectivo para aliviar la fatiga, el estrés, mitigar los síntomas de la depresión y la ansiedad, tomar mayor conciencia de la coordinación cuerpo-mente, aumentar la capacidad de concentración y mejorar tanto la capacidad respiratoria como la circulación.

Dirigido a mujeres mayores de 60 años.

Miércoles 5, 19 y 26 de octubre. De 18 a 19h.

Movimiento expresivo

Impartido por Virginia Pérez.

El cuerpo es un mapa que narra nuestras vivencias. A través del movimiento, la danza, la voz, la dramatización y la expresión, vamos concienciando y dinamizando los aspectos mecánicos y rígidos de nuestra personalidad que están plasmados en el cuerpo y determinan un modo de estar, pensar, sentir y relacionarnos. De esta manera, liberamos cargas y trabas emocionales que han cristalizado, facilitando abrir nuevos espacios que permitan crear una nueva plástica, abrazando todas nuestras partes para llegar al estado natural del cuerpo, que es la salud.

“Cuidar el cuerpo, escuchar el corazón, desplegar el ser”.

Dirigido a mujeres.

Viernes 7, 14, 21 y 28 de octubre. De 17:30 a 19h.

La danza al alcance de todas

Impartido por Marina Santos.

Todas las mujeres contamos con un enorme potencial creativo, si tenemos el espacio y condiciones para hacerlo. Creando somos más libres y podemos establecer nuevas relaciones con nuestro entorno y con nosotras mismas.

Un cuerpo en movimiento, en un ambiente acogedor y cuidado, libera tensiones y así siente placer fortaleciendo las capacidades para afrontar lo cotidiano y su entorno con energía renovada. El taller fomenta la autoestima y el vínculo entre sus participantes.



Anímate, ¡ven a bailar!

Dirigido a mujeres.

Martes 4 y 18 de octubre. De 18 a 20h.

TRABAJO COMUNITARIO

Trabajamos en red con asociaciones, colectivos y recursos comunitarios del distrito, ya sea para la realización de actividades o para dar respuesta a demandas específicas.

Además, ponemos a disposición de la comunidad los siguientes servicios: disponibilidad de aulas y biblioteca de préstamo gratuito.

Si deseas más información, ponte en contacto con nosotras.

Caminando juntas

Caminar es uno de los ejercicios más gratificantes que podemos hacer. Entre otros beneficios físicos, pasear ayuda a fortalecer tus músculos, articulaciones, huesos y mejora la circulación. Y si este ejercicio además lo haces en compañía, no solo mejorará tu cuerpo sino también tu mente. ¿Te apuntas?

Dirigido a mujeres mayores de 60 años.

Miércoles 5, 19 y 26 de octubre. De 9:30 a 11h.

Haciendo Espacio

El Espacio es nuestro punto de encuentro, nuestro espacio seguro, un sitio de ser y estar, y queremos que nuestro "estar" sea más cómodo y amable, por ello, os proponemos juntarnos y seguir construyendo espacio, ponernos mano a la obra en los proyectos en diferentes proyectos para revitalizar el Centro.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 5, 19 y 26 de octubre. De 18 a 19h.

A la fresca, con el ganchillo

Salir a la fresca es una de esas costumbres de nuestra tierra que jamás debe perderse. Esta antigua costumbre es un modo de comunicarse y relacionarse con el entorno olvidándose de las preocupaciones diarias, para muchos sigue siendo un momento de reunión entre amigos y/o familiares. Retomamos la costumbre de "salir a la fresca" con nuestras sillas y compartir con nuestras vecinas esta antigua tradición, mientras charlamos aprenderemos técnicas de ganchillo y compartiremos saberes con nuestras vecinas del distrito.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 5, 19 y 26 de octubre. De 19 a 20h.

Jornada de puertas abiertas

El Espacio de Igualdad Lucrecia Pérez pondrá en marcha una Jornada de Puertas Abiertas el próximo jueves 6 de octubre, en horario de tarde.

Durante esta jornada obtendrás información sobre los distintos servicios del dispositivo, la oferta de talleres y actividades, además de conocer a las trabajadoras que conforman el equipo del Espacio de Igualdad, ven a conocernos mientras nos tomamos un refresco.

Espacio de Igualdad
LUCRECIA PÉREZ

Calle Manresa, 1B
Distrito de
Fuencarral- El Pardo

91 588 39 57
lucreciaperez3@madrid.es
www.madrid.es/espaciosdeigualdad





E.I. Lucrecia Pérez es un espacio de participación, abierto a toda la ciudadanía. Son las personas quienes le dan sentido y es por ello por lo que queremos animarte a participar. Conocer vuestros intereses, gustos y necesidades hace posible que este espacio, tu espacio, siga creciendo.

¡Os esperamos!

Dirigido a toda la población.

Jueves 6 de octubre. De 17:30 a 19:30h.

Aracné: Costura creativa

Grupo de mujeres del distrito en el que con diversas técnicas de costura desarrollan un proyecto artístico común. Se trata de un espacio de aprendizaje y sororidad en el que compartir una experiencia creativa conjunta y crear redes.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 26 de octubre. De 11 a 12:30h.

Espacios morados, espacios seguros

Las profesionales del Espacio de Igualdad facilitarán una formación dirigida a las y los profesionales de las entidades del distrito comprometidas con la prevención de la Violencia de Género en la infancia, la adolescencia y la juventud. Se trata de un espacio de aprendizaje conjunto, en el que compartir herramientas y buenas prácticas de intervención.

Dirigido a entidades.

Jueves 27 de octubre. De 10 a 12h.

Biblioteca: Una habitación propia

El "Rincón de Lectura: Lucrecia Pérez" es una pequeña biblioteca de préstamo gratuito cuyo objetivo es fomentar el placer por la lectura y poner al alcance de la población del distrito de Fuencarral-El Pardo títulos de autoras y autores comprometidos con la igualdad de entre hombres y mujeres y con la diversidad.

Dirigida a toda la población.

Permanente en horario de apertura del Espacio.

El patio de mi recreo

Busca un momento para ti, para coger fuerzas, busca un rinconcito de nuestro patio para leer, relajarte, tomar el sol o para conversar con otras personas, jugar a las cartas o tomarte un aperitivo en compañía.

El patio del Espacio es nuestro recreo y es para disfrutarlo, ¡te esperamos!

Dirigida a toda la población.

Permanente en horario de apertura del Espacio.

Historias para sanar el alma

Desde el Espacio de Igualdad queremos crear un libro comunitario con las malas experiencias que hemos tenido las mujeres. Todas hemos sufrido alguna situación en las que hemos sentido peligro tanto en la calle como en lugares privados, con desconocidos, y no tan desconocidos.

Este libro recogerá esas malas experiencias para dar visibilidad a las distintas violencias que sufrimos las mujeres y para recordar que no estamos solas.

Puedes mandarnos un mail o acercarte al Espacio e introducirlo en nuestra urna.

Los escritos serán anónimos, preservando la identidad de las autoras.



Dirigido a mujeres.
Permanentemente en horario de apertura del Espacio.

¿Qué quieres ser de mayor?

Para conmemorar el Día Internacional de la Niña vamos a lanzar una campaña junto con la asociación Valdeperales sobre que quieren ser las niñas de mayores, una campaña con la que queremos visibilizar la importancia de la educación igualitaria para destruir los estereotipos de género que niñas y niños absorben a edades muy tempranas.

Te invitamos a participar con vuestras hijas, ponte en contacto con nosotras y te contamos como hacerlo.

Dirigida a toda la población.
Permanentemente en horario de apertura del Espacio.