



PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 2022

“No estoy aceptando las cosas que no puedo cambiar, estoy cambiando las cosas que no puedo aceptar”

Angela Yvonne Davis. Filósofa, política, activista y profesora afrodescendiente,
autora de “Si vienen en la mañana: voces de resistencia” (1971)

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. Si tienes otro tipo de discapacidad ponte en contacto con nuestro centro.

HORARIO DE ATENCIÓN:

Lunes a viernes de 10 a 14h y de 16 a 20h. Festivos cierra el centro.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 588 39 64 / 91 588 96 15

Correo electrónico: carmechacon2@madrid.es

Presencialmente: calle Matapozuelos, 2 (metro Esperanza)



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.

¡En este mes continuamos con nuestra nueva programación de otoño! Pregunta por las actividades que acaban de empezar y las plazas disponibles. No pierdas la oportunidad y ven a celebrar esta nueva estación con nosotras.

2

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

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

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

☎ 91 588 96 15
carmechacon2@madrid.es
www.madrid.es/espaciosdeigualdad



EXPOSICIONES *

“Mujeres anónimas”, de Flavia Totoli (Akiba Art African Gallery)

Bajo el título “Mujeres Anónimas”, la autora crea y recopila esta serie de retratos a fin de celebrar a todas las mujeres increíbles que nos inspiran. Las admiramos, tanto a sus historias, como a sus vulnerabilidades y su fuerza. Nos vemos reflejadas a nosotras mismas en ellas.

Dirigida a toda la población

Del 4 al 25 de noviembre en horario de apertura del centro

Coloquio inauguración: miércoles 16 de noviembre a las 18 h.

III Certamen Joven de Creación Artística de Hortaleza

Disfruta de las obras que han participado en el Certamen Joven de Creación Artística en Contra de la Violencia Machista protagonizado por jóvenes de entre 12 y 18 años del distrito de Hortaleza y que este año celebra su tercera edición.

Dirigido a toda la población

Del 18 de noviembre al 30 de diciembre en horario de apertura del centro

***Consultar disponibilidad de acceso a las salas**

EVENTOS ARTÍSTICOS

Espacio Coloquio Literario: “Super Luisito. Vencer el miedo al divorcio”, de Natalia Serrano Lotina

A través de un cuento infantil la autora trata el tema sobre un duro divorcio, y cómo se pueden abordar temáticas como el miedo y la valentía.

Dirigido a toda la población

Lunes 14 de noviembre. De 18 a 19:30h.

CICLOS DE CINE

Espacio Proyección: Especial Día Internacional de la Memoria Transexual (20N)

Conmemora con nosotras el 20 de noviembre, Día Internacional de la Memoria Transexual, viniendo a ver un documental que analiza cómo se presenta a las personas transexuales en la sociedad, y participando de su posterior coloquio. (V.O.S.Castellano)

Dirigido a toda la población

Miércoles 23 de noviembre a las 17:30h.

CONVOCATORIAS

Espacio mensual para el recuerdo de las mujeres, niñas y niños, víctimas de violencia machista

Te invitamos el último jueves de cada mes a recordar mediante un breve y simbólico acto a las mujeres, niños y niñas asesinadas por violencia machista: leeremos sus nombres, pondremos un lazo violeta o blanco en el Jardín del Espacio de Igualdad y finalizaremos con un minuto de silencio.

Dirigido a toda la población

Jueves 24 de noviembre a las 19:30h.

HOMBRES POR LA IGUALDAD

¿Y nosotros qué podemos hacer?

Espacio de encuentro dirigido a hombres que quieran hablar sobre masculinidades. Es necesario combatir un modelo de masculinidad tóxico y nocivo y construir nuevos referentes para lograr una sociedad igualitaria y libre de violencia. Te invitamos a este taller en el que trataremos distintos temas como los cuidados, la corresponsabilidad, las emociones y la sexualidad.

Dirigido a hombres

Viernes 4 y 18 de noviembre. De 11 a 12h. (Grupo quincenal de octubre a diciembre)

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

☎ 91 588 96 15
carmechacon2@madrid.es
www.madrid.es/espaciosdeigualdad





VISITAS Y PASEOS

Recorre el Altar de los Muertos de la Casa de México en España

Fundación Casa de México en España (FCME) dedica este año el Mega Altar de muertos a la artista mexicana Frida Kahlo. En el marco de la exposición* Frida Kahlo: alas para volar en la cual se exponen 31 obras originales acompañadas de 91 fotografías, C.M. quiere honrar y reforzar el reconocimiento a una de las artistas mexicanas más conocidas en el mundo del último siglo. Ven a visitar con nosotras esta impresionante construcción, a conocer y aprender de otras culturas, estéticas y costumbres.

Dirigido a toda la población

Viernes 4 de noviembre. Quedamos a las 10h. en el Espacio, de allí viajaremos a Casa de México en transporte público.

***La visita no incluye la entrada a la Exposición de Frida Kahlo.**

ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA

MACHISTA.

Actividades dirigidas a mejorar conocimientos y habilidades para prevenir y detectar la violencia machista.

Día Internacional para la Eliminación de la Violencia Contra las Mujeres (25N)

Ensayos para la *performance* Stop violencia de género

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 también durante el mes de noviembre 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.

Miércoles 2 de noviembre. De 18 a 18:45h.

Lunes 7 de noviembre. De 12 a 12:45h.

Preparando el 25 N en comunidad

En el marco del trabajo comunitario de la Mesa Social de Hortaleza, te invitamos a participar en una serie de talleres semanales en los que conoceremos el significado del 25N y construiremos los elementos necesarios para la performance que se realizará dicho viernes en la Glorieta Mar de Cristal.

Dirigido a toda la población

Miércoles 2 y 16 de noviembre. De 12:30 a 14h.

Nuestras relaciones a examen

En este espacio reflexionaremos sobre el comportamiento nocivo que puede existir en las relaciones de pareja. Juntas desmontaremos todos esos patrones que nos resultan dañinos, para construir formas de relacionarnos sanas, donde las mujeres tengamos un papel activo.

Dirigido a mujeres.

Martes 8 de noviembre. De 12 a 13:30h. (Grupo quincenal de octubre a diciembre)

6

Conmemorando el 25N en la Red de Espacios de Igualdad: Stop violencia de género

Cada año el 25 de noviembre, Día Internacional de Eliminación de la Violencia Contra las Mujeres, reivindicamos nuestro derecho a ocupar el espacio público, a ser y estar y vivir sin discriminación y a construir una sociedad equitativa libre de violencia. Por ello desde la Red de Espacios de Igualdad del Ayuntamiento de Madrid te invitamos al acto conmemorativo con el fin de visibilizar que, aunque hemos alcanzado muchos logros, aún nos queda un largo camino por andar y que juntas lo conseguiremos.

Acompáñanos en la performance que tenemos preparada y sigamos construyendo una realidad sin violencia machista.


Dirigido a toda la población

Viernes 18 de noviembre de 11:30 a 13:30

Punto de encuentro: Plaza Daoiz y Velarde

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

 91 588 96 15
carmechacon2@madrid.es
www.madrid.es/espaciosdeigualdad



Mi vida en la maleta

Crear un espacio para las mujeres migradas desde la detención y reparación de las violencias, donde puedan expresar lo que sienten, desde una perspectiva interseccional, generando un espacio de encuentro.

Dirigido a mujeres migradas.

Lunes 21 de noviembre. De 11:30 a 13h. (Grupo mensual de octubre a diciembre)

Grupo de Autoestima Por nosotras mismas Especial 25N

El miércoles 23, con motivo del 25 N haremos una sesión especial para abordar e identificar la violencia contra las mujeres en el marco de la pareja.

Dirigido a las mujeres participantes en el grupo de autoestima.

Miércoles 23 de noviembre de 18:30 a 20h.

Caminando juntas por nuestro Espacio

Como cada 25 de noviembre desde 1999, conmemoramos el Día Internacional de Eliminación de la Violencia Contra las Mujeres. Fecha en que, una vez más, seguimos reivindicando desde cualquiera de nuestros lugares, el derecho que tenemos a no ser víctimas, a no ser discriminadas, a ocupar el espacio público, a disfrutar del privado y a vivir y crecer en un entorno libre de violencia.

Acompáñanos en la marcha que desde el Espacio de Igualdad nos llevará hasta la Glorieta de Mar de Cristal donde participaremos en un emotivo acto en memoria de las víctimas.

Caminamos con paso firme por la erradicación de la violencia contra las mujeres ¡Únete!

Dirigido a toda la población

Viernes 25 de noviembre. De 11 a 13h.

Para más información sobre el recorrido puedes contactar en carmechacon2@madrid.es

ACTIVIDADES DE EMPODERAMIENTO

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

GRUPOS DE ENCUENTRO:

El gran libro de las mujeres GLAM

Compañeras lectoras que comparten sus saberes y disfrutan de los conocimientos que atesoramos las mujeres en torno a la historia, la literatura, la alquimia de la naturaleza, los arquetipos, etc. crean y participan en este grupo *GLAM* que se reúne una vez al mes para, a la vez de divertirse, ser cada día algo más sabias.

Grupo cerrado

Miércoles 2 y 16 de noviembre a las 17h.

Conociendo otras culturas: Samhain

¿Día de Todos los Santos, Noche de los Muertos, ¿Halloween? ¿Qué costumbres hay en el mundo en torno a la noche del 31 de octubre al 1 de noviembre? Una de las mejores formas de combatir las violencias es conocer otras formas de vivir y de estar en el mundo, disfrutar de convivir con otras tradiciones y costumbres. Celebra con nosotras el final de este ciclo en una reunión muy especial en la que reencontrarnos y reconectarnos con nuestra auténtica y valiosa naturaleza.

Dirigido a mujeres

Miércoles 2 de noviembre a las 18h. En colaboración con Elena Pérez Fernández

BIENESTAR FÍSICO:

Taller de masaje Ayurvédico

En este taller aprenderemos a cuidarnos y auto masajearnos para equilibrar las energías que fluyen entre nuestro cuerpo y mente.

Dirigido a mujeres

Miércoles 30 de noviembre. De 18 a 19h. En colaboración con Irene Peña Herranz

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

☎ 91 588 96 15
carmechacon2@madrid.es
www.madrid.es/espaciosdeigualdad



Las mujeres cuidamos la memoria

¿Te apetece estimular tu cerebro de una forma lúdica y eficaz? Entonces ven a tu Espacio de Igualdad a jugar con nosotras en este taller en el que cuidaremos de nuestra memoria y de la de todas las mujeres que hicieron historia.

Dirigido a mujeres

Lunes de octubre a diciembre. De 10:30 a 11:30h.

Salud sin tabúes

En este taller hablaremos sobre qué lugar ocupa la salud afectivo-sexual en nuestras vidas y de cómo el placer sexual de las mujeres ha sido históricamente invisibilizado. Romperemos el tabú que existe en torno a la sexualidad, una parte más de nuestra salud, desde la perspectiva de género.

Dirigido a mujeres

Martes de octubre a diciembre. De 12 a 13:30 h.

Me estiro y no me estreso

Taller donde realizaremos varios ejercicios de estiramientos y técnicas de relajación para conseguir llevar un otoño relajado.

Dirigido a mujeres

Martes de octubre a diciembre. De 18 a 19h.

WomanDance

Taller de danza para reconectar y apropiarnos de nuestro cuerpo. A través del baile nos descubriremos y nos adoraremos para movernos en sororidad.

Dirigido a mujeres

Miércoles de octubre a diciembre. De 12:30 a 13:30h.

EmPowerKarma

Taller para activarnos físicamente, agradecer a nuestro cuerpo todo lo que hace por nosotras todos los días. Si te apetece bailar, hacer ejercicio y cuidarte... ¡Ven y lo hacemos juntas!

Acude con ropa de deporte, agua y toalla.

Dirigido a mujeres

Jueves de octubre a diciembre. De 11 a 12h.

Espacio de Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

☎ 91 588 96 15
carmechacon2@madrid.es
www.madrid.es/espaciosdeigualdad



BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL:

Taller de Relajación En Calma

Taller para aprender a identificar tensiones y utilizar algunas herramientas con las que reducir el estrés y la ansiedad. Practicaremos diferentes técnicas de relajación.

Dirigido a mujeres.

Lunes de octubre a diciembre. De 11 a 12h.

Cuerpo, movimiento y relax

Mover nuestro cuerpo desde la libertad de ser nosotras mismas, escuchando las emociones y tejiendo vínculos entre nosotras.

Dirigido a mujeres

Martes de octubre a diciembre. De 12 a 13:30h.

Taller de Autoestima Por nosotras mismas

Taller para aprender a identificar tensiones y espacio en el que reconectarnos con nuestro amor propio y aceptarnos tal y como somos. Para mejorar nuestra autoestima, mermada por las desigualdades y experiencias adversas vividas, te invitamos a un espacio de seguridad en el que emprender un camino de autoconocimiento y comenzar a entablar una relación de amistad y autoapoyo con nosotras mismas.

Dirigido a mujeres. Se realizará entrevista previa.

Miércoles de octubre a diciembre. De 18:30 a 20h.

Club de lectura

¿Eres una amante de la literatura? ¿Quieres recuperar el hábito de lectura? Apúntate al club de lectura para disfrutar de comprobar cómo otra forma de representar a las mujeres en la ficción es posible, a través de las letras de grandes escritoras, conocidas y no tan conocidas.

Dirigido a mujeres

Lunes de octubre a diciembre. De 12 a 13:30h.

Quiérete mejor

En este taller aprenderemos juntas a identificar y gestionar las emociones para lograr nuestro bienestar, despojándonos de aquellas creencias patriarcales que nos dicta la sociedad, y así poder re-conocernos a nosotras mismas y poner nuestra valía en el centro.

Dirigido a mujeres

Miércoles de octubre a diciembre. De 12 a 13:30 h.

Tengo derecho a cosas bonitas y radiantes

Si tienes 60 años o más y no has formado parte del grupo de mujeres que participó en las primeras ediciones de este taller, te invitamos a formar parte de esta actividad semanal, en la que, durante diez sesiones, visibilizaremos nuestras realidades y problemáticas y reivindicaremos nuestra vida como mujeres mayores.

Dirigido a mujeres mayores de 60 años

Lunes de octubre a diciembre. De 16:30 a 18h.

Como una ola

Y si tienes más de 60 años y has participado en las anteriores ediciones de "Tengo derecho a cosas bonitas y radiantes", te invitamos a participar en este taller, de duración trimestral, en el que durante 8 sesiones conoceremos la vida y obra de mujeres que han cambiado el tiempo que les tocó vivir y que han desempeñado un papel fundamental en la historia.

Dirigido a mujeres mayores de 60 años

Viernes de octubre a diciembre. De 10:30 a 12h.

EMPODERAMIENTO ARTÍSTICO:

El Canto de las Mujeres

Cantar desde la exploración. Respirar y sacar la voz para unir la fuerza entre todas, encontrando una melodía común desde el canto, desinhibir la voz para ganar la fuerza grupal.

Dirigido a mujeres

Miércoles de octubre a diciembre. De 11 a 12h.

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

☎ 91 588 96 15
carmechacon2@madrid.es
www.madrid.es/espaciosdeigualdad



Payasas juntas y poderosas

Taller de juegos de confianza, para descubrir la niña que llevas dentro, para conectar con nuestras emociones, descubrir el ser espontáneas, reconstruir vínculos entre nosotras, sintiendo, así, el placer de ser nosotras mismas.

Dirigido a mujeres

Miércoles de octubre a diciembre. De 18 a 19:30h.

Laboratorio artístico

En este taller estaremos conectadas con nuestras emociones para poder crear juntas, compartir nuestros saberes, desde nuestro cuerpo, el arte y la libre expresión y tejer red entre nosotras.

Dirigido a mujeres

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

Teatro de la liberación

En este taller emplearemos distintas dinámicas corporales y dramáticas de teatro social para pensar en nuestras experiencias como mujeres y en las desigualdades de género que nos atraviesan. Buscaremos soluciones conjuntas a los conflictos de nuestro día a día. Anímate a teatralizar nuestras vidas y explorar el potencial transformador del teatro.

Dirigido a mujeres

Viernes de octubre a diciembre. De 12 a 13:30h.

EMPODERAMIENTO DIGITAL:

Smartphones para Smart-Femmes

Taller trimestral, destinado a todas aquellas mujeres que se estén iniciando en el manejo del teléfono móvil o quieran sacarle todo el provecho posible. ¡No te lo pierdas!

Prioridad para mujeres mayores de 60

Lunes de octubre a diciembre de 12 a 13h.

Smartphones para Smart-Femmes **GLAM**

Grupo Liderado y Autogestionado de Mujeres (*GLAM*) empoderadas que ya han realizado el taller de Smartphones trimestral y quedan para seguir aprendiendo juntas.

Grupo cerrado

Lunes. De 12 a 13h.

Taller de Informática: La nube de Google

Descubrirás qué es la nube y sus principales utilidades como Google Drive, Google Docs y Google Fotos. Para participar sólo necesitas tener nociones básicas del uso del ordenador, navegar por internet y tener una cuenta de correo electrónico de Gmail. ¡No te lo pierdas!

Dirigido a mujeres

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

Iniciación a informática

En este taller trimestral aprenderás a manejar el uso del ordenador. Si no sabes o quieres mejorar sobre Windows, Word, Powerpoint, Internet y correo electrónico, no dudes en apuntarte, No es necesario tener conocimientos previos.

Dirigido a mujeres

Miércoles de octubre a diciembre. De 17 a 18:30h.

Asesoría Informática

Servicio de atención individual. Si tienes dudas básicas de informática y/o sobre el uso de tu móvil, tableta o tu ordenador, contacta con nosotras y te ayudaremos.

Dirigido a mujeres.

Imprescindible cita previa.



Aula Abierta

Ofrecemos un espacio de acceso libre a Internet con 12 ordenadores. También puedes traer tu propio portátil. Llámanos o pásate por el Espacio de Igualdad.

Dirigido a mujeres.

EMPODERAMIENTO LABORAL:

Activadas: Talleres de Empleo

Ven los martes a nuestro grupo de empleo y emprendimiento "Activadas" ¿Estás en búsqueda de empleo? ¿Quieres cambiar de trabajo, formarte o reciclarte? ¿Quieres emprender y no sabes por dónde empezar? Descubre que no estás sola y apúntate a nuestros talleres de este mes de noviembre enfocados a la preparación para la BÚSQUEDA ACTIVA DE EMPLEO.

Martes 8: Autoconocimiento y autoestima

Martes 15: Mis expectativas con la búsqueda de empleo

Martes 22: Especial 25N

Martes 29: Mi perfil profesional

Dirigido a mujeres

Martes de 11 a 12:30h. (Grupo semanal de octubre a diciembre)

14

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; Espacio de coworking y Biblioteca de préstamo gratuito.

Si deseas más información, ponte en contacto con nosotras.

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

☎ 91 588 96 15
carmechacon2@madrid.es
www.madrid.es/espaciosdeigualdad



La Huerta de la Carme

Este curso queremos hacer una huerta comunitaria para mujeres. Un espacio donde compartir conocimiento y cultivar nuestras propias hortalizas.

¡Ven y apúntate para que esto sea posible!

Dirigido a mujeres.

De lunes a viernes de 10 a 14 y de 16 a 19:30h.

Conoce tus derechos: Un divorcio igualitario, un buen divorcio

En coordinación con el Centro de Apoyo a la Familia N.º 2, te invitamos a participar en un taller jurídico en el que trabajaremos aspectos relevantes del Derecho de Familia; en especial, sobre la disolución de las relaciones matrimoniales o de pareja de forma igualitaria que permitan el fin de una relación de forma respetuosa y equilibrada.

Dirigido a toda la población

Jueves 17 de noviembre. De 18 a 19h.

Taller de prevención jurídica en violencia machista con AMPA´s del Distrito de Hortaleza

En coordinación con la **Asociación de Madres y Padres del Colegio Público Méndez Núñez**, te invitamos a participar en un taller en que conoceremos el origen de las violencias basadas en el género, profundizar en sus causas y sus elementos de transmisión y la forma de adquirir estrategias personales para un cambio de perspectiva y el empoderamiento de las mujeres.

Dirigido a la Comunidad Educativa del Colegio

Martes 22 de noviembre. De 16:30 a 17:30h.

Taller de sensibilización en Igualdad para mayores

En coordinación con los Centros Municipales de Mayores pertenecientes a los Servicios Sociales de Hortaleza, te invitamos a participar en un taller en el que conoceremos el camino histórico y jurídico de la Igualdad y su significado en la vida de las personas mayores.

Dirigido a la población que participa en las actividades en los Centros Municipales de Mayores

Jueves 17 de noviembre. De 11 a 12h.

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

☎ 91 588 96 15
carmechacon2@madrid.es
www.madrid.es/espaciosdeigualdad



Jornadas de sensibilización III Certamen Joven de Creación Artística de Hortaleza enmarcadas dentro del Proyecto Transversal Madrid Violencia Cero (MVO)

Con motivo de la tercera edición del Certamen Joven de Creación artística contra la Violencia de Género, y en el marco del proyecto Madrid Violencia Cero, preparamos estas sesiones especiales que se dedicarán al alumnado de los IES Conde Orgaz y Arturo Soria.

Inauguración y Entrega de Premios del III Certamen Joven de Creación Artística de Hortaleza

Ven a la visita guiada de las obras que han participado en el Certamen Joven de creación artística en contra de la violencia machista protagonizada por jóvenes de entre 12 y 18 años del distrito de Hortaleza y que este año celebra su tercera edición. Además, en un acto lleno de sorpresas conoceremos a quienes han ganado los premios de las diferentes categorías.

Dirigido a toda la población.

Viernes 18 de noviembre a las 17h.

Reencuentro afectivo-emocional a través de la Biodanza

En acuerdo con el CMS´c de Hortaleza, te proponemos estas sesiones grupales para tomar distancia de nuestra parte racional y dar mayor espacio a la estimulación de nuestra parte corporal y emocional, fomentando así el fortalecimiento de las propias capacidades y los vínculos afectivos y potenciando el valor del grupo desde la Igualdad.

Grupo mixto.

Grupo mañana: miércoles de octubre a diciembre. De 10:30 a 12:30h.

Grupo tarde: jueves de octubre a diciembre. De 18 a 19:30h.

Crear, crear, crecer

Grupo de autoexploración para trabajar tanto en grupo como individualmente, mediante herramientas artísticas como la música la plástica, la escritura, etc. y desde la perspectiva de género, nuestro potencial transformador, de evolución y de crecimiento personal.

Grupo acompañado por Nuria Lapastora Navarro

Dirigido a mujeres.

Martes. De 17 a 19:30h.

Compañía teatral de Kómic@s

Preparación de una obra teatral basada en las relaciones que se establecen entre madres e hijas que próximamente podremos disfrutar en el Espacio de Igualdad.

Lunes y viernes. De 18 a 19:30h.

Grupo cerrado

Teatrukas

Laboratorio teatral en el que expresar a través de la representación escénica inquietudes de la vida cotidiana y manifestar el papel de las mujeres en la sociedad.

Dirigido a mujeres

Miércoles de octubre a diciembre. De 18 a 19:30h.

Grasistencias

Grupo de experimentación y creación teatral que aborda las experiencias de opresión de las mujeres y disidencias sexuales con corporalidades gordas. ¿Qué se esconde tras la gordofobia y la violencia estética de los cuerpos feminizados?

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

Grupo cerrado

Incorporación de la perspectiva cultural gitana en el marco de las intervenciones sociosanitarias municipales

15 de noviembre. De 10 a 14h.

Grupo cerrado

Hilanderas de retales

Espacio en el que aprender y compartir con otras mujeres la técnica del Patchwork, que consiste en la unión de piezas a través de diferentes métodos de costura. No es necesario tener experiencia previa, son suficientes las ganas de aprender y practicar.

Grupo acompañado por Ángeles Gómez Zurita.

Dirigido a mujeres

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

Mujeres en torno al Patchwork

Jueves de octubre a diciembre de 16 a 17:45h.

Grupo cerrado

Comisión 8M Hortaleza

Reunión de carácter periódico para tratar temas relacionados con la fundamentación y preparación del 8M

Dirigido a mujeres

Fechas por confirmar. Para más información contacta con nosotras en carmechacon2@madrid.es (Asunto: 8MHortaleza) o con la Comisión 8M de Hortaleza

Teatro de títeres

Jueves de octubre a noviembre. De 10 a 13:30h.

Grupo cerrado

Disponibilidad aulas

Contamos con la posibilidad de prestar salas o aulas, incluida la de informática y sus dispositivos, para realizar actividades comunitarias, siempre y cuando sean con un fin no lucrativo y su objetivo tenga cabida dentro del trabajo que se realiza en el recurso. Previa solicitud y comprobación de disponibilidad.

Dirigido a población general del distrito de Hortaleza

Para hacer una solicitud o pedir más información ponte en contacto con nosotras a través del correo carmechacon2@madrid.es (Asunto: Solicitud disponibilidad aulas + Nombre de la actividad/proyecto")

Biblioteca préstamo gratuito

En la primera planta del Espacio de Igualdad puedes encontrar un fantástico rincón donde poder compartir la pasión de la lectura con otras personas de tu vecindad. Podrás llevarte prestados los libros que más te gusten y devolverlos cuando los hayas disfrutado, al igual que puedes hacer aportaciones de nuevos ejemplares.

Dirigido a población general del distrito de Hortaleza

Para hacer uso de la biblioteca o pedir más información ponte en contacto con nosotras de forma presencial o a través del correo carmechacon2@madrid.es (Asunto: Biblioteca)

Coworking “Espacio Virginia Wolf”

¿Necesitas de un espacio para trabajar o iniciar tu proyecto? Ofrecemos nuestro coworking gratuito con 5 puestos tipo oficina y conexión WIFI.

Virginia Woolf es una de las poquísimas escritoras que fueron publicadas durante la primera mitad del siglo XX. Nació en Londres el 25 de enero de 1882 y comenzó a escribir profesionalmente en 1905, aunque su primera novela salió diez años después. Publicó nueve novelas, diez colecciones de cuentos, y muchos libros de no-ficción, dentro de los cuales destaca el ensayo “Una habitación propia”. En esta novela, encontramos su célebre frase “Una mujer debe tener dinero y una habitación propia si va a escribir ficción”, en la que hace alusión a la necesidad de independencia financiera de la mujer.

Dirigido a mujeres

Para más información contacta con nosotras a través de correo carmechacon2@madrid.es (Asunto: Coworking para mujeres)