



PROGRAMACIÓN MARZO 2023

“Mi madre me miraba y me decía: Kamala, tú puedes ser la primera en hacer muchas cosas, pero asegúrate de que no seas la última”

Kamala Devi Harris, (1964). Política y abogada estadounidense. Es la 49.ª vicepresidenta de los Estados Unidos desde el 20 de enero de 2021, siendo así la primera mujer en ocupar el cargo y la funcionaria elegida de más alto rango en la historia de su país.

RED MUNICIPAL DE ESPACIOS DE IGUALDAD

1

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)

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

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





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.

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

Exposición “Mujer y Mina”, de Raquel García Campestre

Proyecto que surge de la necesidad de contar historias reales, historias potentes, de mujeres referentes y que han sido fuente de inspiración en la historia pero que no han sido suficientemente visibilizadas. Mujeres que siempre han estado ahí, en la sombra, pero que sin ellas hoy no seríamos quienes somos.

Dirigido a toda la población

Del 6 de marzo al 28 de abril en horario de apertura del centro*

Inauguración Jueves 23 de marzo a las 18h.

***Recomendamos consultar disponibilidad de acceso a las salas.**

Panel informativo sobre la Endometriosis

El 14 de marzo es el Día Mundial de la Endometriosis y en el Espacio tendremos un pequeño rincón con toda la información sobre esta enfermedad y como afecta a la vida de muchas mujeres.

Durante todo el mes de marzo en horario de apertura del centro.

CICLOS DE CINE

Espacio Cinefórum

Te invitamos a este espacio en el que, tras la proyección de la película “El Olivo”, de Icíar Bollaín (2016), podremos conversar sobre sus aspectos más relevantes.

Dirigido a toda la población

Viernes 31 de marzo a las 11h.

EVENTOS ARTÍSTICOS

La Senda del Agua en Hortaleza

Te invitamos a participar en la elaboración y posterior inauguración del proyecto artístico La Senda del Agua en el Paseo peatonal del Puerto de Santamaría, proyecto colaborativo desarrollado entre Participación Ciudadana de Hortaleza y Canal de Isabel II.

Dirigido a toda la población.

Inauguración jueves 9 de marzo a las 16h. Encuentro en C/ Puerto de Santa María con C/ Jaenar



VISITAS Y PASEOS

Visita a la exposición “Voces de mujeres”

Te invitamos a descubrir el museo del Romanticismo, a través de una visita guiada y tertulia para conocer el museo a través de los testimonios de mujeres del siglo XIX.

Dirigido a mujeres

Miércoles 29 de marzo a las 10h. Saldremos juntas desde el Espacio de Igualdad

TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS

Conoce tus derechos: La libertad sexual como bien jurídico. Los delitos contra la libertad sexual.

Te invitamos a conocer qué nos plantea la Constitución Española y el Código Penal en torno a la libertad sexual y cómo se encuentran regulados en el título VIII del Código Penal.

Dirigido a toda la población.

Jueves 23 de marzo. De 18 a 19h.

Ensayo Flashmob

Únete a los ensayos que realizaremos en el Espacio para la *Flashmob* que realizaremos en Mar de Cristal con motivo de la conmemoración del 8M. ¡Practica y diviértete!

Dirigido a toda la población

Miércoles 1 de marzo. De 11 a 12h.

Jueves 2 de marzo. De 17 a 18h.

Taller pancartas 8M

Taller para elegir los lemas y confeccionar las pancartas que mostraremos en el 8M.

Tú trae tu idea, trae tus ganas, trae tus reivindicaciones... que nosotras ponemos el material.

Dirigido a toda la población

Martes 7 de marzo. 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





8M EN RED: QUIÉN ES QUIÉN EN LOS ESPACIOS DE IGUALDAD

Elena, María, Minerva, Clara, Dulce, Lucía...mujeres increíbles que han contribuido a la lucha feminista. Este 8M te invitamos a jugar, a descubrir y a conocer a las mujeres que dan nombre a los Espacios de Igualdad.

Actividad organizada por la Red de Espacios de Igualdad

Dirigido a toda la población

Lunes 6 de marzo. De 13 a 14h.

Martes 7 de marzo. De 17 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

Todos los lunes de enero a marzo. De 16:30 a 18h.

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

Jueves 2, 16 y 30 de marzo. De 11 a 12h. (Grupo quincenal de enero a marzo)

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

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



CONVOCATORIAS

ESPACIO MENSUAL PARA EL RECUERDO DE LAS MUJERES, NIÑAS Y NIÑOS, VÍCTIMAS DE LA 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 30 de marzo a las 19:30h. Performance del grupo de Teatro del Espacio.

REIVINDICANDO EL 8M:

POR LAS QUE FUERON, POR LAS QUE SOMOS Y POR LAS QUE VENDRÁN

6

Acción en la calle por el 8M

Este mes de marzo queremos dar visibilidad a esas mujeres de la historia que lucharon por los derechos reproductivos de las mujeres.

Tras la marcha que iniciará en el Espacio realizaremos, en Mar de Cristal, varias acciones para mostrar la importancia de mujeres como Safo de Lesbos, Kate Miller, Federica Montseny y muchas más e identificar los momentos clave en su conquista.

También realizaremos una *Flashmob* con todas las personas reunidas en la plaza y ¡nos moveremos por nuestros derechos!

Dirigido a toda la población

Miércoles 8 de marzo a las 11h. Saldremos del Espacio.

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

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



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA.

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

Mi vida en la maleta por el Día Internacional de la Eliminación de la Discriminación Racial (21M)

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 y generando un espacio de encuentro y seguridad.

Dirigido a mujeres migradas.

Viernes 24 de marzo a las 18h. (Grupo mensual de enero a marzo)

7

ACTIVIDADES DE EMPODERAMIENTO

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

BIENESTAR FÍSICO

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

Todos los lunes de enero a marzo. De 10:30 a 11:30h. Excepto 20 de marzo por festivo.

Me estiro y no me estreso

Taller donde realizaremos varios ejercicios de estiramientos y técnicas de relajación para conseguir llevar una vida más relajada.

Dirigido a mujeres

Grupo tardes: todos los martes de enero a marzo. De 18 a 19h.

Grupo mañanas: todos los viernes de enero a marzo. De 11 a 12h.

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

Todos los miércoles de enero a marzo. De 17 a 18h.

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

Todos los jueves de enero a marzo. De 11 a 12h.

8

BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL

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

Último lunes de cada mes a las 12h.

¿Nos tomamos un café?

Ven a participar de este espacio de encuentro, para disfrutar del desayuno juntas mientras compartimos opiniones sobre el Espacio de Igualdad y construimos el Carme Chacón que todas queremos.

Dirigido a mujeres.

Lunes 13 de marzo. De 12 a 13h.

Re-tratando a mujeres

En este taller conoceremos la vida de mujeres célebres y mujeres que han quedado en la sombra de la historia. Investigaremos juntas las vidas de escritoras, cantantes, científicas, políticas... para reflexionar sobre cómo el ser mujeres ha influido en el retrato colectivo que se ha dibujado de ellas. Aprovecha la oportunidad para re-conocer a estas personalidades del mundo contemporáneo.

Dirigido a mujeres

Viernes 10, 17 y 24 de marzo. De 12 a 13:30h.

En Calma – Taller de relajación

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.

Todos los lunes de enero a marzo. De 11 a 12h.

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 6 y 27 de marzo. De 12 a 13h. (Grupo quincenal de marzo a mayo)

Amigas de las letras

La lectura nos permite reflexionar, viajar a través de vivencias ajenas y compartir multitud de perspectivas sobre una misma historia. En este taller conoceremos la vida a través de los ojos de las protagonistas de novelas escritas por mujeres, prestando atención a cómo el género atraviesa todas las capas de nuestra realidad.

Dirigido a mujeres

Jueves 9 y 23 de marzo. De 16 a 17h. (Grupo quincenal de marzo a mayo)

Actividad Interespacial Especial 8M: Micro abierto por el Día Mundial de la Poesía (21M)

Con motivo del Día Mundial de la Poesía (21 de marzo), convertiremos el Karma en un espacio de micro abierto para compartir la poesía de mujeres: poetisas conocidas o de creación propia. Realizaremos esta actividad en colaboración con nuestras vecinas del Espacio de Igualdad Emilia Pardo Bazán.

Dirigido a mujeres

Jueves 23 de marzo a las 12:15h

10

Yoga Sensible al Trauma

El YST es una intervención complementaria o alternativa en el tratamiento del trauma complejo que incorpora principios del Hatha yoga (movimiento, respiración y prácticas meditativas) neurociencia (cómo el estrés sostenido afecta al sistema nervioso y qué prácticas terapéuticas, sobre todo corporales son eficaces para regularlo y equilibrarlo) y de la teoría del apego (las relaciones como contextos en los que el trauma complejo se produce y las relaciones como oportunidades de sanación).

Si tienes interés en aprovechar esta oportunidad y colaborar con el proyecto de investigación de Daria Shatrova (U.P. Comillas), contacta con nosotras.

Grupo acompañado por Abi Gómez.

Dirigido a mujeres

Todos los martes de febrero y marzo. De 10:30 a 12h.

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

Todos los martes de febrero-abril. De 10:30 a 12 h.

Quiérete mejor - Grupo de Autoestima. Especial 8M

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 reconocernos a nosotras mismas y poner nuestra valía en el centro.

Grupo cerrado

Todos los miércoles de enero a marzo. De 12 a 13:30 h.

Por nosotras mismas - Grupo de Autoestima

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.

Todos los miércoles de enero a marzo. De 18:30 a 20h.

Buscando nuestra voz - Taller de asertividad

Muchas veces no sabemos cómo expresarnos o sentimos que no lo hacemos de la manera adecuada. Cuidar la comunicación en nuestras relaciones sociales es una forma de autocuidado, por lo que en este taller aprenderemos a poner límites y gestionar las emociones que muchas veces nos hacen comunicarnos de una manera que no nos gusta.

Dirigido a mujeres

Todos los jueves de febrero a abril. De 12 a 13h.

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

Todos los jueves de enero a marzo. De 12 a 13:30h.

¡Esta soy yo! - Taller de autoestima

Exploraremos juntas conceptos como la autoestima, el autocuidado y el autoconocimiento para hacernos más conscientes de nosotras mismas y querernos cada día más y mejor.

Dirigido a mujeres

Todos los jueves de febrero a abril. De 17:30 a 19h.

Chikung para las etapas de la mujer

Practicar Chikung es muy beneficioso en todas las etapas de la vida de una mujer: menstruación, fecundidad, menopausia, porque regula el sistema nervioso, reproductor y endocrino.

Ayuda a conectar con el cuerpo, a flexibilizarlo, a liberarlo de tensiones y a recargarlo de energía bienestar físico y emocional, por lo tanto, a tener una sensación de bienestar y empoderamiento esencial para las mujeres de cualquier edad. Taller impartido por Charo González Barrio.

Dirigido a mujeres

Lunes 27 de marzo. De 18:00 a 19:15 h.

Biodanza

Actividad a través de la que desarrollar los valores humanos a través del movimiento y la música. Dirigida a todas aquellas personas que quieran vivenciar la vida con plenitud.

Grupo acompañado por Juana María Barroso.

Dirigido a toda la población.

Lunes de enero a marzo. De 18 a 19:30h. Excepto 20 de marzo por festivo.

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.

Dirigido a toda la población.

Todos los jueves. De 18 a 19:30h.

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

Todos los miércoles de enero a marzo. De 11 a 12h.

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

Todos los miércoles de enero a marzo. 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

Todos los jueves de enero a marzo. 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

Todos los viernes de enero a marzo. De 12 a 13:30h.

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.

Todos los martes. De 17 a 19:30h.

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.

Todos los miércoles. De 18 a 19:30h.

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

Todos los jueves. De 18 a 19:30h.

Mujeres en torno al Patchwork

Todos los jueves. De 16 a 17:45h.

Grupo cerrado

Convocatoria a las artistas del Karma

Si participas de forma activa en las actividades del E.I. Carme Chacón y te gustaría exponer tu obra en el Espacio, ¡apúntate!

Escríbenos al correo carmechacon2@madrid.es (Asunto: Exposición)

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

Todos los lunes de enero a marzo 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

Todos los martes de enero a marzo. 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, Internet y correo electrónico, no dudes en apuntarte. No es necesario tener conocimientos previos.

Dirigido a mujeres.

Todos los miércoles de enero a marzo. De 17 a 18:30h.

Espacio de Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

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



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 de informática

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

Grupo de empleo Activadas: especial 8M

Ven los martes a nuestro grupo de empleo Activadas ¿Estás en búsqueda de empleo y quieres mejorar tus posibilidades? ¿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 marzo en torno al **8M** y al **Día Mundial por la Conciliación y la Corresponsabilidad (23M)**.

Martes 7: Desigualdad de género en el empleo I

Martes 14: Desigualdad de género en el empleo II

Martes 21: Conciliación y corresponsabilidad I

Martes 28: Conciliación y corresponsabilidad II

Dirigido a mujeres

Todos los martes de 10:30 a 12h. (Grupo semanal de enero a junio)

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.

Punto E

Durante todo el curso escolar y en coordinación con otros recursos del distrito, desde el "Punto E" acudimos a los recreos de distintos institutos para sensibilizar a la población adolescente (y docente) sobre distintas problemáticas sociales.

Actividad enmarcada dentro del Proyecto Transversal Madrid Violencia 0.

Dirigido a adolescentes

Si te interesa que vayamos a tu centro educativo, ponte en contacto con nosotras a través del correo: carmechacon7@madrid.es (Asunto: Madrid Violencia Cero)

17

Preparando el 8M

Del 27 de febrero al 3 de marzo estaremos preparando con ilusión el próximo Día Internacional de la Mujer (8M).

Haremos sesiones especiales en los talleres Como una Ola, Teatro de la Liberación, Re-tratando mujeres, Empowerkarma, Women Dance o en Por Nosotras Mismas, entre otros.

Si tienes ganas de colaborar en su preparación consulta con nosotras cómo puedes participar.

¡Apúntate y celebremos juntas nuestro día!

Dirigido a mujeres y recursos del distrito.

De lunes 27 de febrero al viernes 3 de marzo en horario de apertura del Espacio.

III Mesa de Experiencia Participativas en torno al 8M

Desde Participación Ciudadana de Hortaleza, nos invitan a participar en esta Mesa junto a otras entidades como Fundación Artemisa, Universidad Complutense de Madrid, Radio Enlace o Fundación Manantial, con su taller "Desatando nudos".

Dirigido a toda la población.

Viernes 10 de marzo. De 12 a 14h.

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 Carne

Este año 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.

Taller mantenimiento de huerto urbano

Conjuntamente con el Programa de Dinamización de Huertos en Centros Municipales del Ayuntamiento, impartiremos un taller en el que aprenderemos las labores fundamentales para mantener la huerta en cada estación. También trabajaremos el calendario de siembra y los principios básicos de agricultura ecológica. Taller impartido por José Borrell.

Dirigido a mujeres.

Lunes 13 de marzo a las 11:30h.

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 Luis Cernuda**, te invitamos a participar en el taller en que conoceremos los nuevos tipos de delitos que se pueden cometer mediante las nuevas tecnologías, especialmente, a través de las RRSS.

Dirigido a la comunidad educativa del colegio.

Jueves 30 de marzo. De 16 a 17 h.

Dirigido a madres y padres de las comunidades educativas de los colegios e institutos del distrito de Hortaleza.

Si te interesa que vayamos a tu centro educativo, ponte en contacto con nosotras a través del correo: carmechacon4@madrid.es (Asunto: Taller prevención jurídica en violencia machista)

Taller de sensibilización en Igualdad para mayores. Especial 8M.

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. Este mes abordaremos, además, el significado del Día Internacional de la Mujer

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

Centro de Mayores “Pinar del Rey”

Jueves 30 de marzo. De 11 a 12h.

Taller de prevención jurídica en violencia machista. Especial 8M.

En coordinación con el Proyecto de Atención Psicológica y Socioeducativa de Servicios Sociales de Hortaleza realizaremos una serie de talleres en los que conoceremos el origen de la violencia de género, profundizaremos sus causas, los elementos de transmisión y la forma de adquirir estrategias personales para un cambio de perspectiva y el empoderamiento de las mujeres. Este mes abordaremos los aspectos relativos a la libertad sexual como bien jurídico protegido y como se regulan los delitos contra la libertad sexual-

Grupo de Encuentro. Cerrado.

Centro de Servicios Sociales “El Querol”

Jueves 16 de marzo. 11 h a 13h.

Taller de sensibilización en Igualdad. Especial 8M

Sesión teórico-práctica de sensibilización para población adulta con el objetivo de prevenir la violencia machista.

Dirigido a población general

Jueves 9 de marzo de 10 a 11h. en el CEPA Mar Amarillo.

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.

Todos los lunes y viernes. De 18 a 19:30h.

Grupo cerrado

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

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



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.

20

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. En su novela “Una habitación propia”, 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)

Espacio de
Igualdad
CARME CHACÓN

Calle Matapozuelos, 2
Distrito de Hortaleza

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

