



MARÍA MOLINER

Espacio de Igualdad

PROGRAMACIÓN MARZO 2023

" El feminismo tiene que ver con abrir una puerta, y esto significa permitir a otros encontrar algo en esa palabra "

Sara Ahmed, (1969). Escritora feminista y académica.

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.

1

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 14 y de 16:30 a 20:30 horas. Festivos cierra el centro.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 525 69 58

Correo electrónico: mariamoliner6@madrid.es

Presencialmente: calle Honrubia, 4 (metro Congosto, autobús 103)

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.

Espacio de
Igualdad

MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4

Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

<https://www.madrid.es/espaciosdeigualdad/>





- **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

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

VISITAS Y PASEOS:

8M en el barrio: Yincaneando con las vecinas

Para celebrar el Día de las mujeres, nuestro 8M, este año os proponemos un paseo por el barrio en el que iremos parando por algunos puntos emblemáticos para las mujeres que lo habitamos a día de hoy. Queremos así reivindicar los espacios cotidianos que habitamos en el día a día y que tienen un significado importante dentro de las biografías de nuestras vecinas. En cada parada, cada una de ellas nos contará por qué ha sido o es importante ese espacio y qué implicaciones ha tenido en su vida; habrá además juegos y lecturas que nos ayudarán a reconocer y visitar nuestro vecindario con las gafas violetas puestas.

Dirigido a toda la población.

Miércoles 8 de marzo. De 12 a 13:30 horas.

Las caras del 8 de marzo

¿Qué significa para ti el Día Internacional de la Mujer? ¿y para el barrio de Vallecas?

Este 8 de marzo aparecerá una pirámide abierta en el Paseo Federico García Lorca, las vecinas y vecinos se preguntarán qué es... se trata de una instalación con objetos y creaciones que representan el significado de este día tan importante para el barrio de Vallecas.

Actividad realizada de forma comunitaria con la red comunitaria de profesionales Red Viva.

Dirigido a toda la población.

Martes 7 de marzo. De 17 a 19 horas.

Punto de encuentro Metro Villa de Vallecas.



Salud mental con enfoque de género

La salud mental es una gran olvidada, sobre todo respecto a las mujeres. Los problemas de salud mental que sufren las mujeres están muy condicionados por la desigualdad de género que estas viven. Con el objetivo de sensibilizar y desmontar mitos sobre la salud mental de las mujeres, los recursos y entidades de la mesa de Salud mental y género vamos a instalar una carpa en el distrito donde las vecinas y vecinos puedan acercarse a charlar y jugar con nosotras para desmontar los mitos y estereotipos.

Actividad realizada de forma comunitaria con Mesa de Género y Salud Mental.

Dirigido a toda la población.

Viernes 17 de marzo. De 10 a 14 horas.

Punto de encuentro paseo Federico García Lorca (Villa de Vallecas).

TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS:

Representación teatral: Hay que ver cómo está el patio (Actividad interespacial)

Tras el éxito de la primera representación de esta obra en diciembre, sus protagonistas quieren expandir la creación artística. Tres escenas cotidianas (Terremoto en Madrid, Nada es lo que parece y La familia perfecta) representadas por las participantes del taller de improvisación, mujeres con sabiduría y genialidad, que se han atrevido a participar en esta experiencia única y creativa aportando, cada una de ellas, su talento y sus ganas de sorprender(se). Y... acción! Después realizaremos un coloquio para plantear dudas y reflexiones.

Jueves 23 de marzo. De 18 a 19:30 horas. Apertura de puertas a las 17:45 horas.

La obra será representada en el Espacio de Igualdad Lourdes Hernández: C/Comandante Fontanes, nº8.

Punto de encuentro Metro de Villa de Vallecas a las 16:45.

8 de marzo: Juntanza, lemas y pancartas

En la tarde del 8M no queremos que te quedes en casa; es un día para la celebración y para estar unidas. Por eso, queremos proponerte un taller de confección colectiva de carteles y lemas y, así calentar motores (y nuestras voces), para poder conmemorar bien fuerte y en buena compañía.

Dirigido a toda la población.

Miércoles 8 de marzo. De 16:30 a 18 horas.

8 de marzo: ¿Por qué es necesario un día para las mujeres?

Gracias al feminismo y los movimientos de mujeres la situación de muchas mujeres en el mundo ha cambiado y mejorado en los últimos siglos. Sin embargo, queda mucho camino por hacer. Todavía hay desigualdades entre hombres y mujeres que hacen necesario juntarnos para pensar y defender



nuestros derechos. Por eso hemos creado este taller dedicado especialmente a reflexionar sobre estos temas.

Dirigido a las mujeres de los grupos terapéuticos del Espacio de Igualdad.

Lunes 6 de marzo De 18 a 20 horas.

8 de marzo: Leer es volar

Una forma de descubrir autoras es leer sus poemas, relatos y cuentos. Pero si después de leerlo creamos piezas de papel únicas para materializar esos textos, la experiencia es mejor.

Os proponemos un taller donde después de leer creamos piezas de origami con textos de mujeres que queramos inmortalizar.

En este taller aprenderás una técnica nueva, descubrirás autoras y conocerás otras mujeres con las que compartir.

Dirigido a toda la población.

Martes 21 de marzo. De 12 a 14 horas.

8 de marzo: 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.

Miércoles 15 de marzo. De 12 a 13:30.

8 de marzo: Conocer a las otras para conocerme a mí

Continuamos con los aperitivos de Traje mensuales para dar la bienvenida, una vez al mes, a aquellas participantes que se vayan incorporando a las actividades programadas y de paso, compartir entre todas, sentires, manjares y... ¡elegancias! Este mes nuestro aperitivo tendrá una temática especial. Poner en valor a las mujeres y reconocer su trabajo y logros en el movimiento por la igualdad

Nosotras ponemos los refrescos, ¿qué te apetece traer a ti?

Dirigido a toda la población.

Jueves 9 de marzo. De 12 a 13:30 horas.

8 de marzo: Tarde de juegos teatrales

Los centros de mayores están llenos de mujeres con historias de empoderamiento y fuerza. Por eso este 8 de marzo iremos al Centro de mayores de Villa de Vallecas a pasar una tarde juntas en la que disfrutar de juegos y dinámicas relacionadas con el 8 de marzo. Para realizar esta actividad contaremos con la colaboración del grupo de teatro Las Diversas.



Dirigido a toda la población.

Jueves 9 de marzo. De 17 a 19 horas.

Centro de Mayores de Villa de Vallecas

CICLOS DE CINE:

Un 8 de marzo de cine

Continuamos con nuestro "Cineclub feminista" dedicado a disfrutar del arte cinematográfico y compartir reflexiones críticas a partir del visionado de diferentes películas, series o cortometrajes. Este mes veremos una película que trata sobre la situación de desigualdad de las mujeres y las diferentes transformaciones que se han hecho en los últimos siglos para transformar esta situación. Cada mes os propondremos películas a las que podremos acceder de manera fácil y gratuita a través de la plataforma eBiblio de las Bibliotecas Públicas de Madrid. Elegiremos películas, cortometrajes o documentales que nos permitan abordar y conocer la situación de las mujeres desde diferentes perspectivas, estableceremos un espacio de reflexión y diálogo tras el visionado.

Dirigido a toda la población.

Martes 14 de marzo. De 17:30 a 20 horas.

ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA

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

5

8 de marzo: persecución y resistencia de las mujeres

El grupo dedicado a la investigación y sensibilización sobre las formas de persecución a las mujeres: brujas, mujeres que decidieron ser libres, ha creado una pieza de exhibición para mostrar al resto de la población la violencia hacia las mujeres y las formas de resistencia y reparación que ellas han ido creando.

Mostraremos el resultado en la jornada organizada por el Centro de Mayores de Puente de Vallecas para conmemorar el Día Internacional de las Mujeres.

Dirigido a toda la población.

Martes 7 de marzo. De 16 a 18 horas.

Esculpiendo el Día Internacional de las Mujeres

Comenzamos el mes con la mirada puesta en el 8M y este año, queremos darle una vuelta de tuerca, repensando juntas su significado y plasmándolo en una pieza artística que formará parte de una instalación colectiva ubicada en las calles del vecindario para conmemorar este día.

¿Te animas a modelar, pintar, dibujar, escoger o enclavar tu pieza con nosotras?

Espacio de
Igualdad

MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4

Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

<https://www.madrid.es/espaciosdeigualdad/>





Dirigido a mujeres.

Viernes 3 de marzo. De 11 a 12:30 horas.

Difusión no consentida de imágenes íntimas

Taller dirigido a profesionales con el fin de informar y sensibilizar sobre este tipo de delitos, muy habitual entre la población más joven y, para que, en caso de detectarlos, puedan transmitir a la víctima los recursos a su alcance para presentar la correspondiente denuncia, así como las consecuencias penales para sus autores.

Dirigido a profesionales de Red Viva.

Miércoles 1 de marzo. De 12 a 13 horas.

Actividad realizada en el CMSc de Villa de Vallecas.

Día de la conciliación de la vida familiar, laboral y personal, y la corresponsabilidad

Actividad destinada a informar sobre las consecuencias positivas para las mujeres de la conciliación personal, laboral y familiar y de la corresponsabilidad entre los miembros de la pareja.

Precisamente para hacer efectiva esa conciliación de la vida laboral y familiar, hablaremos de los derechos a los que pueden acceder las trabajadoras, tanto para el cuidado de las hijas e hijos, como para el cuidado de las personas dependientes a su cargo.

Dirigido a toda la población.

Jueves 23 marzo. De 16:30 a 18 horas.

BRUJAS: Mujeres que decidieron ser libres

Descubre la bruja que hay en ti y a tus ancestras. Grupo teórico/práctico sobre brujería, prácticas alternativas y rituales que han utilizado las mujeres a lo largo de la historia como senderos hacia el autoconocimiento, la sanación, el empoderamiento y la libertad. En este grupo leeremos, conversaremos e investigaremos sobre las diferentes formas en que las mujeres han buscado la libertad a lo largo de los siglos y las formas en las que han sido perseguidas, señaladas y marginadas por las diferentes instituciones (públicas y privadas).

Las brujas fueron mujeres libres que eligieron una vida fuera de las normas impuestas por el patriarcado, por ello fueron señaladas y violentadas. Utilizaremos su figura para reflexionar sobre las prácticas de sanación y empoderamiento de las mujeres y aprender de ellas.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 1 y 15 de marzo. De 18:30 a 20 horas.

6



Mejora de la autoestima frente a la violencia estética

Taller dirigido a la mejora de la autoestima corporal para mujeres que viven trastornos de la conducta alimentaria, o que tienen algún tipo de malestar con la imagen corporal, o en definitiva, cualquier mujer que busque mejorar la relación con su cuerpo.

La violencia estética afecta a todas las mujeres y tiene consecuencias graves en nuestra salud mental y emocional. En este grupo nos acompañaremos en un viaje de auto amor hacia nuestro cuerpo.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 1 y 15 de marzo. De 16:30 a 18 horas.

ACTIVIDADES DE EMPODERAMIENTO

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

BIENESTAR FÍSICO:

Escuchar y respirar el cuerpo

La carga mental, las dobles y triples jornadas, los cuidados y todas esas pequeñas cosas pesan más de lo que podemos ver. Conocer el poder de la respiración y aprender técnicas para poder usarla nos ayudan a reducir la ansiedad y el estrés, y nos llevan a un estado de tranquilidad a partir del cual poder crecer.

Aunque respirar puede parecer una actividad sencilla, no es fácil saber respirar bien. Por eso hemos organizado un taller especial dirigido a conocer técnicas sencillas de respiración que mejoren nuestro bienestar en el día a día.

Dirigido a mujeres.

Viernes 10 de marzo. De 10:30 a 11:30 horas.

Conciencia corporal

Espacio dirigido a cuidar nuestro cuerpo a partir del movimiento, con relajaciones, estiramientos, ejercicios físicos y música trabajaremos el cuerpo de manera saludable. Buscaremos el respeto y cuidado del cuerpo en un plano físico y emocional. Cuidarnos y disfrutar es compatible, así que lo haremos juntas entre risas y bailes. Actividad especialmente dedicada a mujeres mayores.

Dirigido a mujeres.

Viernes 24 de marzo. De 10:30 a 11:30 horas.

8 de marzo: ¡Si no puedo bailar, no es mi revolución!

Grupo dedicado a la danza, el baile y la expresión corporal.

Espacio de
Igualdad

MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4

Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

<https://www.madrid.es/espaciosdeigualdad/>





Bailar es un placer que tiene múltiples beneficios para la salud de las mujeres. Dedicaremos tiempo a bailar y mejorar la relación con nuestro cuerpo, escuchando, respetando y entendiendo sus límites. Partiremos de la autoconciencia y el autoconocimiento para explorar nuestro cuerpo y dejarlo expresarse libremente.

¡Si no puedo bailar no es mi revolución! Nuestras sesiones de baile se dedicarán al poder revolucionario y transformación de la danza a nivel individual como colectivo.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 1, 8, 15, 22 y 29 de marzo. De 10:30 a 12 horas.

Empoderamiento físico y movimiento

Espacio dirigido a cuidar nuestro cuerpo a partir del movimiento, con relajaciones, estiramientos, ejercicios físicos y música trabajaremos el cuerpo de manera saludable. Buscaremos el respeto y cuidado del cuerpo en un plano físico y emocional. Cuidarnos y disfrutar es compatible, así que lo haremos juntas entre risas y bailes. Actividad especialmente dedicada a mujeres mayores.

Dirigido a mujeres.

Jueves 2, 9, 16, 23 y 30 de marzo. De 10 a 11 horas.

BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL:

Conocimiento y protección emocional

Date la oportunidad de hablar sobre emociones, de descubrir lo importante que es que las sepamos validar y darles importancia. Vente a descubrir algunas pautas para entender y dar espacio a nuestras emociones.

Dirigido a mujeres.

Viernes 10 de marzo. De 11:30 a 13 horas.

Activa-mente

Taller dedicado a la optimización de los procesos cognitivos, memoria, atención, percepción, creatividad, imaginación, reducir tensiones, mejorar la coordinación, concentración y comprensión, intentando lograr un cambio en la vida de las usuarias a partir del empoderamiento, en un espacio de seguridad, desarrollándose desde una perspectiva de género, entiendo las cargas mentales y responsabilidades adjudicadas a las mujeres. Actividad dirigida especialmente a mujeres mayores de 60 años para promover su salud física y emocional.

Dirigido a mujeres.

Lunes 6 de marzo De 16:30 a 18 horas.

Grupos terapéuticos de mujeres

Desde del área de atención psicológica se han creado varios grupos terapéuticos de mujeres. La



finalidad de estos espacios es el empoderamiento a través de compartir las experiencias vitales para favorecer el autoconocimiento y el desarrollo personal y mental. Se trabajan las emociones, las relaciones interpersonales, los roles sociales y los demás malestares de género que las mujeres nos encontramos en nuestro día a día.

AVE FÉNIX

Grupo cerrado.

Lunes 13 y 27 de marzo. De 18 a 20 horas.

UBE

Grupo cerrado.

Jueves 2, 16 y 30 de marzo. De 11:30 a 13 horas.

DUELO: Grupo de acompañamiento a mujeres en proceso de duelo

Dirigido a mujeres.

Lunes 13 de marzo. De 16:30 a 18 horas.

EMPODERAMIENTO ARTÍSTICO:

Un espacio propio: Grupo de lectura crítico

En el Espacio de Igualdad María Moliner te invitamos a formar parte de un nuevo grupo de lectura en el que la importancia de lo que leemos está en lo que pensamos, imaginamos y debatimos las mujeres que compartimos este tiempo.

Anímate a participar en este *espacio propio* en el que conoceremos a distintas autoras, historias y perspectivas desde las que narrarnos.

Dirigido a mujeres.

Jueves 2, 16, 23 y 30 de marzo. De 16:30 a 18 horas.

Taller de Radio: Lo que dicen las que escuchan

¿Te gusta la comunicación? ¿Piensas que tienes cosas importantes que decir y quieres aprender a hacerlo de manera divertida y colectiva?

Te invitamos a nuestro espacio de reflexión "Lo que dicen las que escuchan", un programa de radio creado por mujeres cuyo objetivo es investigar y sobre todo hablar sobre la escucha y cómo histórica y socialmente estamos tan vinculadas a ella.

Actividad realizada en colaboración con Radio Vallekas.

Dirigido a mujeres.

Jueves 2, 9, 16, 23 y 30 de marzo. De 12 a 14:30 horas.

Espacio de
Igualdad

MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4

Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

<https://www.madrid.es/espaciosdeigualdad/>





Grupo de teatro LAS DIVERSAS

El teatro es una herramienta para la transformación social, nos permite desarrollar la creatividad frente a los problemas sociales y encontrar formas de enfrentarlos desde el juego y el empoderamiento colectivo. Las Diversas es un grupo de teatro formado por mujeres de Vallecas que utilizan el teatro para contar sus historias, acompañarse y divertirse juntas.

Dirigido a mujeres.

Jueves 2, 16, 23 y 30 de marzo. De 18:30 a 20:30 horas.

Arte para sanar

Grupo de arte y creatividad dirigido a mujeres para aliviar y mejorar los diferentes malestares que nos acompañan. A través de la música, la pintura y otras técnicas artísticas iniciaremos un proceso de búsqueda del bienestar, de conexión con una misma.

Profundizaremos en nuestras emociones para fortalecer el autoconocimiento y desarrollar la expresividad emocional. Si quieres aumentar tu bienestar físico, mental y emocional este es tu espacio. Además, no hace falta tener ningún tipo de conocimiento artístico, ni técnico.

Dirigido a mujeres.

Martes 21 de marzo. De 16:30 a 18 horas.

EMPODERAMIENTO LABORAL:

10

Salud financiera y búsqueda de empleo para grupos de mujeres 1

Seguimos con el ciclo de empoderamiento en finanzas familiares, competencias para de búsqueda de empleo, trabajo en la economía doméstica y su planificación familiar y autonomía financiera.

Actividad realizada en colaboración con la Fundación Nantik Lum.

Dirigido a mujeres.

Martes 7 de marzo. De 10:30 a 12 horas.

Salud financiera y búsqueda de empleo para grupos de mujeres 2

Seguimos con el ciclo de empoderamiento en finanzas familiares, competencias para de búsqueda de empleo, trabajo en la economía doméstica y su planificación familiar y autonomía financiera.

Actividad realizada en colaboración con la Fundación Nantik Lum.

Dirigido a mujeres.

Martes 21 de marzo. De 10:30 a 12 horas.

Competencias digitales para el empleo: Herramientas de búsqueda

Para encontrar trabajo hay que tener ciertas competencias digitales básicas, tanto para la búsqueda, como luego para el propio trabajo. En este taller aprenderemos como usar herramientas digitales para la búsqueda y mejora de empleo con el objetivo de reducir la brecha digital de género y la feminización de la pobreza.



Actividad realizada en colaboración con Fundación Mujeres.

Dirigido a mujeres.

Lunes 6 de marzo. De 16:30 a 18 horas.

Competencias digitales para el empleo: TICs para la creación y mejora de CV

También en colaboración con Fundación Mujeres, realizamos este taller dirigido a incorporar las TICs en la creación y mejora del currículum, así como de herramientas para sacarle partido en la búsqueda de empleo.

Actividad realizada en colaboración con Fundación Mujeres.

Dirigido a mujeres.

Lunes 13 de marzo. De 16:30 a 18 horas.

Competencias digitales para el empleo: Mejora de capacidades para el empleo

Buscar empleo puede ser difícil y frustrante en la era digital. En esta sesión abordaremos las dificultades con el foco puesto en la adquisición de capacidades y mejora de las mismas para la búsqueda de empleo.

Actividad realizada en colaboración con Fundación Mujeres.

Dirigido a mujeres.

Lunes 27 de marzo. De 16:30 a 18 horas.

11

EMPODERAMIENTO DIGITAL:

Ofimática: aprende a usar tu ordenador

Comenzamos un ciclo de herramientas básicas de nuestros ordenadores, empezando con uno de los básicos más usados: Word.

¡Acércate y descúbrela con nosotras!

*Imprescindible traer ordenador portátil.

Dirigido a mujeres.

Lunes 6, 13 y 27 de marzo. De 18 a 20 horas.

Nos ayudamos con el teléfono móvil: Nivel básico

¿Te cuesta entender algunas de las funciones que tiene tu Smartphone?

En este taller desglosamos todas las utilidades que tiene tu teléfono y como ser cada vez más autónoma en su uso. Actividad dirigida especialmente a mujeres mayores de 60 años o con dificultades para utilizar el teléfono móvil.

*Imprescindible traer cada una su smartphone.



Dirigido a mujeres.

Miércoles 22 de marzo. De 16:30 a 18 horas.

TRABAJO COMUNITARIO

Trabajamos en red con asociaciones, colectivos y recursos comunitarios del distrito, ya sea para la realización de actividades abiertas o para dar respuesta a demandas específicas. Si desear más información, ponte en contacto con nosotras.

Madrid Violencia cero

El proyecto Madrid Violencia 0 está dirigido al ámbito educativo, y su principal objetivo es la prevención y erradicación de la violencia machista de su entorno. Este mes realizaremos diferentes sesiones en diferentes cursos de centros educativos de Villa de Vallecas enmarcadas dentro del Proyecto Transversal Madrid Violencia 0.

Actividad realizada en colaboración con el IES María Rodrigo.

Miércoles 1 de marzo. De 8:15 a 9:05 horas.

Jueves 2 de marzo. De 8:15 a 9:05 horas.

Viernes 3 de marzo. De 8:15 a 13:20 horas.

Viernes 10 de marzo. De 8:15 a 13:20 horas.

Viernes 17 de marzo. De 8:15 a 14:15 horas.

Viernes 24 de marzo. De 12:25 a 13:20 horas.

Actividad especial por el Día Internacional de las mujeres realizada en colaboración con el CEIP Quijote.

Viernes 10 de marzo. De 16 a 18 horas.

Actividad especial por el Día Internacional de las mujeres realizada en colaboración con la Residencia Internado San Idelfonso.

Martes 28 de marzo. De 17 a 19 horas.

¡Bienvenidas al espacio de Igualdad!

Cuando un recurso nos llama para conocernos, abrimos nuestras puertas y las invitamos a conocer el Espacio de Igualdad, a sus trabajadoras y los objetivos con los que trabajamos cada día. En este caso nos juntaremos con las mujeres de Cáritas (Cañada real) para conocernos y hacer un taller de bienvenida que sirva de introducción

Espacio de
Igualdad

MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4

Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

<https://www.madrid.es/espaciosdeigualdad/>





Actividad en colaboración con el Centro de Día Vallecas.

Dirigido a toda la población.

Martes 14 marzo. De 11 a 12:30 horas.

Taller literario

Continuamos nuestros encuentros literarios con los que, a través de la lectura compartida, pensamos, compartimos y escuchamos distintos focos de cada una de nosotras/os. Aprovechamos este mes de febrero para dedicar nuestro espacio de lectura a aprender sobre las transformaciones que han hecho las mujeres para conseguir la igualdad y defender sus derechos.

¿A quién leeremos esta vez?

*"Pies para que los tengo si tengo **libros** para volar."*

Actividad en colaboración con el Centro de Día Vallecas.

Dirigido a toda la población.

Miércoles 1, 8, 15, 22 y 29 marzo. De 12:30 a 13:30 horas.

Grupo de mujeres del CRPS

Este mes empezamos a colaborar con el Centro de Rehabilitación Psicosocial (CRPS) Puente de Vallecas para acompañar al grupo de mujeres que se junta semanalmente. En nuestras sesiones trabajaremos el empoderamiento y el feminismo para fortalecer nuestras capacidades.

13

Actividad realizada en colaboración con CRPS Puente de Vallecas.

Grupo cerrado.

Miércoles 8 y 29 de marzo. De 15:30 a 16:30 horas.

Mesa de trabajo: Género y Salud Mental

Las compañeras del Espacio de Igualdad María Moliner, junto a las compañeras del Centro MENNI de Vallecas, del Centro de Día Vallecas y del equipo del EASC; abrimos un espacio de reflexión y diálogo entre los recursos que trabajamos el Género y/o la Salud Mental, para abordar la intersección entre estos dos parámetros vitales que, como sabemos, atraviesan las vidas de las personas con las que trabajamos.

Dirigido a profesionales.

Miércoles 15 de marzo. De 12.30 a 13:30.

Empoderamiento jurídico para mujeres de Cañada Real (Sector 6)

Una vez al mes, desde el Área Jurídica del Espacio de Igualdad realizamos un encuentro con mujeres residentes del Sector 6 de la Cañada Real. En este espacio resolvemos dudas jurídicas y aprendemos herramientas útiles para la defensa de sus derechos.

Actividad realizada en colaboración con Cruz Roja. Instalaciones de Cruz Roja en Sector 6.

Espacio de
Igualdad

MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4

Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

<https://www.madrid.es/espaciosdeigualdad/>



Lunes 27 de marzo. De 10 a 14 horas.

Red Viva

Comenzamos a formar parte de este espacio de encuentro, intercambio y coordinación que facilita el trabajo integral de las distintas entidades públicas y del tejido asociativo de Villa de Vallecas.

Esta Red tiene como fin el fomento del desarrollo comunitario, facilitar un espacio de encuentro, reflexionar de manera conjunta sobre el distrito, visibilizar el tejido asociativo a través de la participación de la ciudadanía y conocer sus intereses comunitarios.

Dirigida a profesionales.

Miércoles 1 de marzo. De 12 a 14 horas.

Mesa de Convivencia: El Embalse del Vellón

La Mesa de Convivencia en torno al Embalse de Vellón es un proyecto conjunto entre diferentes recursos del Distrito de Vallecas, que tiene como fin facilitar el acceso de las mujeres de esta zona a los mismos, así como sensibilizar en materia de igualdad a la población general.

Dirigida a profesionales.

Lunes 13 de marzo. De 11:30 a 12:30 horas.

14

Artículos feministas en el periódico Vallecas Va

Desde que empezamos a trabajar en el distrito por la igualdad de género y la erradicación de la violencia, comenzamos también una colaboración con el periódico del barrio de Vallecas y con el Espacio de Igualdad Elena Arnedo. Gracias a esta articulación, cada mes se publica un artículo donde los Espacio de Igualdad planteamos temas relativos a los feminismos, las desigualdades y la violencia de género.

Dirigida a toda la población.

Las Villanas: Grupo de Whatsapp Comunitario de Mujeres de Villa de Vallecas

Las Villanas nace con el objetivo de "Generar un espacio digital seguro y sororo de colaboración y creación de red entre mujeres que quieren compartir vida y experiencia con otras mujeres disminuyendo así su soledad y aumentando su seguridad, bienestar y autoestima.

¿Qué me aporta la participación en el grupo?

- Disfrutar de un espacio digital seguro junto a otras mujeres con las que generar red y amistad
- Conocer de primera mano y participar en iniciativas propuestas por otras mujeres que viven cerca de mí
- Acceder a bienes materiales o alimentos que otras mujeres quieren regalar/donar.
- Conocer de primera mano la programación del Espacio de Igualdad María Moliner.

Espacio de Igualdad

MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4

Distrito de Villa de Vallecas

91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

<https://www.madrid.es/espaciosdeigualdad/>





- Recibir apoyo o ayuda por otras mujeres en un momento de necesidad o imprevisto; realizar una compra/gestión/recado, apoyo puntual para cuidado de una persona dependiente,

¿Qué puedo aportar al grupo?

- Compartir iniciativas de ocio, actividad física, culturales u otras para realizarlas con otras mujeres.
- Ofrecer bienes materiales o alimentos que ya no necesito para otras mujeres que puedan necesitarlo.
- Ofrecer apoyo a mujeres que solicitan una ayuda puntual generada por un imprevisto o necesidad mayor.

Es imprescindible para acceder al grupo:

- Estar dada de alta en el centro
- Firmar el consentimiento para tu inclusión en el grupo

¡Únete a ellas!

Solicita tu acceso a este grupo llamándonos al 915256958, escribiéndonos un correo a mariamoliner6@madrid.es o pasándote por el centro.

