

ESPACIO DE IGUALDAD ELENA ARNEDEO SORIANO

PROGRAMACIÓN JUNIO 2024

red de
espacios de
igualdad



Recurso público municipal especializado en la promoción de la igualdad y la prevención de la violencia machista.

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 requieres otra medida de apoyo, ponte en contacto con nuestro centro.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 480 25 08

Correo electrónico: elenaarnedo3@madrid.es

Presencialmente: calle Arregui y Aruej, 31 (metro Pacífico o Puente de Vallecas)

HORARIO DE ATENCIÓN

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

SERVICIOS DE ATENCIÓN INDIVIDUAL

Dirigidos 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.



ADEMÁS TENEMOS:

- Disponibilidad de aulas
- Biblioteca Feminista La Sal
- Un ordenador para mí. Uso libre



EXPOSICIONES:

- Exposición **Referentes trans**
Esta muestra de fotografía recopila información sobre personas trans significativas por muy diversos motivos..
- Festival **MADO 2024. "ANCESTRAS"**
Ancestras es un trabajo de investigación artístico para visibilizar y traer al presente la identidad, la obra y la memoria de mujeres referentes en el mundo de las artes y las letras en el siglo XX. Formará parte de #muestratconellas y del Festival Cultural de Madrid Orgullo (MADO)



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 1 AL 2 DE JUNIO 2024

red de
espacios de
igualdad

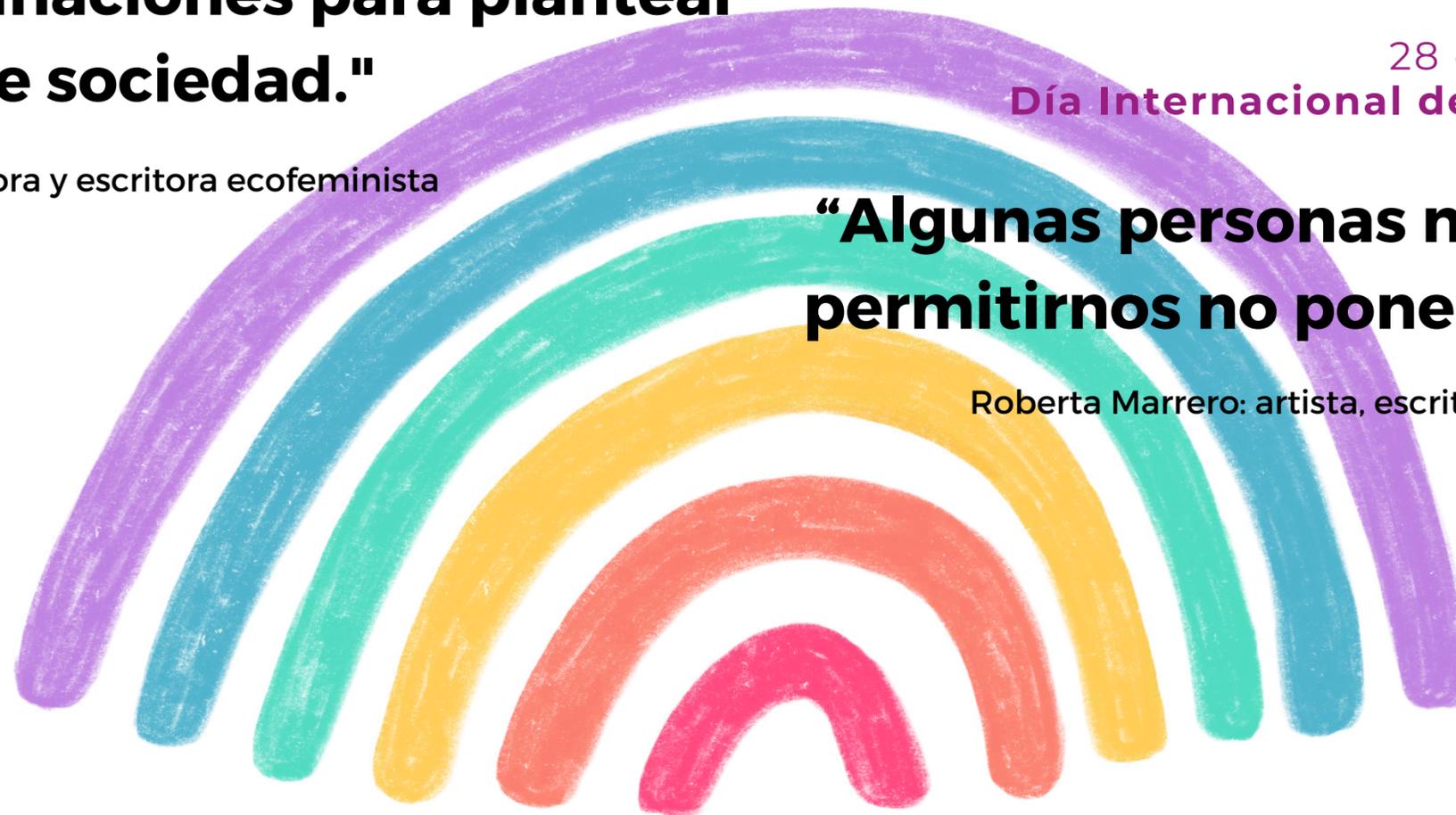


5 de junio de 2024

Día Mundial del Medio Ambiente

"El ecofeminismo habla de superar todas las dominaciones para plantear otro modelo de sociedad."

Alicia Puleo: filósofa, profesora y escritora ecofeminista



28 de junio de 2024

Día Internacional del Orgullo LGTBI

"Algunas personas no podemos permitirnos no poner el cuerpo"

Roberta Marrero: artista, escritora, cantante y poeta

SÁBADO 1

TARDE

Autodefensa feminista (M)

Un taller para aprender a establecer límites en situaciones difíciles para vivir seguras y en libertad.

En colaboración con el Grupo Scot Atreyu

15:30-17:00h

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 3 AL 8 DE JUNIO 2024

red de
espacios de
igualdad



ELENA ARNEDO
Espacio de Igualdad

LUNES 3

MAÑANA

Reconciliándome con la rabia (M)

Aprendemos a expresar y abordar los sentimientos negativos.

10:00-12:00h

TARDE

Ganchillo con amor (M)

Comparte y aprende técnicas de ganchillo.

16:00-18:00h Semanal

Quiero usar mi móvil (M)

Taller digital para mujeres mayores de 60 años.

16:30-18:00h Quincenal

MARTES 4

MAÑANA

Ciclo de cine: Mujeres rurales (TP)

"El Agua" (2022) de Elena López Riera

10:00-12:00h

Manejo de la culpa y los pensamientos negativos (M)

11:00-13:00h

Grupo terapéutico de autocuidado (M)

Cápsulas quincenales para el autocuidado emocional

12:00-13:30h

TARDE

Alfabetización digital (M)

Mejora tus competencias digitales.

17:00-19:00h Semanal

MIÉRCOLES 5

MAÑANA

Body mapping (TP)

Libera tensiones emocionales a través de la música.

10:00-12:00h



JUEVES 6

MAÑANA

Ciclo de cine: Mujeres rurales (TP)

"La casa de Bernarda Alba" (1987) de Mario Camus

10:00-12:00h

Taller de LinkedIn (M)

Saca partido a tu CV a través de LinkedIn

10:30-13:30h

TARDE

Inauguración Muestra T - Festival MADO (TP)

Presentación de la exposición "Ancestras" por Rocío Bueno

18:30-20:00h

Círculo de mujeres (M)

18:30-20:00h Quincenal

VIERNES 7

TARDE

Ganchillo con amor (M)

Comparte y aprende técnicas de ganchillo.

16:00-18:00h Semanal

SÁBADO 8

TARDE

Obra de teatro: "Se fue el país y quedamos nosotras"

La Cia. Las Caminantas nos presenta una obra que intenta responder a la pregunta ¿Quién cuida a las que cuidan

18:00-19:30h

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 10 AL 15 DE JUNIO 2024

red de
espacios de
igualdad



Espacio de Igualdad

ELENA ARNEDO

LUNES 10

MAÑANA

Reconciliándome con la rabia (M)

Aprendemos a expresar y abordar los sentimientos negativos.

10:00-12:00h

TARDE

Ganchillo con amor (M)

Comparte y aprende técnicas de ganchillo.

16:00-18:00h Semanal

Taller de Escritura creativa: relatos y autorreflexión. (M)

No es necesaria experiencia previa, tan solo ganas de escribir y compartir tus textos con otras mujeres.

18:00-19:30h Semanal

MARTES 11

MAÑANA

Encuentros Interespaciales al Fuego de la Literatura (M)

Narrativas diversas por el Día Internacional del Orgullo LGTBI (28J)

10:00-14:00h

Empoder-arte a través del teatro foro (M)

Libérate de tus ataduras y gana en autoconfianza

10:30-11:30h

Manejo de la culpa y los pensamientos negativos (M)

11:00-13:00h Quincenal

Petanca vecinal (TP)

11:00-12:00h Quincenal

TARDE

Alfabetización digital (M)

Mejora tus competencias digitales.

17:00-19:00h

MIÉRCOLES 12

MAÑANA

Body mapping (TP)

Libera tensiones emocionales a través de la música.

10:00-12:00h

La Liga de la Leche: reuniones informativas (TP)

Espacio de apoyo y asesoramiento a la lactancia.

18:00-20:00h Mensual

JUEVES 13

MAÑANA

Paseo: Papel de las mujeres en la Guerra Civil (TP)

Proponemos un recorrido por los lugares que tienen rastros de la Guerra Civil para hablar del papel de las mujeres.

10:00-13:00h

TARDE

Grupo de Crianza de Retiro (TP)

16:30-18:00h Semanal

Cineforum (TP) "Te estoy amando locamente"

Proyección y coloquio por el Día Int. del Orgullo LGTBI (28J)

17:30-19:30h

Club de Lectura La Sal (M)

"La Casa de Bernarda Alba", de Federico García Lorca

17:30-19:00h Quincenal

VIERNES 14

Ganchillo con amor (M)

Comparte y aprende técnicas de ganchillo.

16:00-18:00h Semanal

Conecta con tu sabia interior (M)

Un lugar para la introspección y para conectar contigo misma a través de la creatividad, el juego, el collage y actividades corporales.

16:30-19:30h

SÁBADO 15

Jornada vecinal de trueque de ropa (TP)

Trueque Solidario de Ropa para todas las edades, promovido por la Red Interampas, la Asociación Cultural Hacenderas y el El Elena Arnedo Soriano.

10:30-13:00h

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 17 AL 21 DE JUNIO 2024

red de
espacios de
igualdad



ELENA ARNEDO

Espacio de Igualdad

LUNES 17

TARDE

Ganchillo con amor (M)

Comparte y aprende técnicas de ganchillo.

16:00-18:00h Semanal

Quiero usar mi móvil (M)

Taller digital para mujeres mayores de 60 años.

16:30-18:00h Quincenal

Taller de Escritura creativa: relatos y autorreflexión. (M)

No es necesaria experiencia previa, tan solo ganas de escribir y compartir tus textos con otras mujeres.

18:00-19:30h Semanal

MARTES 18

MAÑANA

Grupo terapéutico de autocuidado (M)

Cápsulas quincenales para el autocuidado emocional

12:00-13:30h

TARDE

Alfabetización digital (M)

Mejora tus competencias digitales.

17:00-19:00h

MIÉRCOLES 19

MAÑANA

Jornada: Modelos de Envejecimiento que fomenten la autonomía.

¿Estamos preparados para el fenómeno del envejecimiento poblacional? ¿Qué alternativas hay al modelo existente?

Jornada promovida por el proyecto SENES

11:00-13:00h

TARDE

Ciclo de Mujer y Deporte ¡Jugamos al fútbol! (M)

2ª sesión del Ciclo de Mujer y Deporte. Junto con la Asociación Garaje realizamos una actividad de deporte dirigida por las chicas del Club de Fútbol las Latas.

¡Te esperamos!

17:00-19:30h

JUEVES 20

MAÑANA

Visita al Museo Municipal de Arte Contemporáneo (TP)

Visita guiada a la colección y taller facilitado por las profesionales del Museo

11:00-13:00h

TARDE

Grupo de Crianza de Retiro (TP)

16:30-18:00h Semanal

Círculo de mujeres (M)

18:30-20:00h Quincenal

VIERNES 21

TARDE

Ganchillo con amor (M)

Comparte y aprende técnicas de ganchillo.

16:00-18:00h Semanal

¡Fiesta fin de curso! (TP)

Como cada año queremos cerrar el curso con un encuentro festivo en el que compartir los aprendizajes del año. Baile, música y kermés

17:00-19:30h



(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 24 AL 28 DE JUNIO 2024

red de
espacios de
igualdad



LUNES 24

MAÑANA

Desarrolla una mente de abundancia y sana tus emociones para manifestar tus metas vitales y profesionales (M)

10:00-13:00h Mensual

TARDE

Ganchillo con amor (M)

Comparte y aprende técnicas de ganchillo.

16:00-18:00h Semanal

¿Nos casamos o no? (M)

¿Cuáles son las ventajas jurídicas de casarse? ¿Y los contras? ¿Qué decisiones y formatos hay que tener en cuenta?

18:00-19:30h

Taller de Escritura creativa: relatos y autorreflexión. (M)

18:00-19:30h Semanal

MARTES 25

MAÑANA

Petanca vecinal (TP)

Ven a compartir este deporte con otras personas del barrio.

En colaboración con el CMSc Retiro-Salamanca

11:00-12:00h Quincenal

TARDE

Alfabetización digital (M)

Mejora tus competencias digitales.

17:00-19:00h

Inglés para el empleo (M)

Grupo autogestionado para ganar en confianza y seguridad a la hora de manejarnos con el inglés en lo laboral.

18:00-19:30h

MIÉRCOLES 26

MAÑANA

Ciclo Mujer y Deporte.

Clase de boxeo en un gimnasio (M)

3ª actividad Ciclo Mujer y Deporte. Hablaremos de las violencias que cargamos por el hecho de ser mujeres y utilizaremos el deporte para canalizarlas.

12:00-13:30h

TARDE

Ciclo de Mujer y Deporte

Mesa de debate: Deporte desde un enfoque de género (TP)

Sesión de cierre del ciclo. Mesa de debate con profesionales del deporte

17:00-19:00h

JUEVES 27

TARDE

Grupo de Crianza de Retiro (TP)

16:30-18:00h Semanal

Club de Lectura La Sal (M)

"La Casa de Bernarda Alba", de Federico García Lorca

17:30-19:00h Quincenal

Encuentro de Autora: Elena Lebrato Bustos (TP)

"Postales a Inés" es el último relato de Elena Lebrato Bustos sobre el duelo perinatal, lleno de experiencias y relatos para acompañar en este proceso

18:30-20:00h

Círculo de mujeres (M)

18:30-20:00h Quincenal

VIERNES 28



TARDE

Ganchillo con amor (M)

Comparte y aprende técnicas de ganchillo.

16:00-18:00h Semanal

(M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

