

# ESPACIO DE IGUALDAD GLORIA FUERTES

## PROGRAMACIÓN JUNIO 2024



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: 91 760 19 35

Correo electrónico: [vicálvaro2@madrid.es](mailto:vicálvaro2@madrid.es)

Presencialmente: Avenida Real, 14, 1ª Planta (metro Vicálvaro)

### 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:

- Exposición “Sanando en Red”
- Exposición “Un país”

### En el árbol de mi pecho

En el árbol de mi pecho  
En el árbol de mi pecho  
hay un pájaro encarnado.  
Cuando te veo se asusta,  
aletea, lanza saltos.  
En el árbol de mi pecho  
hay un pájaro encarnado.  
Cuando te veo se asusta,  
¡eres un espantapájaros!

**Gloria Fuertes**

# SEMANA DEL 3 AL 7 DE JUNIO 2024

## LUNES 3 MAÑANA

### Conectando con nuestro cuerpo (M)

Encuentro grupal para buscar la conexión con nuestro cuerpo.  
10:30 - 11:30h Semanal

### Alfabetización Digital +65 (M)

Uso básico de un ordenador. Se realiza en San Blas Digital.  
10:00 - 12:00h

## TARDE

### El Banquete Teatral (M)

Narración oral, el clown, los títeres, el teatro-foro y las lecturas dramatizadas.  
18:00 - 20:00h Semanal

## MARTES 4 MAÑANA

### Club de lectura "Páginas infinitas" (M)

Compartimos la lectura de libros escritos por mujeres.  
12:15 - 14:00h Semanal

### Escritura creativa (M)

Superar el miedo a la escritura y encontrar nuestras propias historias.  
12:30 - 14:00h Semanal

## TARDE

### Meditación (M)

Espacio para la meditación grupal y habitar el presente.  
17:00 - 18:00h Semanal

### Acuerparnos: Danza, juego y movimiento (M)

A través del cuerpo, el juego creativo, la danza y la expresión corporal.  
18:00 - 19:30h Semanal

## MIÉRCOLES 5 MAÑANA

### Alfabetización Digital +65 (M)

Uso básico de un ordenador. Se realiza en San Blas Digital.  
12:00 - 14:00h

## TARDE

### Concierto de flauta travesera de la Escuela Municipal de Música de Vicálvaro (TP)

Jóvenes de la escuela municipal de música y sus familias tejen red con el espacio de igualdad y nos muestran sus aprendizajes.  
17:00 - 20:00h

### Entretejiendo Vicálvaro (M)

Grupo de vecinas reunidas en torno a la costura.  
18:00 - 20:00h Semanal

## JUEVES 6 MAÑANA

### Grupo de escritoras "Perseguidoras de Metáforas" (M)

10:00 - 12:00h Semanal

## TARDE

### Grupo de crianza (TP)

Grupo de madres y padres que se reúnen para hablar sobre crianza.  
16:00 - 18:00h Semanal

### Yoga y conciencia corporal (M)

Trabajaremos la conexión cuerpo-mente, y la conciencia corporal.  
18:00 - 19:00h Semanal

## VIERNES 7 MAÑANA

### Desayuno de cuidados (M)

Compartimos café y las experiencias en primera persona.  
10:00 - 12:00h Semanal

### Alfabetización Digital +65 (M)

Uso básico de un ordenador. Se realiza en San Blas Digital.  
10:00 - 12:00h



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

# SEMANA DEL 10 AL 14 DE JUNIO 2024

## LUNES 10 MAÑANA

### Conectando con nuestro cuerpo (M)

Encuentro grupal para buscar la conexión con nuestro cuerpo.  
10:30 - 11:30h Semanal

## TARDE

### El Banquete Teatral (M)

Narración oral, el clown, los títeres, el teatro-foro y las lecturas dramatizadas.  
18:00 - 20:00h Semanal

## MARTES 11 MAÑANA

### Club de lectura "Páginas infinitas" (M)

Compartimos la lectura de libros escritos por mujeres.  
12:15 - 14:00h Semanal

### Escritura creativa (M)

Superar el miedo a la escritura y encontrar nuestras propias historias.  
12:30 - 14:00h Semanal

## TARDE

### Meditación (M)

Espacio para la meditación grupal y habitar el presente.  
17:00 - 18:00h Semanal

### Acuerparnos: Danza, juego y movimiento (M)

A través del cuerpo, el juego creativo, la danza y la expresión corporal.  
18:00 - 19:30h Semanal

## MIÉRCOLES 12 MAÑANA

### Linkedin (M)

Conoceremos su uso como una herramienta para la búsqueda de empleo.  
10:30 - 12:00h

### Encuentros al fuego de la literatura (M)

Encuentro interespacial en torno a la literatura LGTBI en el parque del Retiro.  
10:30 - 12:30h

## TARDE

### Encuentro con escritoras: Sonia Martín (TP)

Encuentro mensual donde la autora nos habla de su obra y su proceso creativo.  
18:00 - 20:00h Mensual

### Entretejiendo Vicálvaro (M)

Grupo de vecinas reunidas en torno a la costura.  
18:00 - 20:00h Semanal

## JUEVES 13 MAÑANA

### Grupo de escritoras "Perseguidoras de Metáforas" (M)

10:00 - 12:00h Semanal

### ¿Qué es la diversidad sexual? (TP)

Explicamos la diversidad sexual y de género desde 0.  
11:00 - 13:00h

## TARDE

### Grupo de crianza (TP)

Grupo de madres y padres que se reúnen para hablar sobre crianza.  
16:00 - 18:00h Semanal

### Yoga y conciencia corporal (M)

Trabajaremos la conexión cuerpo-mente, y la conciencia corporal.  
18:00 - 19:00h Semanal

### Muestra de teatro "Cabaret" (TP)

En el Centro Cultural Valdebernardo.  
18:15 - 19:30h

## VIERNES 14 MAÑANA

### Desayuno de cuidados (M)

Compartimos café y las experiencias en primera persona.  
10:00 - 12:00h Semanal

## TARDE

### Meditación para principiantes (M)

Si eres de las que dice que la meditación no es lo tuyo o que no sabes meditar, te invitamos a esta clase de prueba para hacerte cambiar de idea.  
18:00 - 19:00h

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

# SEMANA DEL 17 AL 21 DE JUNIO 2024

## LUNES 17 MAÑANA

### **Conectando con nuestro cuerpo (M)**

Encuentro grupal para buscar la conexión con nuestro cuerpo.  
10:30 - 11:30h Semanal

### **Café con tu psicóloga (TP)**

“Cuando me discriminan por ser mayor”  
12:00 - 13:30h Mensual

## TARDE

### **El Banquete Teatral (M)**

Narración oral, el clown, los títeres, el teatro-foro y las lecturas dramatizadas.  
18:00 - 20:00h Semanal

## MARTES 18 MAÑANA

### **Club de lectura “Páginas infinitas” (M)**

Compartimos la lectura de libros escritos por mujeres.  
12:15 - 14:00h Semanal

### **Escritura creativa (M)**

Superar el miedo a la escritura y encontrar nuestras propias historias.  
12:30 - 14:00h Semanal

## TARDE

### **Meditación (M)**

Espacio para la meditación grupal y habitar el presente.  
17:00 - 18:00h Semanal

## MIÉRCOLES 19



## TARDE

### **Fiesta comunitaria por la diversidad (TP)**

Fiesta comunitaria para celebrar el fin del curso dónde habrá actuaciones musicales, juegos y mucho más.  
17:00 - 20:00h

### **Entretejiendo Vicálvaro (M)**

Grupo de vecinas reunidas en torno a la costura.  
18:00 - 20:00h Semanal

## JUEVES 20 MAÑANA

### **Grupo de escritoras “Perseguidoras de Metáforas” (M)**

10:00 - 12:00h Semanal

## TARDE

### **Grupo de crianza (TP)**

Grupo de madres y padres que se reúnen para hablar sobre crianza.  
16:00 - 18:00h Semanal

### **Yoga y conciencia corporal (M)**

Trabajaremos la conexión cuerpo-mente, y la conciencia corporal.  
18:00 - 19:00h Semanal

## VIERNES 21 MAÑANA

### **Desayuno de cuidados (M)**

Compartimos café y las experiencias en primera persona.  
10:00 - 12:00h Semanal



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

# SEMANA DEL 24 AL 28 DE JUNIO 2024

## LUNES 24 MAÑANA

### Conectando con nuestro cuerpo (M)

Encuentro grupal para buscar la  
conexión con nuestro cuerpo.  
10:30 - 11:30h Semanal

## TARDE

### El Banquete Teatral (M)

Narración oral, el clown, los  
títeres, el teatro-foro y las lecturas  
dramatizadas.  
18:00 - 20:00h Semanal

## MARTES 25 MAÑANA

### Club de lectura "Páginas infinitas" (M)

Compartimos la lectura de libros  
escritos por mujeres.  
12:15 - 14:00h Semanal

### Nos vamos de expo: CentroCentro (TP)

"Barbara Brändli. Poética del gesto,  
política del documento"  
12:00 - 14:00h

## TARDE

### Meditación (M)

Espacio para la meditación  
grupal y habitar el presente.  
17:00 - 18:00h Semanal

### Acuerparnos: Danza, juego y movimiento (M)

A través del cuerpo, el juego  
creativo, la danza y la expresión  
corporal.  
18:00 - 19:30h Semanal

## MIÉRCOLES 26 MAÑANA

### Taller jurídico: Arraigo por formación (M)

Compartir herramientas y  
conocimientos jurídicos y formativos  
necesarios sobre el arraigo por  
formación.  
10:30 - 12:00h Mensual

## TARDE

### Entretejiendo Vicálvaro (M)

Grupo de vecinas reunidas en  
torno a la costura.  
18:00 - 20:00h Semanal

## JUEVES 27 MAÑANA

### Grupo de escritoras "Perseguidoras de Metáforas" (M)

10:00 - 12:00h Semanal



## TARDE

### Grupo de crianza (TP)

Grupo de madres y padres que se  
reúnen para hablar sobre crianza.  
16:00 - 18:00h Semanal

### Yoga y conciencia corporal (M)

Trabajaremos la conexión cuerpo-  
mente, y la conciencia corporal.  
18:00 - 19:00h Semanal

## VIERNES 28 MAÑANA

### Desayuno de cuidados (M)

Compartimos café y las  
experiencias en primera persona.  
10:00 - 12:00h Semanal

## TARDE

### Meditación para principiantes (M)

Si eres de las que dice que la  
meditación no es lo tuyo o que  
no sabes meditar, te invitamos a  
esta clase de prueba para  
hacerte cambiar de idea.  
18:00 - 19:00h

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