

ESPACIO DE IGUALDAD HERMANAS MIRABAL

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: 91 534 53 65

Correo electrónico: caimujerhm3@madrid.es.

Presencialmente: Calle Bravo Murillo, 133 (Casa de Baños). Entrada por c/Juan Pantoja, 2.

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes, de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 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:

- Asesoría informática
- Asesoría artística
- Un ordenador para mí. Uso libre

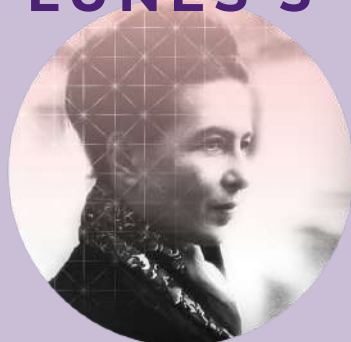
- Disponibilidad de aula

- Biblioteca Carmen de la Cruz
- Exposición "Presas de las flores". Un proyecto de creación artística con mujeres presas.

SEMANA DEL 3 AL 7 DE JUNIO 2024



LUNES 3

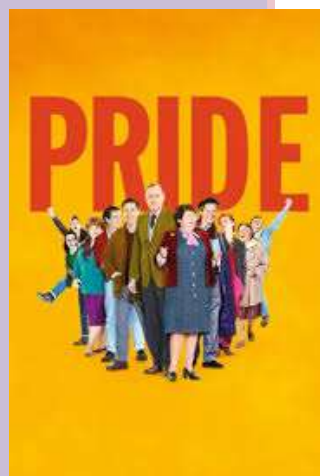


*“Que nada nos limite. Que nada nos defina, Que nada nos sujete. Que la libertad sea nuestra propia sustancia”
Simone de Beauvoir*

TARDE

CICLO DE CINE (TP)
Día Internacional del Orgullo LGBTI+: Pride (TP)

17:00 - 19:30h
Semanal



Reforzando nuestra autoestima (M)
18:00- 19:30h Semanal

MARTES 4

MAÑANA

Los desayunos del Mirabal (M)
Espacio de encuentro entre mujeres. Un espacio ameno, divertido y distendido donde charlar, compartir...
11:00 - 12:30h Semanal

Nantik Lum: Salud Financiera y empleo (M)
11:00 - 12:30h Semanal

Taller de relajación (M)
12:00-13:30h Semanal

TARDE

Taller de escritura creativa: “Escribir para reparar” (M)
Utilizaremos la escritura para pensar y reparar la violencia con la que tenemos que lidiar en nuestro día a día. A partir de diferentes dinámicas generaremos nuestros propios textos.
18:00 - 19:30h Semanal

Movimiento consciente. Conecta con tu cuerpo y trabaja tu sistema nervioso. (M)
17:30 - 18:45h Semanal

MIÉRCOLES 5

MAÑANA

Escuela de bicicletas: nivel intermedio (M)
11:00-12:30h Semanal



Encuentra tu voz (M)
11:30 - 13:30h

TARDE

Gestión emocional (M)
17:30 - 19:00h Semanal

Mujeres y naturaleza en las artes visuales. Celebración del día del Medio ambiente (M). Sesión abierta del seminario CREADORAS
18:00 - 19:30h Semanal

Con las manos en la masa: “Presas de las flores” (TP)
18:00 - 19:30h Semanal

JUEVES 6

MAÑANA

Historia del Pensamiento feminista (M)

En este taller haremos un recorrido por la historia del pensamiento feminista. Conoceremos las personalidades más relevantes, sus teorías y aportaciones, y los hitos del movimiento de mujeres por la igualdad.

10:30-12:00h Semanal

TARDE



Obra de la artista Aida Muluneh, vista en Creadoras

VIERNES 7

MAÑANA

Tertulia jurídica sesión especial: La mediación intercultural en la intervención social. Facilitado por Red Artemisa (TP)
11:00-12:30h Semanal

Grupo autónomo de Wikipedia (M)
11:00- 13:00h Semanal

Encuentros en el Museo Nacional de Artes Decorativas (MNAD)(TP)
11:00- 13:00h Semanal

TARDE

Exposición “Presas de las flores”. Un proyecto de creación artística con mujeres presas.(TP)
Las mujeres reclusas del taller de formación Verde Vivero, que ACOPE realiza en el interior del Centro Penitenciario Madrid I, son las protagonistas de este proyecto de creación artística de pintura
16:00 - 20:00h Semanal

Explorando mi reflejo. Taller de fotografía consciente (M)
17:30 - 19:00h

(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 10 AL 14 DE JUNIO 2024



LUNES 10

MAÑANA

Construyendo relaciones saludables (M)

Un espacio seguro y educativo, en el que se abordarán diferentes temas para promover la prevención de la violencia de género,

11:30- 13:00h Semanal

TARDE

Espacios seguros en la escena swing y blues (TP)

17:30- 19:30h Semanal

CICLO DE CINE (TP)
Día Internacional del Orgullo LGBTI+:
20.000 especies de abejas (TP)
17:00 - 19:30h Semanal



Reforzando nuestra autoestima (M)
18:00 - 19:30h Semanal

MARTES 11

MAÑANA

Los desayunos del Mirabal (M)

11:00 - 12:30h Semanal

Taller de relajación (M)

12:00-13:30h Semanal

Nantik Lum: Salud Financiera y empleo (M)

11:00 - 12:30h Semanal

TARDE

Taller de escritura creativa: "Escribir para reparar" (M)
18:00 - 19:30h Semanal

Movimiento consciente. Conecta con tu cuerpo y trabaja tu sistema nervioso. (M)
En este saberes compartidos os proponemos conectar con vuestro cuerpo de manera consciente y trabajar vuestro sistema nervioso.
17:30 - 18:45h Semanal



MIÉRCOLES 12

MAÑANA

Escuela de bicicletas: nivel intermedio (M)

11:00-12:30h Semanal

Encuentra tu voz (M)

Se fomentará la creatividad a través de una experiencia musical que tendrá el trabajo con la voz y el cuerpo como eje principal.

11:30 - 13:30h

TARDE

Gestión emocional (M)
17:30 - 19:00h Semanal

Con las manos en la masa: "Presas de las flores" (TP)
Este mes seguiremos el proceso creativo, trabajando con las técnicas del collage y del fanzine, contextualizándolo con la realidad de las mujeres presas. Se producirán varios fanzines a partir de creaciones realizadas por ellas.
18:00 - 19:30h Semanal

Seminario de arte: CREADORAS (M)
18:00 - 19:30h Semanal

JUEVES 13

MAÑANA

Historia del Pensamiento feminista (M)

En este taller haremos un recorrido por la historia del pensamiento feminista. Conoceremos las personalidades más relevantes, sus teorías y aportaciones, y los hitos del movimiento de mujeres por la igualdad.

10:30-12:00h Semanal

TARDE

Taller: ¿Interesada en el empleo o interesante para el puesto? (M)
Optimizaremos las estrategias de búsqueda activa de empleo
18:00 - 19:30h Semanal



VIERNES 14

MAÑANA

Tertulia jurídica (M)

11:00-13:00h Semanal

Grupo autónomo de Wikipedia (M)

11:00 - 13:00h Semanal

Bailongas: taller de danza, juego y movimiento (M)

12:00-13:30h Semanal

Las salidas del Mirabal: Visita al Archivo Histórico Nacional (TP)

11:30 - 13:00h

TARDE

Exposición: "Presas de las flores". Un proyecto de creación artística con mujeres presas.(TP)
16:00 - 20:00h Semanal

Explorando mi reflejo. Taller de fotografía consciente (M)
A través de la fotografía y el autorretrato, buscaremos nuestro propio reflejo. Aprenderemos nuevas formas de mirar de forma consciente, a expresarnos y a proyectarnos.
17:30 - 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

Construyendo relaciones saludables (M)

Un espacio seguro y educativo, en el que se abordarán diferentes temas para promover la prevención de la violencia de género,

11:30- 13:00h Semanal

TARDE

CICLO DE CINE (TP)

Día Internacional del Orgullo

LGBTI+: Documental Orgullo (TP)

17:00 - 19:30h Semanal

Reforzando nuestra autoestima (M)

18:00 - 19:30h Semanal

MARTES 18
MAÑANA

Los desayunos del Mirabal (M)

11:00 - 12:30h Semanal

Taller de relajación (M)

12:00-13:30h Semanal

Nantik Lum: Salud Financiera y empleo (M)

En este taller obtendremos herramientas y conocimientos que nos ayuden con las decisiones financieras y laborales con más libertad y agencia.

11:00 - 12:30h Semanal

TARDE

Taller de escritura creativa:

"Escribir para reparar" (M)

18:00 - 19:30h Semanal

Movimiento consciente. Conecta con tu cuerpo y trabaja tu sistema nervioso. (M)

17:30 - 18:45h Semanal

MIÉRCOLES 19
MAÑANA

Visita al Museo de arte contemporáneo de Madrid (TP)

11:00- 13:00h

Escuela de bicicletas: nivel intermedio (M)

11:00-12:30h Semanal

Encuentra tu voz (M)

Se fomentará la creatividad a través de una experiencia musical que tendrá el trabajo con la voz y el cuerpo como eje principal.

11:30 - 13:30h

TARDE

Con las manos en la masa: "Presas de las flores" (TP)

18:00 - 19:30h Semanal

Encuentro artístico interesapacial (M)

17:30 - 20:00h Semanal

Gestión emocional (M)

17:30 - 19:00h Semanal

Seminario de arte: CREADORAS (M)

18:00 - 19:30h Semanal

JUEVES 20
MAÑANA

Historia del Pensamiento feminista (M)

10:30-12:00h Semanal



TARDE

FIESTA DE FIN DE CURSO (TP)

17:00 - 20:00 h



Taller: ¿Interesada en el empleo o interesante para el puesto? (M)

Optimizaremos las estrategias de búsqueda activa de empleo

18:00 - 19:30h Semanal

VIERNES 21
MAÑANA

Tertulia jurídica (M)

Espacio de encuentro en el que nos reunimos para conocer y comentar, aspectos jurídicos que nos afectan en lo cotidiano desde la perspectiva de género.

11:00-13:00h Semanal

Grupo autónomo de Wikipedia (M)

11:00-13:00h Semanal

Bailongas: taller de danza, juego y movimiento (M)

Un espacio para conectar con nuestro cuerpo, a través de la expresión corporal

12:00-13:30h Semanal

TARDE

Exposición: "Presas de las flores". Un proyecto de creación artística con mujeres presas.(TP)

16:00 - 20:00h

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



SEMANA DEL 24 AL 28 DE JUNIO 2024



LUNES 24
MAÑANA

Construyendo relaciones saludables (M)

11:30- 13:00h Semanal

Curso de Agentes para la promoción de la Salud y Prevención de Adicciones (TP)
10:00 - 13:30h

TARDE

CICLO DE CINE (TP)
Día Internacional del Orgullo LGBTI+: Una mujer fantástica (TP)
17:00 - 19:30h
Semanal



Reforzando nuestra autoestima (M)
18:00 - 19:30h Semanal
Taller de lectura y debate: Úrsula k. Le Guin (M)
17:30 - 19:30h Mensual

MARTES 25
MAÑANA

Los desayunos del Mirabal (M)

11:00 - 12:30h Semanal

Curso de Agentes para la promoción de la Salud y Prevención de Adicciones (TP)
10:00 - 13:30h

Taller de relajación (M)
12:00-13:30h Semanal

TARDE

Taller de escritura creativa: "Escribir para reparar" (M)
18:00 - 19:30h Semanal

Movimiento consciente. Conecta con tu cuerpo y trabaja tu sistema nervioso. (M)
17:30 - 18:45h Semanal

MIÉRCOLES 26
MAÑANA

Curso de Agentes para la promoción de la Salud y Prevención de Adicciones (TP)
10:00 - 13:30h

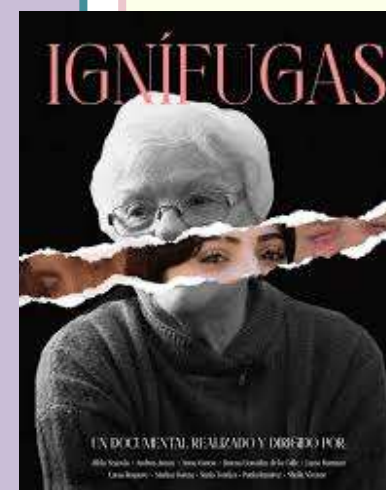
Escuela de bicicletas: nivel intermedio (M)
11:00-12:30h Semanal

TARDE

Taller de flores violeta de papel (M)
17:30 - 19:00h Semanal

Gestión emocional (M)
17:30 - 19:00h Semanal

Taller de SENSIBILIZACIÓN: Proyección del documental IGNÍFUGAS y Coloquio (TP)
18:00 - 19:45h Semanal



JUEVES 27
MAÑANA

Historia del Pensamiento feminista (M)

Haremos un recorrido por la historia del pensamiento feminista. Conoceremos las personalidades más relevantes, y los hitos del movimiento de mujeres por la igualdad.

10:30-12:00h Semanal

Taller orientate hacia el empleo (M)
10:00 - 11:30h Semanal

VIERNES 28
MAÑANA

Tertulia jurídica (M)

11:00-13:00h Semanal

Curso de Agentes para la promoción de la Salud y Prevención de Adicciones (TP)
10:00 - 13:30h

Grupo autónomo de Wikipedia (M)

11:00-13:00h Semanal

Bailongas: taller de danza, juego y movimiento (M)
12:00-13:30h Semanal

TARDE

Exposición : "Presas de las flores". Un proyecto de creación artística con mujeres presas.(TP)
16:00 - 20:00h 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

