

ESPACIO DE IGUALDAD BERTA CÁCERES

PROGRAMACIÓN MARZO 2025

MADRID
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 22 57

Correo electrónico: bertacaceres3@madrid.es

Presencialmente: Calle Gran Avenida, 14, bloque 422 posterior
(Renfe: Orcasitas. Autobuses: 78, 81, 116)

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes, de 10:00 a 14:30 y de 16:00 a 19:30 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:

- Una pared con voz propia
- Biografiadas en RRSS
- Mujeres digitales.
Aula de ordenadores de uso libre

- Disponibilidad de aula

- Exposición Permanente "Mi deidad totémica"



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espaciodeigualdadbertacaceres



SEMANA DEL 3 AL 7 DE MARZO 2025

LUNES 3

TARDE

Movimiento y expresión corporal (M)
Ejercicio en un espacio seguro para sentirnos libres
17:00-18:00h

MARTES 4

MAÑANA

Hablemos de ellas (M)
Por el Día Internacional de las Mujeres nos encontraremos para rendir homenaje a las mujeres referentes de nuestra vida, conectando con sus cualidades
10:30-12:30h



MIÉRCOLES 5

MAÑANA

Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)
Grupo de refuerzo para la lectura y escritura
10:00-11:30h Semanal

TARDE

Movimiento y expresión corporal (M)
Ejercicio en un espacio seguro para sentirnos libres
17:00-18:00h

Relaxing Berta. Grupo 2 (M)
Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro
18:15-19:15h

JUEVES 6

MAÑANA

Encuentro "Mujeres hacen Usera" (TP)
Encuentro de muestras artísticas de grupos de mujeres del distrito y mesas de sensibilización en igualdad. Organizado por la Mesa de Género de Usera
10:30-13:00h

VIERNES 7



(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
madrid.es/go/espaciodeigualdadb Bertacaceres



SEMANA DEL 10 AL 14 DE MARZO 2025

MADRID
red de
espacios de
igualdad



LUNES 10

MAÑANA

Mujeres que juegan (M)

¿Te gustan los juegos populares? Vente a compartir con otras mujeres diferentes juegos en una gymkana que nos permitirá apropiarnos de espacios públicos que suelen estar masculinizados.

En colaboración con el Centro de Mayores Arturo Pajuelo.

10:30-12:30h

Observatorio de género de Usera (TP)

Espacio de reflexión y análisis de la realidad del distrito en materia de igualdad

10:00-12:00h

TARDE

Teatralizadas (M)

Grupo de Teatro. No necesita experiencia previa

17:00-19:00h Quincenal

MARTES 11

MAÑANA

Biografías y confidencias.

Maxine Singer (TP)

Elaboración de la biografía de una mujer de la historia mediante manejo del ordenador

10:00-12:00h

TARDE

Los colores de mi autoestima (M)

¿Cuántas veces pasamos por encima de nuestro cuerpo, necesidades y emociones? En este taller pondremos la mirada en el mundo emocional, con pautas de identificación y gestión de emociones como estrategia de autoconocimiento, autocuidado y prevención de violencias, a través de la pintura y el color

17:00-19:00h

MIÉRCOLES 12

MAÑANA

Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura

10:00-11:30h Semanal

Las mujeres sabias responden (M)

¿Cuántas veces hemos deseado preguntar a nuestras abuelas? Recuperamos las sabidurías de las mujeres mayores abriendo un canal de consultas para que ellas nos compartan sus respuestas

11:30-13:00h

TARDE

Tejedoras de palabras (M)

Grupo para resignificar el ganchillo y tejer con perspectiva feminista

17:00-18:30h Quincenal

JUEVES 13

MAÑANA

Relaxing Berta. Grupo 1 (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

10:00-11:00h Semanal

Tecno-creando. Censuradas. Preparación de punto de interés en la Biblioteca de San Fermín (M)

Creación de un punto de interés en la Biblioteca de San Fermín para conocer a mujeres cuyas obras fueron censuradas en distintos lugares del mundo

11:00-13:00h

TARDE

Arcilla: la mujer de mi vida (M)

Espacio de expresión artística donde conmemorar a las mujeres de nuestra vida, sus aportaciones y sus influencias en nosotras. Porque juntas somos más fuertes

17:00-19:00h Sesión 1/2

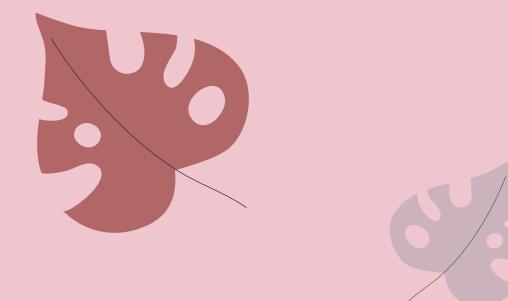
VIERNES 14

MAÑANA

Círculo de mujeres sabias (M)

Espacio para compartir vivencias y sabidurías para mayores de 65 años

10:00-12:00h



(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
madrid.es/go/espaciodeigualdadbertacaceres



SEMANA DEL 17 AL 21 DE MARZO 2025

MADRID
red de
espacios de
igualdad



LUNES 17

MAÑANA

Co-laboratorio de empoderamiento laboral (M)

Uso de las TIC para el empleo y espacio de búsqueda colaborativa

10:00-12:00h

Censuradas. Visibilizando el arte de las mujeres (TP)

Encuentro en la Biblioteca de San Fermín para dinamizar el punto de interés "Censuradas" que visibiliza obras realizadas por mujeres que fueron ocultadas en distintos países y épocas.

11:00-12:30h

MARTES 18

MAÑANA

Escritura creativa. Relatos que defienden nuestros derechos (M)

Espacio de expresión. Este mes damos voz a historias que ponen por bandera los derechos de las mujeres, así como el proceso de su lucha

10:30-12:30h

MIÉRCOLES 19

MAÑANA

Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura

10:00-11:30h Semanal

Lideresas (M)

Grupo para impulsar el empoderamiento y el liderazgo

11:30-13:30h

TARDE

Salida Exposición "Los 100 metros libres. Vida y Milagros de la Escuela de Cine" (TP)

Visitaremos la Filmoteca Nacional y conoceremos la presencia que han tenido las mujeres cineastas en la historia del cine de nuestro país entre los años 1947 y 1976

16:00-19:00h

JUEVES 20

MAÑANA

Relaxing Berta. Grupo 1 (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

10:00-11:00h Semanal

Tecno-creando. Codificando los trabajos censurados de las mujeres (M)

Uso de ordenador para investigación y creación artística

11:00-13:00h Semanal

TARDE

Biodanza. Creciendo juntas (M)

Utilizaremos nuestro movimiento corporal como forma de autoconocimiento, de expresión emocional y de encuentro con nosotras mismas y con las compañeras. Celebramos juntas el comienzo de la primavera, abriéndonos a una nueva etapa

17:00-19:00h

VIERNES 21

MAÑANA

Reporteras sabias y cañeras (M)

Salimos a explorar la desigualdad de género y la diferente ocupación de espacios entre hombres y mujeres

10:00-12:00h

TARDE

Proyección a debate Seis Triple Ocho (TP)

Videofórum con perspectiva de género

16:30-19:00h

Club de lectura (TP)

Espacio de reflexión en torno a lecturas con perspectiva de género

En colaboración con Feministas Usera

17:00-19:00h

(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
madrid.es/go/espaciodeigualdadbertacaceres



SEMANA DEL 24 AL 28 DE MARZO 2025

LUNES 24

MAÑANA

Café jurídico. Mis dudas y derechos como ciudadana (TP)

Encuentro con la abogada del Espacio donde te facilitará herramientas y conocimientos para enfrentarte y resolver situaciones de tu día a día: publicidad engañosa, contratos, reclamaciones...

11:00-13:00h

TARDE

Teatralizadas (M)

Grupo de Teatro. No necesita experiencia previa

17:00-19:00h Quincenal

MARTES 25

MAÑANA

Investigadoras de la actualidad (M)

Analizando la realidad a través de las Tic con perspectiva de género para detectar y visibilizar violencia machista

10:00-12:00h

TARDE

Testamentos y herencias (TP)

El Colegio de Notarios/as de Madrid impartirá esta charla y resolverá dudas de los/as participantes en materias de testamentos y herencias. Nos juntaremos en el Espacio de Igualdad Elena Arnedo (C/ Arregui y Aruej, 31).

**Inscripciones en el email
elenaarnedo3@madrid.es**

17:00-19:00h

MIÉRCOLES 26

MAÑANA

Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura

10:00-11:30h Semanal

TARDE

Tejedoras de palabras (M)

Grupo para resignificar el ganchillo y tejer con perspectiva feminista

17:00-18:30h Quincenal

JUEVES 27

MAÑANA

Relaxing Berta. Grupo 1 (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

10:00-11:00h Semanal

Tecno-creando. Codificando los trabajos censurados de las mujeres (M)

Uso de ordenador para investigación y creación artística

11:00-13:00h Semanal

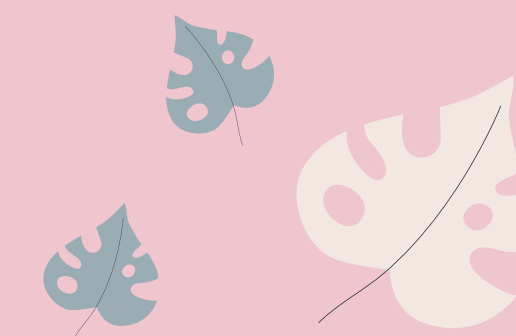
TARDE

Arcilla: la mujer de mi vida (M)

Espacio de expresión artística donde conmemorar a las mujeres de nuestra vida, sus aportaciones y sus influencias en nosotras. Porque juntas somos más fuertes

17:00-19:00h Sesión 2/2

VIERNES 28



TARDE

Proyección a debate El intercambio (TP)

Videofórum con perspectiva de género

16:30-19:00h

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



SEMANA DEL 31 DE MARZO 2025

LUNES 31

MAÑANA

Lecturas repletas de sabiduría (M)

Club de lectura para mejorar la comprensión lectora
10:00-11:00h

Explorando herramientas para la búsqueda de empleo (M)

Veremos qué herramientas nos ofrece Internet para realizar una búsqueda activa de empleo lo más exhaustiva posible.
10:00-12:00h

TARDE

Teatralizadas (M)

Grupo de Teatro. No necesita experiencia previa
17:00-19:00h Quincenal



8M

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

