

ESPACIO DE IGUALDAD CARMÉ CHACÓN

PROGRAMACIÓN MARZO 2025



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: 91 588 96 15

Correo electrónico: carmechacon2@madrid.es

Presencialmente: calle Matapozuelos, 2 (metro Esperanza)

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:**
Visibilizando a las mujeres trans
- Asesoría informática
- Formación a profesionales
- Aula abierta de informática
- Coworking

- Biblioteca
- Cocina
- Jardín
- Disponibilidad de aulas



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espaciodeigualdadcarmechacon



SEMANA DEL 3 AL 7 DE MARZO 2025

LUNES 3

MAÑANA

Relajación en Calma(M)
11:00-12:00h Semanal

Especial un café con la abogada. Grupo de apoyo para mujeres separadas (M)
12:00-13:30h Semanal

**Olé nosotras
Taller de sevillanas(M)**
12:00-13:15h Semanal

Me quiero conmigo. Especial 8M (M)
Grupo de autoestima
12:00-13:30h Semanal

TARDE

Cinéfila (TP)
"Temporeros" VSO
Día Internacional de las mujeres(8M)
Mujeres racializadas
17:00h Semanal



Taller digital CANVA(M)
17:30- 19:00h

Me estiro y no me estreso de tardeo (M)
18:00- 19:00h Semanal

MARTES 4

MAÑANA

Escritura emocional. Especial 8M (M)
11:00-12:00h Semanal

Ganchillo y punto GLAM(M)
11:00-13:00h Semanal

TARDE

Qué cabeza la mía... Especial 8M(M)
Taller de memoria
16:15-17:30h Semanal

Tengo ganas de mí (M)
Grupo de autoestima
17:30-19:00h Semanal

Nueva reforma del Reglamento de Extranjería: Arraigo I. Conoce tus derechos (M)
18:00-19:30h

No soy superwoman, ¡pero sí soy súper! (M)
Taller de arteterapia
18:00-19:30h Semanal

MIÉRCOLES 5

MAÑANA

Me estiro y no me estreso de mañaneo (M)
10:30- 11:30h Semanal

El canto de las mujeres(M)
11:00-12:00h Semanal

TARDE

Docuforum especial 8M #Seacabó: diario de las campeonas I (M)
17:00-18:30h Semanal

Las risas llenan el alma(M)
Dinámicas para reír
18:00-19:30h Semanal



JUEVES 6

MAÑANA

Autoconocimiento para el empleo a través de LEGO(M)
Con San Blas Digital
10:30-12:30h

¿Somos lo que comemos?(M)
Taller de alimentación y salud
Con Centro Salud Mar Báltico
11:00-12:00h

Taller de Salud Financiera
Con Fund. Nantik Lum
10:30-12:30h

Empowerkarma(M)
Espacio para activarnos físicamente
11:00-12:00h Semanal

Cuerpo, movimiento y relax Especial 8M (M)
12:00-13:30h Semanal

TARDE

Hilanderas de retales(M)
17:45-19:45h Semanal

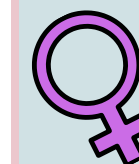
Amigas de las letras. Especial 8M (M)
17:00-18:00h Semanal

Por todas Nosotras (M)
18:00-19:30h Semanal

Mi vida en la maleta(M)
Espacio mujeres migradas
17:30-19:00h Mensual

VIERNES 7

MAÑANA



Acto conmemorativo del 8M.

Por un 8M

interseccional:

Visibilizando voces de mujeres racializadas

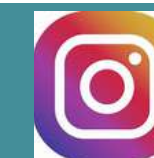
10:30 h En el Espacio Igualdad Carme Chacón.



TARDE

No soy superwoman, ¡pero sí soy súper! (M)
Taller de arteterapia
18:00-19:30h Semanal

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



SEMANA DEL 10 AL 14 DE MARZO 2025

LUNES 10 MAÑANA

Relajación en Calma(M)
11:00-12:00h Semanal

Especial un café con la abogada.Grupo de apoyo para mujeres separadas (M)
12:00-13:30h Semanal

**Olé nosotras
Taller de sevillanas(M)**
12:00-13:15h Semanal

Me quiero conmigo (M)
Grupo de autoestima
12:00-13:30h Semanal

TARDE

Cinéfila (TP)
"Skin"
Día Internacional de las Mujeres(8M)
Mujeres racializadas
17:00h Semanal

Taller digital CANVA(M)
17:30- 19:00h Semanal

Me estiro y no me estreso de tardeo (M)
18:00- 19:00h Semanal

MARTES 11 MAÑANA

Itinerario de competencias y habilidades para la búsqueda de empleo
Con Fundación Mujeres
10:30-12:30h

Escritura emocional (M)
11:00-12:00h Semanal

Ganchillo y punto GLAM(M)
11:00-13:00h Semanal

TARDE

Qué cabeza la mía...(M)
Taller de memoria
16:15-17:30h Semanal

Tengo ganas de mí (M)
Grupo de autoestima
17:30-19:00h Semanal

Nueva reforma del Reglamento de Extranjería: Arraigo II. Conoce tus derechos (M)
18:00-19:30h

No soy superwoman, ¡pero sí soy súper! (M)
Taller de arteterapia
18:00-19:30h Semanal

MIÉRCOLES 12 MAÑANA

Itinerario de competencias y habilidades para la búsqueda de empleo
Con Fundación Mujeres
10:30-12:30h

Género, duelo y soledad(TP)
Con CMSc Hortaleza
Soledad no deseada
10:30-12:00h

Me estiro y no me estreso de mañaneo (M)
10:30- 11:30h Semanal

El canto de las mujeres(M)
11:00-12:00h Semanal

TARDE

Docuforum especial 8M #Seacabó: diario de las campeonas II (M)
17:00-18:30h Semanal

Las risas llenan el alma(M)
Dinámicas para reír
18:00-19:30h Semanal



JUEVES 13 MAÑANA

Itinerario de competencias y habilidades para la búsqueda de empleo
Con Fundación Mujeres
10:30-12:30h

Empowerkarma(M)
Espacio para activarnos físicamente
11:00-12:00h Semanal

Taller de Salud Financiera
Con Fund. Nantik Lum
10:30-12:30h

Cuerpo, movimiento y relax Especial 8M (M)
12:00-13:30h Semanal

TARDE

Hilanderas de retales(M)
17:45-19:45h Semanal

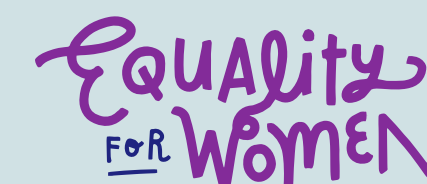
Por todas Nosotras (M)
Grupo de autoestima
18:00-19:30h Semanal

Migrar nuestras raíces, con el CEPA Dulce Chacón(TP)
Espacio de danza
18:00-19:00h

VIERNES 14 MAÑANA

¡Ahora nos toca jugar!GLAM(M)
Juegos de mesa
11:00-12.30h Semanal

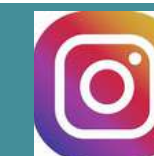
Teatro las dramáticas(M)
Dinámicas corporales y dramáticas de teatro social
12:00-13.30h Semanal



TARDE

No soy superwoman, ¡pero sí soy súper! (M)
Taller de arteterapia
18:00-19:30h Semanal

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



SEMANA DEL 17 AL 21 DE MARZO 2025

LUNES 17 MAÑANA

Relajación en Calma(M)
11:00-12:00h Semanal

Visita al Museo de Arte Contemporáneo (M)
10:00-13:00h

**Olé nosotras
Taller de sevillanas(M)**
12:00-13:15h Semanal

Me quiero conmigo (M)
12:00-13:30h Semanal

TARDE

Cinéfila (TP)
"Papusza"VSO
Día Internacional de las Mujeres(8M)
Mujeres racializadas
17:00h Semanal

Taller digital CANVA(M)
17:30- 19:00h Semanal

Me estiro y no me estreso de tardeo (M)
18:00- 19:00h Semanal

MARTES 18 MAÑANA

Itinerario de competencias y habilidades para la búsqueda de empleo
Con Fundación Mujeres
10:30-12:30h

Escritura emocional(M)
11:00-12:00h Semanal

Ganchillo y punto GLAM(M)
11:00-13:00h Semanal

TARDE

Qué cabeza la mía...(M)
Taller de memoria
16:15-17:30h Semanal

Tengo ganas de mí (M)
Grupo de autoestima
17:30-19:00h Semanal

Nueva reforma del Reglamento de Extranjería: Familia. Conoce tus derechos (M)
18:00-19:30h

No soy superwoman, ¡pero sí soy súper! (M)
Taller de arteterapia
18:00-19:30h Semanal

MIÉRCOLES 19 MAÑANA

Itinerario de competencias y habilidades para la búsqueda de empleo
Con Fundación Mujeres
10:30-12:30h

Me estiro y no me estreso de mañaneo (M)
10:30- 11:30h Semanal

El canto de las mujeres(M)
11:00-12:00h Semanal

Un café con Papusza (TP)
12:00-13:30h

TARDE

Docuforum especial 8M #Seacabó: diario de las campeonas III (M)
17:00-18:30h Semanal



Las risas llenan el alma(M)
Dinámicas para reír
18:00-19:30h Semanal

JUEVES 20 MAÑANA

Taller de Salud Financiera
Con Fund. Nantik Lum
10:30-12:30h

Empowerkarma(M)
Espacio para activarnos físicamente
11:00-12:00h Semanal

Cuerpo, movimiento y relax Especial 8M(M)
12:00-13:30h Semanal

TARDE

Amigas de las letras. Especial 8M (M)
Club de lectura
17:00-18:00h Semanal

Hilanderas de retales(M)
17:45-19:45h Semanal

Danzar la vida(TP)
18:00-19:00h Mensual

Por todas Nosotras (M)
Grupo de autoestima
18:00-19:30h Semanal

VIERNES 21 MAÑANA

¡Ahora nos toca jugar! GLAM(M)
Juegos de mesa
11:00-12:30h Semanal

Teatro las dramáticas(M)
Dinámicas corporales y dramáticas de teatro social
12:00-13.30h Semanal

TARDE

Conocer la Astronomía con los Satélites (TP)
17:00-19:30h Mensual

No soy superwoman, ¡pero sí soy súper! (M)
Taller de arteterapia
18:00-19:30h Semanal



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

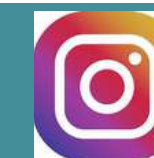


políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espaciodeigualdadcarmechacon



SEMANA DEL 24 AL 28 DE MARZO 2025

LUNES 24

MAÑANA

Relajación en Calma(M)

11:00-12:00h Semanal

Me quiero conmigo(M)

Grupo de autoestima
12:00-13:30h Semanal

Olé nosotras

Taller de sevillanas(M)

12:00-13:15h Semanal

Especial un café con la abogada.Grupo de apoyo para mujeres separadas (M)

12:00-13:30h Semanal

TARDE

Cinéfila (TP)

“Una razón brillante”
Día Internacional de las Mujeres(8M)

Mujeres racializadas
17:00h Semanal

Taller digital CANVA(M)

17:30- 19:00h Semanal

Me estiro y no me estreso de tardeo (M)

18:00- 19:00h Semanal

MARTES 25

MAÑANA

Escritura emocional(M)

11:00-12:00h Semanal

Ganchillo y punto GLAM(M)

11:00-13:00h Semanal

TARDE

Qué cabeza la mía...(M)

Taller de memoria

16:15-17:30h Semanal

Testamentos y herencias(TP)

Con el Colegio de Notarios/as de Madrid
17:00-19:00h

Tengo ganas de mí (M)

Grupo de autoestima
17:30-19:00h Semanal

Nueva reforma del Reglamento de Extranjería: Estancia por estudios.

Conoce tus derechos (M)

18:00-19:30h

No soy superwoman ¡pero sí soy súper! (M)

Taller de arteterapia
18:00-19:30h Semanal

MIÉRCOLES 26

MAÑANA

Me estiro y no me estreso de mañaneo (M)

Ejercicios de estiramientos y técnicas de relajación
10:30- 11:30h Semanal

El canto de las mujeres(M)

11:00-12:00h Semanal

TARDE

Docuforum especial 8M

#Seacabó: diario de las campeonas IV (M)

17:00-18:30h Semanal

Las risas llenan el alma(M)

Dinámicas para reír
18:00-19:30h Semanal



JUEVES 27

MAÑANA

Taller de Salud Financiera

Con Fund. Nantik Lum
10:30-12:30h

Empowerkarma(M)

Espacio para activarnos físicamente

11:00-12:00h Semanal

Cuerpo, movimiento y relax Especial 8M(M)

12:00-13:30h Semanal

TARDE

Amigas de las letras.

Especial 8M (M)

Club de lectura

17:00-18:00h Semanal

Hilanderas de retales(M)

17:45-19:45h Semanal

Por todas Nosotras (M)

Grupo de autoestima
18:00-19:30h Semanal

Acto feminicidios con el grupo El canto de las mujeres(TP)

19:30h

VIERNES 28

MAÑANA

¡Ahora nos toca jugar! GLAM(M)

Juegos de mesa
11:00-12:30h Semanal

Teatro las dramáticas(M)

Dinámicas corporales y dramáticas de teatro social
12:00-13.30h Semanal

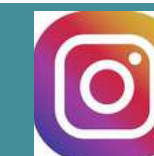
TARDE

Nosoy superwoman, ¡pero sí soy súper! (M)

Taller de arteterapia
18:00-19:30h Semanal



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



SEMANA DEL 31 DE MARZO 2025

LUNES 31

MAÑANA

Relajación en Calma(M)

11:00-12:00h Semanal

Me quiero conmigo(M)

Grupo de autoestima

12:00-13:30h Semanal

Olé nosotras

Taller de sevillanas(M)

12:00-13:15h Semanal

Especial un café con la abogada.Grupo de apoyo para mujeres separadas (M)

12:00-13:30h Semanal

TARDE

Cinéfila (TP)

“El que no soy”

Día Internacional de las Mujeres(8M)

Mujeres racializadas

17:00h Semanal

Taller digital CANVA(M)

17:30- 19:00h Semanal

Me estiro y no me estreso de tardeo (M)

Ejercicios de estiramientos y técnicas de relajación

18:00- 19:00h Semanal



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



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espaciodeigualdadcarmechacon

