

# ESPACIO DE IGUALDAD GLORIA FUERTES

## 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: 91 760 19 35

Correo electrónico: vicalvaro2@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”
- Jardín vertical de Entretejiendo Vicálvaro
- Exposición “Mujeres Artivando”
- Formación a profesionales
- Disponibilidad de aulas
- Asesoría informática

# SEMANA DEL 3 AL 7 DE MARZO 2025

## LUNES 3



### 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

#### ¿Por qué el 8M? (M)

10:00 - 12:00h

#### Taller de Autorretrato (M)

Un espacio para adentrarse en el conocimiento de una misma, a través de diferentes artes  
12.30 - 14.00h Semanal

### TARDE

#### Sopa de letras: Taller de escritura creativa (M)

Un taller de escritura para superar los miedos asociados a la creación, liberar la imaginación y jugar con las palabras  
18.00 - 19.30h Semanal

## MIÉRCOLES 5 MAÑANA

#### Conoce tu móvil (M)

Con este curso aprenderás a manejar el móvil y personalizarlo según tus necesidades  
10:30 - 13:00h

### TARDE

#### Grupo de crianza (TP)

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

#### Entretejiendo Vicálvaro (M)

Grupo de vecinas que se reúnen a tejer.  
18:00 - 20:00h Semanal

## JUEVES 6 MAÑANA

#### Trabajamos la memoria (M)

Podrás poner a prueba tu memoria, tu razonamiento y tu lógica  
10:30 - 12:00h Semanal

#### ENREDADAS - Cine fórum 8M (TP)

Proyección de la película "Golpe a golpe" en colaboración con el proceso grupal: Soñando entre Culturas.  
12:00 - 14:00h

### TARDE

#### Yoga y movimiento consciente (M)

La disciplina del yoga trae múltiples beneficios para el bienestar físico y emocional.  
18:00 - 19:00h Semanal

## VIERNES 7 MAÑANA

#### ENREDADAS - Piscalabis 8M (TP)

Enredadas invita a reflexionar acerca del cuidado y la necesidad de poner "la vida en el centro"  
12:00 - 14:00h

### TARDE

#### ENREDADAS - Jornada Comunitaria 8M "Somos un grito global" (TP)

Enredadas y todas las organizaciones, vecinas, vecinos y servicios del distrito de Vicálvaro organizan una jornada comunitaria en el marco del 8M  
16:00 - 20:00h

(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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)  
[madrid.es/go/espaciodeigualdadgloriafuertes](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadgloriafuertes)



# SEMANA DEL 10 AL 14 DE MARZO 2025



## LUNES 10 MAÑANA

### Bailamos salsa juntas (M)

A través de la música y el movimiento disfrutamos de un espacio placentero y seguro entre mujeres  
10:30 - 11:30h

### Búsqueda de empleo: Infojobs (M)

Si estás buscando empleo, apúntate al espacio quincenal  
12:30 - 14:00h

## TARDE

### El Banquete Teatral (M)

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

## MARTES 11 MAÑANA

### Mujeres conectadas: empoderamiento digital (M)

Dedicaremos estas sesiones a la realización de trámites administrativos a través de clave/certificado digital  
10:00 - 12:00h Quincenal

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

12:00 - 14:00h Semanal

## TARDE

### Conociendo nuestro cuerpo: relajación y estiramientos (M)

A través del estiramiento y la relajación trabajaremos el autocuidado y el buen trato.  
16:30 - 17:30h

## MIÉRCOLES 12 MAÑANA

### Conoce tu móvil (M)

Con este curso aprenderás a manejar el móvil y personalizarlo según tus necesidades  
10:30 - 13:00h

## TARDE

### ENREDADAS - Taller literario creativo comunitario (TP)

Enredadas conmemora el 8 de marzo, invitando a toda la población a participar de un taller literario.  
16:00 - 18:00h

### ENREDADAS - 17º Encuentro literario creativo comunitario (TP)

Espacio para la lectura en voz alta y la conmemoración del 8M en Comunidad.  
18:00 - 20:00h

## JUEVES 13 MAÑANA

### Trabajamos la memoria (M)

Podrás poner a prueba tu memoria, tu razonamiento y tu lógica  
10:30 - 12:00h Semanal

### Cuídate 8M: Hablemos sobre climaterio (M)

Reflexionaremos acerca de los ciclos de las mujeres, especialmente el climaterio.  
12:00 - 14:00h

## TARDE

### Yoga y movimiento consciente (M)

La disciplina del yoga trae múltiples beneficios para el bienestar físico y emocional.  
18:00 - 19:00h Semanal

## VIERNES 14 MAÑANA

### Desayunos de cuidados (M)

Las vecinas de Vicálvaro se reúnen alrededor de un café para tejer vínculos de sororidad  
10:00 - 12:00h Semanal

### Inauguración y conversatorio con la artista: Nadia Benavides (TP)

Conversatorio con la artista para conocer su experiencia profesional y su propuesta creativa.  
12:00 - 14:00h

## TARDE

### Viernes de cine (TP)

A través del visionado de una película reflexionaremos sobre las desigualdades de género  
17:00 - 20:00h

(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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)  
[madrid.es/go/espaciodeigualdadgloriafuertes](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadgloriafuertes)





# SEMANA DEL 17 AL 21 DE MARZO 2025



**LUNES 17**  
MAÑANA

## Taller jurídico: arraigo sociolaboral (M)

Con la próxima entrada en vigor del nuevo Reglamento de Extranjería, abordaremos el nuevo arraigo sociolaboral y su diferencia con el actual arraigo social  
12.30 - 14.00h

TARDE

## El Banquete Teatral (M)

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

**MARTES 18**  
MAÑANA

## Nos vamos de exposición: Cristina Megía- Hacer pie en la tierra (TP)

La artista logra sumergirnos en las escenas que representa, cargadas de vida y de una paradójica quietud que transmite sosiego.  
12:00 - 14:00h

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

12:00 - 14:00h Semanal

TARDE

## Empleadas del hogar con derechos (TP)

Con motivo del día internacional de las trabajadoras del hogar realizamos este taller para visibilizar su situación y conocer sus derechos laborales,  
18:00 - 19:30h

**MIÉRCOLES 19**  
MAÑANA

## Aprende a solucionar problemas técnicos del móvil (M)

Con este curso, aprenderás a configurar tu móvil, mejorar su rendimiento, navegar por internet y solucionar problemas técnicos  
10:30 - 13:00h

TARDE

## Grupo de crianza (TP)

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

## Entretejiendo Vicálvaro (M)

Grupo de vecinas que se reúnen a tejer.  
18:00 - 20:00h Semanal

**JUEVES 20**  
MAÑANA

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

10:00 - 12:00h Semanal

## Trabajamos la memoria (M)

Podrás poner a prueba tu memoria, tu razonamiento y tu lógica  
10:30 - 12:00h Semanal

TARDE

## Yoga y movimiento consciente (M)

La disciplina del yoga trae múltiples beneficios para el bienestar físico y emocional.  
18:00 - 19:00h Semanal

**VIERNES 21**  
MAÑANA

## Desayunos de cuidados (M)

Las vecinas de Vicálvaro se reúnen alrededor de un café para tejer vínculos de sororidad  
10:00 - 12:00h Semanal

TARDE

## Viernes de cine (TP)

A través del visionado de una película reflexionaremos sobre las desigualdades de género  
17:00 - 20:00h

(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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)  
[madrid.es/go/espaciodeigualdadgloriafuertes](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadgloriafuertes)



# SEMANA DEL 24 AL 28 DE MARZO 2025



## LUNES 24 MAÑANA

### Bailamos salsa juntas (M)

A través de la música y el movimiento disfrutamos de un espacio placentero y seguro entre mujeres  
10:30 - 11:30h

### Búsqueda de empleo: Infojobs (M)

Si estás buscando empleo, apúntate al espacio quincenal  
12:30 - 14:00h

TARDE

### El Banquete Teatral (M)

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

## MARTES 25 MAÑANA

### Mujeres conectadas: empoderamiento digital (M)

Dedicaremos estas sesiones a la realización de trámites administrativos a través de clave/certificado digital  
10:00 - 12:00h Quincenal

### Taller de Autorretrato (M)

Un espacio para adentrarse en el conocimiento de una misma, a través de diferentes artes  
12.30 - 14.00h Semanal

TARDE

### Conociendo nuestro cuerpo: relajación y estiramientos (M)

A través del estiramiento y la relajación trabajaremos el autocuidado y el buen trato.  
16:30 - 17:30h

## MIÉRCOLES 26 MAÑANA

### Aprende a solucionar problemas técnicos del móvil (M)

Con este curso, aprenderás a configurar tu móvil, mejorar su rendimiento, navegar por internet y solucionar problemas técnicos  
10:30 - 13:00h

TARDE

### Grupo de crianza (TP)

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

### Entretejiendo Vicálvaro (M)

Grupo de vecinas que se reúnen a tejer.  
18:00 - 20:00h Semanal

## JUEVES 27 MAÑANA

### Trabajamos la memoria (M)

Podrás poner a prueba tu memoria, tu razonamiento y tu lógica  
10:30 - 12:00h Semanal

### Cuídate 8M: Autocuidado y alimentación saludable(M)

Taller para reflexionar acerca del autocuidado y la alimentación saludable, desde una perspectiva feminista.  
12:00 - 14:00h

TARDE

### Yoga y movimiento consciente (M)

La disciplina del yoga trae múltiples beneficios para el bienestar físico y emocional.  
18:00 - 19:00h Semanal

## VIERNES 28 MAÑANA

### Desayunos de cuidados (M)

Las vecinas de Vicálvaro se reúnen alrededor de un café para tejer vínculos de sororidad  
10:00 - 12:00h Semanal

TARDE

### Viernes de cine (TP)

A través del visionado de una película reflexionaremos sobre las desigualdades de género  
17:00 - 20:00h

(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

### **Bailamos salsa juntas (M)**

A través de la música y el movimiento disfrutamos de un espacio placentero y seguro entre mujeres  
10:30 - 11:30h

TARDE

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

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

## “ACELEREMOS POR LA IGUALDAD”

EL FUTURO NO PUEDE ESPERAR.  
MADRID, 25 AÑOS DE POLÍTICAS DE IGUALDAD.



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

