

ESPACIO DE IGUALDAD NIEVES TORRES

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: 91 513 38 47

Correo electrónico: nievestorres5@madrid.es

Presencialmente: Calle Enrique Jardiel Poncela, 8 2º planta.

HORARIO DE ATENCIÓN

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

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 uso Smartphone
- Disponibilidad de aula
- Préstamo de libros
- Préstamo libre de tablets con conexión a internet
- Exposición Smartphoneras



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espaciodeigualdadnievestorres



SEMANA DEL 3 AL 7 DE MARZO 2025

**LUNES 3
MAÑANA**

Autocuidado a través del movimiento (M)

Grupo II 12:30 a 14:00h.

Tres veces al mes



Asesoría individual de smartphone (M)

13:00h a 14:00h.

Tres veces al mes



TARDE

Taller de customización textil (TP)

Con la finalidad de reutilizar nuestras prendas en desuso, crearemos desde cero distintas piezas a través del upcycling textil. Buscaremos la forma de optimizar una prenda a través de la reutilización de la misma. En el mes de marzo haremos un neceser. Tráete telas que ya no uses para este encuentro, así como hilo y aguja.

18:00 a 19:30h. Dos veces al mes



**MARTES 4
MAÑANA**

Te llevamos al huerto (TP)

11:15-13:15h

Dos veces al mes



TARDE

Lectoras conectadas (M)

Seguimos leyendo, seguimos conectadas. Cada mes elegimos una novela que leemos y que lidera una de las integrantes del grupo. La reina de las lavanderas de Carmen Gallardo, una novela histórica sobre la Reina Victoria que promovió la institución benéfica del asilo para las lavanderas.

17:00h-18:30h. Mensual

Coral por la igualdad coro de mujeres (M)

18:30 a 19:45h.

Tres veces al mes

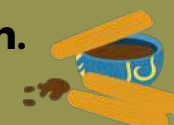


**MIÉRCOLES 5
MAÑANA**

Chocolatada sin prejuicios (TP)

Mediante este desayuno participativo queremos hacer una reflexión sobre los prejuicios que como población tenemos hacia las mujeres con discapacidad. Desde un enfoque de género y una mirada interseccional.

12:00 a 13:30h.



TARDE

Taller: Conoce tu Móvil (M)

Explora el manejo efectivo del móvil. Aprenderás a identificar elementos clave y a resolver problemas técnicos básicos. Al finalizar la formación serás capaz de personalizar el dispositivo según tus necesidades, reconociendo aplicaciones, herramientas y elementos de configuración.

17:00 a 19:30h.

Dos veces al mes



**JUEVES 6
MAÑANA**

Yoga con Paz (M)

Durante los meses de febrero y marzo vuelven los encuentros sanadores de Yoga con Paz. 2 horas para contactar con nuestro cuerpo y emociones en un espacio de cuidado y de atención plena. Ven con ropa cómoda y tráete una esterilla.

12:00 a 14:00h.

Dos veces al mes



TARDE

Inauguración de la exposición + visita guiada: 'Los secretos del corazón' de Anna Bonfill (TP)

Los secretos del corazón es una serie que explora el camino hacia la divinidad a través de la devoción, reflejando mi búsqueda personal de crecimiento espiritual. Obras de medio formato acompañadas de un poema.

18:30 a 19:30h.



**VIERNES 7
MAÑANA**

Fotografía los barrios de Chamartín (TP)

Continuamos con la cuarta sesión donde ya saldremos a las calles de cada barrio del distrito hasta cubrir los seis. En marzo continuamos paseando por el barrio de Hispanoamérica. Pensado para personas inquietas con ganas de observar el barrio y sus gentes.

El punto de encuentro se informará a las personas inscritas.

11:15 a 13:00h. Mensual



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



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

madrid.es/go/espaciodeigualdadnievestorres



SEMANA DEL 10 AL 14 DE MARZO 2025

LUNES 10
MAÑANA

Autocuidado a través del movimiento (M)

Grupo I 12:30 a 14:00h
Dos veces al mes



Asesoría individual de smartphone (M)

13:00h a 14:00h
Tres veces al mes



TARDE

Tardes de cine en el Nieves: María y los demás (TP)

Hablar de relaciones humanas sin poner el cuidado en el centro, nos hace correr el riesgo de que se conviertan en desigualitarias e injustas. En esta película, reflexionaremos sobre cómo se desarrolla nuestra cotidianidad desde los ojos de María. Su mirada nos hará ver que no siempre cuidamos a quiénes cuidan.

17:00 a 19:30h



MARTES 11
MAÑANA

Grupo terapéutico Alas para volar (M)

Ofrecemos este espacio terapéutico para reparar las heridas emocionales de la violencia machista y avanzar juntas en libertad, ligeras de equipaje.

10:30 a 12:30h Dos veces al mes

Te llevamos al huerto (TP)

11:15 a 13:15h Dos veces al mes



TARDE



Coral por la igualdad coro de mujeres (M)

18:30 a 19:45h

Tres veces al mes



MIÉRCOLES 12

TARDE

Taller: Conoce tu Móvil (M)

Explora el manejo efectivo del móvil. Aprenderás a identificar elementos clave y a resolver problemas técnicos básicos. Al finalizar la formación serás capaz de personalizar el dispositivo según tus necesidades, reconociendo aplicaciones, herramientas y elementos de configuración.

17:00 a 19:30h.

Dos veces al mes



JUEVES 13

TARDE

Taller de escritura: tienes mucho que escribir (M)

Encuentro quincenal de escritura creativa para mujeres con ganas de descubrir las historias que llevan dentro.

Con Maximme Petrowsky

18:00 a 19:30h

Quincenal



VIERNES 14
MAÑANA

Fiesta por la Igualdad 8 M (TP)

Celebración del 8M invitando a toda la población del espacio, así como a entidades comunitarias. Se trabajará mediante diferentes dinámicas cómo ha sido la evolución de la igualdad en los últimos años, la importancia de la misma y las políticas públicas que han contribuido a este progreso. Cerraremos la actividad con el Coro de mujeres del Nieves Torres para celebrar juntas estos avances.

12:00 a 14:00h.



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



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

madrid.es/go/espaciodeigualdadnievestorres



SEMANA DEL 17 AL 21 DE MARZO 2025

LUNES 17

MAÑANA

Autocuidado a través del movimiento (M)

Grupo II 12:30 a 14:00h

Tres veces al mes



TARDE

Taller de customización textil (TP)

Con la finalidad de reutilizar nuestras prendas en desuso, en este taller crearemos desde cero distintas piezas a través del upcycling textil.

Buscaremos la forma de optimizar una prenda a través de la reutilización de la misma. En el mes de marzo haremos un neceser. Tráete telas que ya no uses para este encuentro, así como hilo y aguja.

18:00 a 19:30h

Dos veces al mes



MARTES 18

TARDE



Coral por la igualdad coro de mujeres (M)

¿Te gusta cantar? ¿Quieres vivir la experiencia de participar en un coro? ¡Cantando también construimos igualdad!

18:30 a 19:45h

Tres veces al mes



MIÉRCOLES 19

“El nivel de civilización al que han llegado diversas sociedades humanas está en proporción a la independencia de la que gozan las mujeres”.

Flora Tristán



JUEVES 20

MAÑANA

Yoga con Paz (M)

Vuelven los encuentros sanadores de Yoga con Paz. 2 horas para contactar con nuestro cuerpo y emociones en un espacio de cuidado y de atención plena. Ven con ropa cómoda y tráete una esterilla.

12 a 14:00h

Dos veces al mes

TARDE



EnRADIAdas. El podcast en el barrio (TP)

"Si quieres tomar la palabra, si quieres escuchar y ser escuchada/o, eres bienvenida/o al podcast EnRADIAdas. Construimos juntas contenidos que queremos contar y compartir con perspectiva de género. Este mes grabamos el programa que tratará sobre la gordofobia. Contaremos como invitadas al colectivo bloke gorde".

17:45 a 19:45h



VIERNES 21

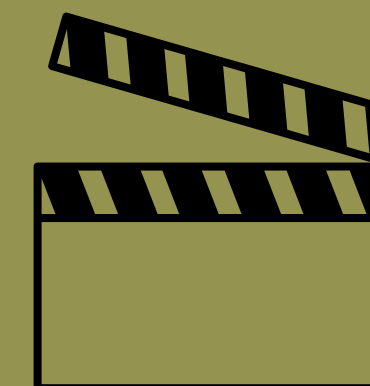
MAÑANA



Serieforum: Las Abogadas (TP)

Vuelve el formato quincenal de serieforum en el Nieves, esta vez para dar a conocer la vida, lucha por los derechos por la igualdad y la ilusión de una nueva etapa democrática de cuatro mujeres.

11:30 a 13:00h



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



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

madrid.es/go/espaciodeigualdadnievestorres



SEMANA DEL 24 AL 28 DE MARZO 2025

LUNES 24
MAÑANA

Colorful breakfast con el 8M
Hablar inglés nunca fue tan fácil
y divertido (TP)

10:15 a 11:30h Mensual



Autocuidado a través del
movimiento (M)

Grupo I 12:30 a 14:00h



Dos veces al mes

Asesoría individual de
smartphone (M)

13:00h a 14:00h



Tres veces al mes

TARDE

Vincul-Arte: Frasco de
primavera (M)

Espacio para fomentar la
creatividad y las conexiones
personales a través de las
manualidades. Se elaborará un
frasco, con mensajes para celebrar
la primavera. En colaboración con
Proyecto de Prevención de la
Soledad No Deseada - CMSc.
17:30 a 19:00h Mensual

MARTES 25
MAÑANA

¡Nos vamos al cine!
El caso Nevenka 24 años
después (M)

Nos vamos a la Academia de
Cine a ver la película de
Nevenka Fernández.

11:00 a 13:00h

TARDE

Charla de testamentos y
herencias (TP)

Colegio de Notarios/as de Madrid.
Espacio de Igualdad Elena Arnedo
(C/ Arregui y Aruej, 31).

Inscripciones:

elenaarnedo3@madrid.es

17:00 a 19:00h

En nuestros tacones (TP)

Actividad comunitaria con
ASPACE: os invitamos a conocer
de primera mano la vida de
mujeres con parálisis cerebral para
favorecer la empatía y romper
prejuicios y estereotipos.

18:30 a 19:30h

MIÉRCOLES 26
MAÑANA

Pinto flores para que así
no mueran (TP)

Con esta frase de Frida Kahlo
damos título a un nuevo
ciclo de talleres de carácter
mensual, en el que a través
de la obra de mujeres
artistas, abordaremos temas
vitales como las pérdidas y
los duelos. En colaboración
con el Proyecto de
Prevención del Duelo
Complicado Comunidades
Compasivas - CMSc
Chamberí y Tetuán.

10:30 a 12:30h
Mensual



JUEVES 27
MAÑANA

Tertulia con mi abogada
(TP)

Este mes junto a la abogada
analizaremos la Ley Orgánica
1/2004 dos décadas después y
reflexionaremos sobre los logros
alcanzados y los desafíos
pendientes ¡No te lo pierdas!

12:00 a 14:00h

TARDE

Taller de escritura: tienes
mucho que escribir
(M)

Encuentro quincenal de escritura
creativa para mujeres con ganas
de descubrir las historias que
llevan dentro.

Con Maximme Petrowsky.

18:00 a 19:30h

Quincenal



VIERNES 28
MAÑANA

"Presentación de la Obra
"Las madres"
(TP)

El grupo de teatro de mujeres
Las del 27 por el Día
Internacional de la Mujer
invita a esta acción teatral
que muestra la historia de
cuatro mujeres que no se
conocen pero inician juntas
un viaje de vacaciones en el
tren Orient Express. El
encuentro las lleva a
conversar sobre sus madres,
porque las mujeres siempre
hemos hecho historia.

12:30 a 14:00h



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



LUNES 31
MAÑANA

Autocuidado a través del movimiento (M)

Grupo II 12:30 a 14:00h
Tres veces al mes



Asesoría individual de smartphone (M)

13:00h a 14:00h
Tres veces al mes



Desayunos de actualidad (M)

Si quieres un rincón relajado con una buena conversación para hablar de temas de actualidad con perspectiva de género, este es tu lugar. Ven con temas que quieras compartir de actualidad y que tengas ganas de charlar en un espacio feminista.

12:00 a 13:30h



“En muchas ocasiones históricas, 'Anónimo' fue una mujer”

Virginia Woolf

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



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

madrid.es/go/espaciodeigualdadnievestorres

