

ESPAZIO DE IGUALDAD BERTA CÁCERES

PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 2025



MADRID



BERTA CÁCERES

red de
espacios de
igualdad

Espacio 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 "Stop Violencia Machista" en la Biblioteca José Hierro (Av. de Rafela Ybarra, 43)



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 NOVIEMBRE 2025



MADRID



red de
espacios de
igualdad

BERTA CÁCERES

LUNES 3

TENÍAMOS DOS
OPCIONES: ESTAR
CALLADAS Y
MORIR O HABLAR
Y MORIR.
DECIDIMOS
HABLAR

(Malala Yousafzai)

TARDE

Teatralizadas (M)

Grupo de Teatro. No necesita
experiencia previa.

17:00-19:00h. Quincenal

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



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

MARTES 4

MAÑANA

Biografías y confidencias: Jane Goodall (TP)

Este mes investigamos a la etóloga que revolucionó el conocimiento sobre los chimpancés y el ser humano, reconstruyendo su biografía desde una mirada de género

10:00-12:00h

TARDE

Primeros pasos para editar Wikipedia (M)

Tu labor ayudará a incrementar la presencia de mujeres en la enciclopedia. En colaboración con Wikisfera y la Biblioteca de San Fermín

17:00 a 19:00h

MIÉRCOLES 5

MAÑANA

Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura

10:00-11:30h Semanal

Compartiendo conocimientos entre amigas: inglés para el día a día (M)

11:30-13:30h Quincenal

TARDE

Movimiento y trabajo corporal. Equilibrando nuestro cuerpo (M)

Ejercicio en un espacio seguro para sentirnos libres

17:00-18:00h Quincenal

Relaxing Berta Grupo 2. Silencio interior (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

18:15-19:15h Quincenal

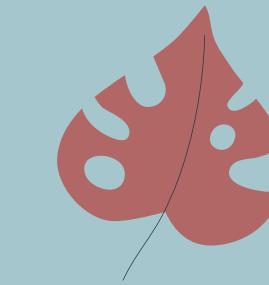
JUEVES 6

MAÑANA

Relaxing Berta Grupo 1. Silencio interior (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

10:00-11:00h Semanal



VIERNES 7

MAÑANA

Círculo de mujeres sabias. Primero yo: cuidando mi salud mental (M)

Espacio para compartir vivencias y sabidurías para mayores de 65 años

10:00-11:30h

Sesión de cine “Había una vez hace 40 años...” (TP)

Visionaremos un documental que rescata el arte ancestral de contar cuentos y destaca la importancia de las personas mayores en nuestra sociedad. Posteriormente, coloquio con su directora y guionista, Flavia Mertehikian.

En colaboración con Mice Madrid, Cines Embajadores y otros Espacios de Igualdad.

10:15-12:30h

SEMANA DEL 10 AL 14 DE NOVIEMBRE 2025



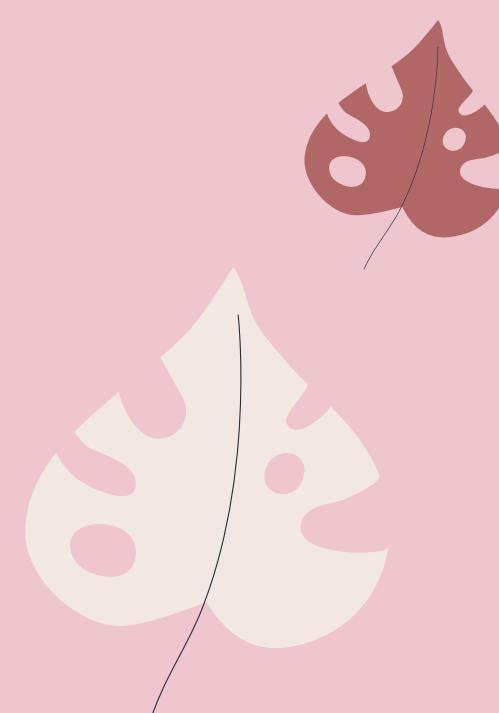
red de
espacios de
igualdad



BERTA CÁCERES

LUNES 10

FESTIVO



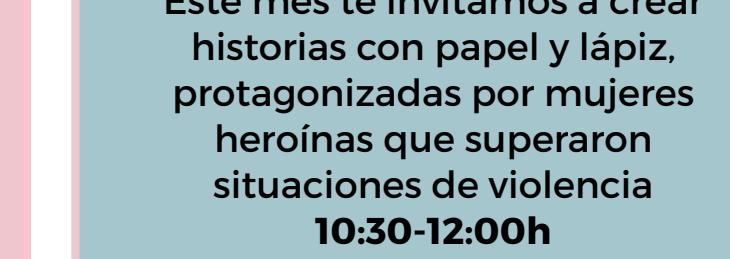
MARTES 11

MAÑANA

Escritura creativa. Superheroínas (M)

Este mes te invitamos a crear historias con papel y lápiz, protagonizadas por mujeres heroínas que superaron situaciones de violencia

10:30-12:00h



MIÉRCOLES 12

MAÑANA

Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura

10:00-11:30h Semanal

Lideresas (M)

Grupo para impulsar el empoderamiento y el liderazgo

11:30-13:30h

TARDE

Tejedoras de palabras (M)

Grupo para resignificar el ganchillo y tejer con perspectiva feminista

17:00-18:30h

JUEVES 13

MAÑANA

Relaxing Berta Grupo 1. Silencio interior (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

10:00-11:00h Semanal

TARDE

Cuerpo, música y expresión (M)

Exploraremos diferentes formas de movernos y expresarnos en un espacio libre y de confianza

17:00-18:30h Quincenal

VIERNES 14

MAÑANA

Tejiendo red contra la violencia de género (TP)

Desde "Tejedoras de Palabras" nos acercaremos a otros colectivos y entidades del distrito para tejer en red y compartir saberes, elaborando pulseras que llevaremos a la Marcha "Usera Libre de Violencia Machista" en conmemoración del 25N

10:00-13:00h

TARDE

Hablemos de cine (TP)

Debatiremos sobre películas cuestionando los mandatos y estereotipos de género

16:30-19:00h

(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

madrid.es/go/espaciodeigualdadbertacaceres



SEMANA DEL 17 AL 21 DE NOVIEMBRE 2025



MADRID

red de
espacios de
igualdad

Espacio de Igualdad

BERTA CÁCERES

LUNES 17

MAÑANA

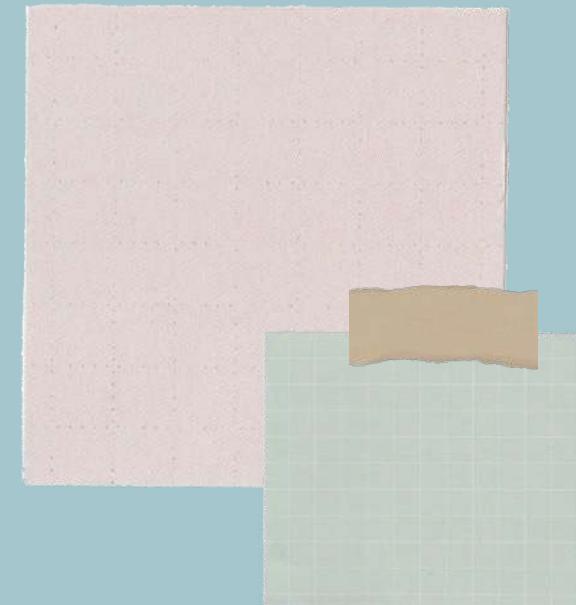
Co-laboratorio de empoderamiento laboral (M)
Uso de las TIC para el empleo y espacio de búsqueda colaborativa
10:00-12:00h

Café jurídico. (M)
Este espacio, junto a la abogada del Espacio de Igualdad, te brindará herramientas prácticas para resolver situaciones cotidianas como publicidad engañosa, contratos, reclamaciones y más
11:00-13:00h

TARDE

Teatralizadas (M)
Grupo de Teatro. No necesita experiencia previa
17:00-19:00h. Quincenal

MARTES 18



TARDE

Grupo terapéutico. Resurgiendo (M)
Grupo de autoestima y crecimiento personal. Crearemos conciencia de nuestras capacidades para promover cambios y ser protagonistas de nuestra propia vida
17:00-19:00h

MIÉRCOLES 19

MAÑANA

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

Visita al Vivero de Empresas de Villaverde (M)

Con motivo del Día de la Mujer Emprendedora visitaremos el Vivero para conocer sus servicios y cómo acceder a ellos
10:00-12:00h

Compartiendo conocimientos entre amigas: inglés para el día a día (M)

11:30-13:30h Quincenal

TARDE

Movimiento y trabajo corporal. Equilibrando nuestro cuerpo (M)
Ejercicio en un espacio seguro para sentirnos libres

17:00-18:00h Quincenal

Relaxing Berta Grupo 2. Silencio interior (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro
18:15-19:15h Quincenal

JUEVES 20

MAÑANA

Jornada de formación a profesionales VG (TP)
Con motivo del 25N, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, realizaremos una jornada formativa para profesionales de la intervención social, centrada en la incorporación de la perspectiva de género y la prevención y actuación frente a la violencia machista
10:00-14:00h

Dinamización de la exposición “Stop Violencia Machista” en la BP José Hierro (TP)

Se realizará una visita a la exposición explicando el contenido de la misma y el proceso de reflexión y desarrollo realizado por las creadoras
11:00-13:00h

VIERNES 21

MAÑANA

Jornada de formación a profesionales VG (TP)
Con motivo del 25N, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, realizaremos una jornada formativa para profesionales de la intervención social, centrada en la incorporación de la perspectiva de género y la prevención y actuación frente a la violencia machista
10:00-14:00h

Reporteras Sabias y Cañeras (TP)

Reflexionaremos sobre la desigualdad presente en nuestro distrito, especialmente en cuanto al uso y ocupación del territorio. Para ello, saldremos a recorrer el barrio, conoceremos distintos recursos y nos apropiaremos activamente de sus espacios públicos
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 24 AL 28 DE NOVIEMBRE 2025



MADRID



red de
espacios de
igualdad

BERTA CÁCERES

LUNES 24

MAÑANA

Lecturas Repletas de Sabiduría. (M)

Te proponemos descubrir nuevas lecturas, compartir reflexiones o hacer tus propuestas de libros. Espacio en el que mejorar tu comprensión lectora en un entorno seguro

10:00-11:00h

Recorriendo las manifestaciones de violencia machista. (TP)

Encuentro comunitario en el Centro Cultural de Orcasitas en el que reflexionaremos sobre diferentes formas de violencia hacia las mujeres. Actividad organizada por la Mesa de Género de Usera

10:00-13:00h

TARDE

Autodefensa Emocional (M)

Espacio seguro y soroño donde aprenderemos a identificar situaciones de violencia y conoceremos estrategias de autodefensa feminista, trabajando aspectos emocionales, practicando el buen trato y creciendo juntas

17:00-19:00h

MARTES 25

MAÑANA

Tejiendo red contra la violencia de género (TP)

Desde "Tejedoras de Palabras" nos acercaremos a otros colectivos y entidades del distrito para tejer en red y compartir saberes, elaborando pulseras que llevaremos a la Marcha "Usera Libre de Violencia Machista" en conmemoración del 25N

10:00-13:00h

TARDE

Marcha "Usera libre de violencia machista"

Con motivo del Día Internacional para la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, marcharemos por las calles del distrito para visibilizar y denunciar la violencia de género este 2025

17:30h-Canchas deportivas C/ Evangelios

MIÉRCOLES 26

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)

Recuperamos las sabidurías de las mujeres mayores abriendo un canal de consultas para que ellas nos comparten sus respuestas

11:30-13:30h



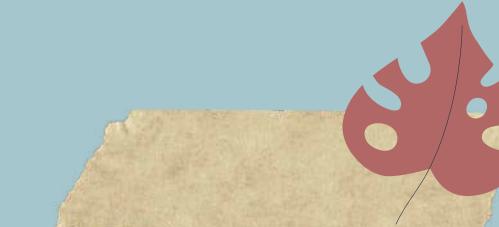
JUEVES 27

MAÑANA

Relaxing Berta Grupo 1. Silencio interior (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

10:00-11:00h Semanal



TARDE

Cuerpo, música y expresión (M)

Exploraremos diferentes formas de movernos y expresarnos en un espacio libre y de confianza

17:00-18:30h Quincenal

VIERNES 28

MAÑANA

Investigadoras de la actualidad (M)

Espacio de análisis de noticias, RRSS y publicidad donde descubrir la violencia hacia las mujeres que se normaliza en los medios de comunicación

10:00-12:00h

Observatorio de género de Usera. Encuentro (TP)

Presentación comunitaria del proceso seguido por el Observatorio

10:00-14:00h

TARDE

Hablemos de cine (TP)

Debatiremos sobre películas cuestionando los mandatos y estereotipos 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

17:30-19:30h

(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

