

# ESPACIO DE IGUALDAD DULCE CHACÓN

## PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 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: 91 005 99 03 - 624 22 71 66

Correo electrónico: dulcechacon6@madrid.es

Presencialmente: Calle de Tordegrillos 32 (Metro Villaverde Alto o Renfe Villaverde Alto)

### HORARIO DE ATENCIÓN

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



### ESPACIO DE RECREO INFANTIL

¡Ofrecemos un nuevo espacio de recreo para tus peques de 4 a 12 años!

Podrán divertirse mientras acudes a tus citas o participas en las actividades grupales del centro por las tardes.

**De 16:00 a 20:00 horas**

Puedes solicitar el servicio en persona, por teléfono o vía mail



### CESIÓN DE SALAS



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/espaciodeigualdaddulcechacon](https://madrid.es/go/espaciodeigualdaddulcechacon)



# SEMANA DEL 3 AL 7 DE NOVIEMBRE 2025



## LUNES 3 MAÑANA

### Gimnasia mental (M)

10:30 - 12:00h Semanal

### Moviendo el esqueleto (M)

12:30 - 13:30h Semanal

## TARDE

### Taller de Fotografía (TP)

16:30 - 18:00h Semanal

### Creatividad sin cadenas: Mural conmemorativo 25N (M)

Reconecta con tu sentir, tu cuerpo y tu voz en el mural colaborativo, conmemorando el Día internacional de la Eliminación de la Violencia Contra la Mujer. En colaboración con el Edificio Socio Cultural Marta Escudero Díaz Tejeiro

18:00 - 19:30h

## MARTES 4 MAÑANA

### Zentangle (M)

En este taller exploraremos juntas en nuestro bienestar y búsqueda de calma a través de la técnica del Zentangle, y sus múltiples beneficios.

10:30 - 12:00h Semanal

### Acercamiento a la Comunidad Sorda y a la Lengua de Signos Española (TP)

12:00 - 13:30h Semanal

## TARDE

### Relajación y estiramientos (M)

16:30 - 18:00h Semanal

### Tejedulces - Tardes entre hilos (M)

Aprendemos a bordar juntas. ¡Con cada puntada, tejemos redes de apoyo y creamos juntas un proyecto feminista!

18:00 - 19:30h Semanal

## MIÉRCOLES 5 MAÑANA

### Paseos entre Mujeres (M)

10:30 - 12:00h Semanal

### Grupo terapéutico (M)

Te invitamos a participar de un espacio seguro y de confianza, donde junto a otras mujeres recorreremos un camino de autoconocimiento y crecimiento personal, en el que iremos fortaleciendo lazos en tu entorno y en otros aspectos que vayan surgiendo en tu caminar. SE REQUIERE PREVIA VALORACIÓN CON LA PSICÓLOGA

10:30 - 12:00h Semanal

## TARDE

### Yoga (M)

16:30 - 17:30h Semanal

### Taller de uso de teléfonos móviles (M)

18:00 - 19:30h Semanal

## JUEVES 6 MAÑANA

### Paseos por Villaverde (TP)

Te invitamos a retomar nuestros paseos por el Parque de Plata y Castañar. Un espacio para sentirnos bien y reflexionar sobre distintas cuestiones que nos inquietan disfrutando de la naturaleza de nuestro barrio.

10:30 - 12:00h Semanal

### Bienestar emocional (M)

Un espacio seguro para recorrer juntas el camino del autoconocimiento, compartiendo vivencias y reflexionando sobre nuestras experiencias y circunstancias.

12:15 - 13:30h Semanal

## TARDE

### Por amor al arte (M)

Grupo artístico en donde expresarnos a través de la pintura y las manualidades.

16:30 - 18:00h Semanal

## VIERNES 7 MAÑANA

### Reverdeciendo el Espacio de Igualdad (TP)

Desde la UDC, junto con el Espacio de Igualdad Dulce Chacón, queremos darle un nuevo aire a este espacio creando un jardín que poder disfrutar por todas las personas que pasen por aquí. Participa creando un jardín para el centro.

10:30 - 12:00h Semanal

(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/espaciodeigualdaddulcechacon](https://madrid.es/go/espaciodeigualdaddulcechacon)



# SEMANA DEL 10 AL 14 DE NOVIEMBRE 2025

## LUNES 10 FESTIVO

## MARTES 11 MAÑANA

### Zentangle (M)

En este taller exploraremos juntas en nuestro bienestar y búsqueda de calma a través de la técnica del Zentangle, y sus múltiples beneficios.

**10:30 - 12:00h Semanal**

### Acercamiento a la Comunidad Sorda y a la Lengua de Signos Española (TP)

**12:00 - 13:30h Semanal**

## TARDE

### Relajación y estiramientos (M)

**16:30 - 18:00h Semanal**

### Tejedulces - Tardes entre hilos (M)

Aprendemos a bordar juntas. ¡Con cada puntada, tejemos redes de apoyo y creamos juntas un proyecto feminista!

**18:00 - 19:30h Semanal**

## MIÉRCOLES 12 MAÑANA

### Paseos entre Mujeres (M)

**10:30 - 12:00h Semanal**

### Grupo terapéutico (M)

**10:30 - 12:00h Semanal**

## TARDE

### Yoga (M)

**16:30 - 17:30h Semanal**

### Taller de uso de teléfonos móviles (M)

Las nuevas tecnologías forman parte de nuestro cotidiano. Trabajaremos los conocimientos básicos del uso y manejo del móvil para aprender todo lo que podemos hacer con él para convertirnos en expertas y sentirnos seguras en su uso.

**18:00 - 19:30h Semanal**

## JUEVES 13 MAÑANA

### Paseos por Villaverde (TP)

**10:30 - 12:00h Semanal**

### Bienestar emocional (M)

**12:15 - 13:30h Semanal**

## TARDE

### Por amor al arte (M)

**16:30 - 18:00h Semanal**

### Jurijueves Especial 25N (TP)

En esta ocasión, realizaremos una sesión especial por el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia Contra las Mujeres, en la que repasaremos ciertos casos judiciales relevantes a lo largo de los años en los que ha estado involucrada la violencia de género

**18:00 - 19:30h Quincenal**

## VIERNES 14 MAÑANA

### Reverdeciendo el Espacio de Igualdad (TP)

Desde la UDC, junto con el Espacio de Igualdad Dulce Chacón, queremos darle un nuevo aire a este espacio creando un jardín que poder disfrutar por todas las personas que pasen por aquí. Participa creando un jardín para el centro.

**10:30 - 12:00h Semanal**



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/espaciodeigualdaddulcechacon](https://madrid.es/go/espaciodeigualdaddulcechacon)





# SEMANA DEL 17 AL 21 DE NOVIEMBRE 2025

## LUNES 17

MAÑANA

**Gimnasia mental (M)**

10:30 - 12:00h Semanal

**Moviendo el esqueleto (M)**

12:30 - 13:30h Semanal

TARDE

**Taller de Fotografía (TP)**

16:30 - 18:00h Semanal

**Creatividad sin cadenas:  
Mural conmemorativo 25N (M)**

Reconecta con tu sentir, tu cuerpo y tu voz en el mural colaborativo, conmemorando el Día internacional de la Eliminación de la Violencia Contra la Mujer. En colaboración con el Edificio Socio Cultural Marta Escudero Díaz Tejeiro

18:00 - 19:30h

## MARTES 18

MAÑANA

**Diario de autodefensa emocional a través del zentangle (M)**

En esta sesión te invitamos a crear un diario de autodefensa emocional a través de la técnica del zentangle en la que trabajaremos para la prevención de situación de violencia de género que vivimos las mujeres en el día a día.

10:30 - 12:00h Semanal

**Acercamiento a la Comunidad Sorda y a la Lengua de Signos Española (TP)**

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE

**Relajación y estiramientos (M)**

16:30 - 18:00 Semanal

**Tejedulces - Hilos que tejen redes de esperanza y libertad (M)**

18:00 - 19:30h Semanal

## MIÉRCOLES 19

MAÑANA

**Paseos entre Mujeres (M)**

10:30 - 12:00h Semanal

**Grupo terapéutico (M)**

10:30 - 12:00h Semanal

TARDE

**Yoga (M)**

Queremos dedicarte este espacio de autocuidado y autoconocimiento a través de la práctica del Yoga por sus innumerables beneficios a nivel físico y emocional.

16:30 - 17:30h Semanal

**Taller de uso de teléfonos móviles (M)**

Trabajaremos los conocimientos básicos del uso y manejo del móvil para aprender todo lo que podemos hacer con él.

18:00 - 19:30h Semanal

## JUEVES 20

MAÑANA

**Jornadas 25N: Reaprendiendo y reconstruyendo juntas (TP)**

**Sesión 1: Ciclo de la violencia**

Aprenderemos las fases del ciclo de la violencia y a reconocer las señales.

10:30 - 11:30h

**Sesión 2: Detección y prevención de la violencia**

Cómo identificar situaciones de violencia, qué hacer ante ellas y qué recursos jurídicos existen.

11:30 - 12:30h

**Sesión 3: Mural colectivo y cartas entre mujeres**

12:30 - 13:30h

TARDE

**Por amor al arte (M)**

16:30 - 18:00h Semanal

**Jurijueves (TP)**

18:00 - 19:30h Quincenal

## VIERNES 21

MAÑANA

**Coloquio antirracista (TP)**

Te invitamos a participar de este coloquio antirracista de la mano de Youssef M. Ouled organizado por la Mesa Comunitaria de Villaverde Alto-Marconi

11:00 - 14:00h

(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/espaciodeigualdaddulcechacon](https://madrid.es/go/espaciodeigualdaddulcechacon)



# SEMANA DEL 24 AL 28 DE NOVIEMBRE 2025

## LUNES 24

MAÑANA

### Gimnasia mental (M)

10:30 - 12:00h Semanal

### Moviendo el esqueleto (M)

12:30 - 13:30h Semanal

TARDE

### Miradas que Resisten (TP)

Acto simbólico por las mujeres asesinadas este año. En Plaza Mayor de Villaverde

16:30 - 18:00h Semanal

### Creatividad sin cadenas: Mural conmemorativo 25N (M)

Reconecta con tu sentir, tu cuerpo y tu voz en el mural colaborativo, conmemorando el Día internacional de la Eliminación de la Violencia Contra la Mujer. En colaboración con el Edificio Socio Cultural Marta Escudero Díaz Tejeiro

18:00 - 19:30h

## MARTES 25

MAÑANA

### Acto 25N Plantaforma en género (TP)

El grupo comunitario Plantaforma en Género de Villaverde conmemora el 25N en las calles del distrito. Un acto dirigido a toda la población para sensibilizar y concienciar acerca de las violencias que viven las mujeres. En la Plaza los Pinazos de San Cristóbal.

11:00 - 14:00h

### Violencia de Género y recursos para la Comunidad Sorda (TP)

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE

### Resistir a través del autocuidado: Relajación y estiramientos (M)

16:30 - 18:00 Semanal

### Villaverde grita Alto contra la Violencia de Género (TP)

Acto simbólico por las mujeres asesinadas este año. En Plaza Mayor de Villaverde

19:30 - 20:30 Semanal

## MIÉRCOLES 26

MAÑANA

### Grupo terapéutico (M)

10:30 - 12:00h Semanal

### Jornadas 25N para profesionales (TP)

**Sesión 1:** Red de recursos contra la violencia de género

10:30 - 11:30h

**Sesión 2:** Tipos de violencia: más allá de lo visible

11:30 - 12:30h

**Sesión 3:** Derechos y recursos legales

12:30 - 13:30h

TARDE

### Yoga (M)

16:30 - 17:30h Semanal

### Taller de autodefensa digital móvil (M)

18:00 - 19:30h Semanal

## JUEVES 27

MAÑANA

### Paseando juntas por el 25N (TP)

10:30 - 12:00h Semanal

### Bienestar emocional: Juntas frente a la violencia de género (M)

En el contexto del 25N, creamos este espacio seguro para compartir experiencias, sanar y reconocernos como mujeres que resisten. Desde la escucha y el apoyo mutuo, fortaleceremos nuestro bienestar emocional y reafirmaremos el poder del autocuidado como acto de libertad.

12:30 - 13:30h Semanal

TARDE

### Pinceladas contra la violencia (M)

18:00 - 19:30h Semanal

## VIERNES 28

(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/espaciodeigualdaddulcechacon](https://madrid.es/go/espaciodeigualdaddulcechacon)

