

ESPAZIO DE IGUALDAD MARÍA DE MAEZTU

PROGRAMACIÓN FEBRERO 2026



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: 91 022 82 56

Correo electrónico: mariademaeztu6@madrid.es

Dirección: Auditorio Cerro Almodóvar, Calle Marcelino Castillo 29.

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00h. 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 (niños/as entre 4 y 12 años) mientras te atendemos en el centro. Necesaria solicitud previa.**

➤ Biblioteca de libre intercambio
➤ Disponibilidad de portátil y wifi

➤ Disponibilidad de aula

Mapa de Redes Sororas.

➤ Herramienta comunitaria para identificar entidades aliadas en el camino hacia la igualdad.

➤ Servicio de acompañamiento individualizado para fomentar la salud financiera

➤ Servicio de asesoramiento y formación a profesionales

SEMANA DEL 2 AL 6 DE FEBRERO 2026



red de
espacios de
igualdad

LUNES 2

MAÑANA

Usa la inteligencia artificial para la búsqueda de empleo (M)
10:30-13:30h

Gestiona tu economía a través de las herramientas digitales (M)
12:30-14:00h Semanal

TARDE

Bienestar emocional (M)
16:30-18:00h Semanal

Grupo de hombres por la igualdad (H) Nos encontramos para cuestionar y repensar otra manera de vivir en sociedad desde el buen trato y las relaciones igualitarias.
18:00 a 19:30h

MARTES 3



TARDE

Meditación para reconectar juntas (M)
Un espacio grupal para escuchar nuestros cuerpos y emociones, cuidarnos y disfrutar de la pausa.
18:00 a 19:00h Semanal

MIÉRCOLES 4

MAÑANA

Arteterapia: creando desde la libertad (M)

Iniciamos un proceso para acercarnos a nuestras emociones a través de diferentes técnicas artísticas y corporales.

11:00 a 12:30h Semanal

TARDE

Café entre nosotras: charlamos de lo que nos importa (M)

Encuentro informal en el que compartir propuestas o preocupaciones y pensar juntas cómo seguir avanzando hacia la igualdad.

16:30-17:30h Semanal

Danza entre mujeres (M)
17:30-19:30h Semanal

JUEVES 5

MAÑANA

Autocuidado a través del movimiento (M)

Un espacio personal y compartido donde parar para estar mejor en el día a día a través de nuestros cuerpos. ¿Te mueve(s)?

10:30 a 12:00h Semanal

Reunión Red Feminista de Latina (TP)

Construye con la vecindad y personal técnico del distrito un lugar más igualitario y libres de violencia machista.

11:30 a 13:00h Mensual

VIERNES 6

MAÑANA

¿Quiénes son las mujeres del mural? (TP)

¿Te has preguntado cuál es la historia de las mujeres del mural? ¿Quiénes fueron? ¿Qué contribuciones hicieron a la historia de los derechos de las mujeres? Vente y descúbrelo.

11:00 a 12:30h

TARDE

Yoga entre mujeres: un lugar sensible a las emociones (M)

Explora tu propia libertad de elegir desde el autocuidado

17:00-18:30h Quincenal

(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/espaciodeigualdadmariademaeztu



SEMANA DEL 9 AL 13 DE FEBRERO 2026



red de
espacios de
igualdad

LUNES 9

MAÑANA

Usa la inteligencia artificial para la búsqueda de empleo (M)
10:30-12:30h

Gestiona tu economía a través de las herramientas digitales (M) **12:30-14:00h Semanal**

TARDE

Bienestar emocional (M)
16:30-18:00h Semanal

Cinefórum “Dirigido por mujeres” (TP)

Visionaremos cortometrajes y documentales feministas dirigidos por mujeres en torno a temas de actualidad.
En colaboración con la Plataforma Cultural By Women, impulsora del festival Directed by Women Spain.
18:00-19:30h

MARTES 10

MAÑANA

Carpa de Mapeando por la salud sexual (TP)

Desde Mapeando Latina, nos sumamos a la carpa comunitaria donde realizaremos diferentes actividades para concienciar a los y las vecinas sobre Salud Sexual

10:00 A 13:00h Mensual

TARDE

Meditación para reconectar juntas (M)

Un espacio grupal para escuchar nuestros cuerpos y emociones, cuidarnos y disfrutar de la pausa.

18:00 a 19:00h Semanal

MIÉRCOLES 11

MAÑANA

Arteterapia: creando desde la libertad (M)

Iniciamos un proceso para acercarnos a nuestras emociones a través de diferentes técnicas artísticas y corporales.

11:00 a 12:30h Semanal

TARDE

Café entre nosotras: charlamos de lo que nos importa (M)

Encuentro informal en el que compartir propuestas o preocupaciones y pensar juntas cómo seguir avanzando hacia la igualdad.

16:30-17:30h Semanal

Danza entre mujeres (M)

17:30-19:30h Semanal

JUEVES 12

MAÑANA

Autocuidado a través del movimiento (M)

Un espacio personal y compartido donde parar para estar mejor en el día a día a través de nuestros cuerpos. ¿Te mueve(s)?

10:30 a 12:00h Semanal

Empoderarnos: detecta las relaciones tóxicas (M)

12:00 a 13:30h Mensual

TARDE

Mujeres conectadas: taller de informática básica (M):

Aprendemos conocimientos básicos para el manejo del ordenador.

16:30 a 18:00h Quincenal

VIERNES 13

MAÑANA

Cinefórum “Dirigido por mujeres” (TP)

Visionaremos cortometrajes y documentales feministas dirigidos por mujeres en torno a temas de actualidad.

En colaboración con la Plataforma Cultural By Women, impulsora del festival Directed by Women Spain. .
11:00-13:00h

TARDE

Yoga entre mujeres: un lugar sensible a las emociones (M)

Explora tu propia libertad de elegir desde el autocuidado

17:00-18:30h Quincenal

(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/espaciodeigualdadmariademaeztu



SEMANA DEL 16 AL 20 DE FEBRERO 2026



red de
espacios de
igualdad

LUNES 16

MAÑANA

Búsqueda de empleo entre mujeres (M) Nos apoyamos con el aula de informática para mejorar nuestras oportunidades laborales y cuidarnos emocionalmente en el proceso.

10:30-12:30h

Gestiona tu economía a través de las herramientas digitales (M)

12:30-14:00h Semanal

TARDE

Bienestar emocional (M)

16:30-18:00h Semanal

Grupo de hombres por la igualdad (H)

18:00 a 19:30h

MARTES 17

MAÑANA

Mujeres tejiendo red (M)

Un espacio seguro de encuentro, diálogo y apoyo mutuo entre mujeres árabes.

10:30-12:00h Mensual

Comisión violencia de género y salud mental (P)

Grupo de profesionales de diferentes recursos de la Red de Salud Mental del distrito Latina, para fomentar la incorporación de la perspectiva de género y brindar herramientas para prevenir y detectar la violencia machista a

10:30-12:00h Mensual

TARDE

Meditación para reconectar juntas (M)

18:00 a 19:00h Semanal

MIÉRCOLES 18

MAÑANA

Arteterapia: creando desde la libertad (M)

Iniciamos un proceso para acercarnos a nuestras emociones a través de diferentes técnicas artísticas y corporales.

11:00 a 12:30h Semanal

TARDE

Café entre nosotras: charlamos de lo que nos importa (M)

Encuentro informal en el que compartir propuestas o preocupaciones y pensar juntas cómo seguir avanzando hacia la igualdad.

16:30-17:30h Semanal

Danza entre mujeres (M)

17:30-19:30h Semanal

JUEVES 19

MAÑANA

Autocuidado a través del movimiento (M)

10:30 a 12:00h Semanal

Desayuna con tu abogada (M):

Únete a nuestros desayunos mensuales para conocer y conversar sobre temas legales actuales

10:30 a 12:00h: Mensual

TARDE

Meriendas temáticas: reflexionando juntas (TP)

Un encuentro mensual para compartir una merienda y conversar sobre un tema concreto desde una perspectiva feminista y respetuosa

18:00 a 19:30h Mensual

VIERNES 20

MAÑANA

Hombres, género y salud mental (H)

Encuentro entre hombres para impulsar la igualdad en nosotros y nuestro entorno.

11:00-13h Mensual

iNos vamos de Museo! Vente al Reina Sofia con gafas violetas (TP)

Visita guiada a la exposición de Maruja Mallo

12:00 a 14:00h

TARDE

Cuidamos nuestra autoestima (M) Ponemos una mirada empoderante, emancipadora y respetuosa hacia nosotras para nutrir nuestro amor propio.

17:00 a 18:30h

(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/espaciodeigualdadmariademaeztu



SEMANA DEL 23 AL 27 DE FEBRERO 2026



red de
espacios de
igualdad

LUNES 23

MAÑANA

Búsqueda de empleo entre mujeres (M) Nos apoyamos con el aula de informática para mejorar nuestras oportunidades laborales y cuidarnos emocionalmente en el proceso.

10:30-12:30h

Gestiona tu economía a través de las herramientas digitales (M)

12:30-14:00h Semanal

TARDE

Bienestar emocional (M)

16:30-18:00h Semanal

MARTES 24

MAÑANA

Centros de salud como agentes de cambio (P)

Encuentro formativo entre profesionales de los Centros de Salud del distrito Latina para poner en común la intervención desde el Espacio de Igualdad en prevención y detección de la violencia machista.

14:00 A 15:00h Mensual

TARDE

Meditación para reconectar juntas (M)

Un espacio grupal para escuchar nuestros cuerpos y emociones, cuidarnos y disfrutar de la pausa.

18:00 a 19:00h Semanal

MIÉRCOLES 25

MAÑANA

Arteterapia: creando desde la libertad (M)

Iniciamos un proceso para acercarnos a nuestras emociones a través de diferentes técnicas artísticas y corporales.

11:00 a 12:30h Semanal

TARDE

¿Cómo educar en igualdad? (TP)

Necesitamos que la igualdad empiece desde las familias, pero ¿cómo lo hacemos? Aprendemos herramientas de coeducación y compartimos experiencias desde una perspectiva de género.

17:00 a 18:30h

JUEVES 26

MAÑANA

Autocuidado a través del movimiento (M)

10:30 a 12:00h Semanal

Cuidamos nuestra salud (M)

Hablamos de salud con perspectiva de género en colaboración con Médicos del Mundo.

12:00 a 13:30h Mensual

TARDE

Mujeres conectadas: taller de informática básica (M):

Aprendemos conocimientos básicos para el manejo del ordenador.

16:30 a 18:00h Quincenal

TARDE

VIERNES 27

MAÑANA

Café entre lecturas (M)

Una mañana de encuentro en torno a la lectura y conversación sobre algunos textos feministas de diferentes autoras.

11:00-12:30H Mensual

TARDE

Cuidamos nuestra autoestima (M)

Ponemos una mirada empoderante, emancipadora y respetuosa hacia nosotras para nutrir nuestro amor propio.

17:00 a 18:30h

(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/espaciodeigualdadmariademaeztu

