

# ESPACIO DE IGUALDAD CLARA CAMPOAMOR

## PROGRAMACIÓN MAYO 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: 91 710 97 13

Correo electrónico: [caimujercc@madrid.es](mailto:caimujercc@madrid.es)

Presencialmente: calle María Martínez Oviol, 12, 2ª (Metro Villaverde Bajo-Cruce).

### 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:

- Biblioteca Clara Campoamor
- Disponibilidad de aula
- Formación a profesionales

“Un espacio para mí y mis aficiones más íntimas y boicoteadas por el entorno de toda la vida. Conocimiento y crecimiento personal. Seguridad en mí misma, más confianza en mis capacidades y en mi evolución y mi creatividad. Riqueza de relaciones. Descubrir que los grupos intergeneracionales son riquísimos. Descubrir mi papel en el grupo y mi liderazgo particular y qué modelos no me gustan y con los que me aprendo a relacionar desde el respeto y la aceptación. Conocer mujeres maravillosas con las que jamás hubiera coincidido por diferencias de edad y circunstancias.”

**Mujer participante de la Red de Espacios de Igualdad**

# SEMANA DEL 4 AL 8 DE MAYO 2026

## LUNES 4 MAÑANA

### Lunes de empleo. Espacio digital (M):

Un espacio digitalizado donde buscar empleo con el apoyo de una orientadora laboral. Podrás utilizar un ordenador de forma individual. La orientadora estará disponible para acompañarte, resolver tus preguntas y guiarte en cada fase.  
10:30-12:30h Semanal



## MARTES 5



## TARDE

### Teatro (M):

Aprenderemos técnicas teatrales para pasárnoslo bien. Escribiremos textos y pondremos en escena historias que no reproduzcan los roles y estereotipos machistas; donde las mujeres sean las protagonistas. Y denunciaremos el machismo.  
17:00-19:00h Semanal

## MIÉRCOLES 6 MAÑANA

### Camino del empoderamiento. Búsqueda de empleo (M):

Colaboramos con las Siervas de San José de Villaverde en su taller Nazaret para mujeres en riesgo de exclusión social, trabajando herramientas para la autoestima y la comunicación, así como para la búsqueda de empleo, las herramientas tecnológicas y los derechos laborales. Este mes abordaremos las competencias digitales, recursos tecnológicos para la búsqueda de empleo y mejora de la empleabilidad.  
10:30-12:00h Semanal



## JUEVES 7 MAÑANA

### Autoestima y género (I): construcción y bases (M):

En este taller aprenderás autoconocimiento, autoaceptación, a defenderte, a asumir responsabilidades y la importancia de tomar decisiones. Practicaremos el refuerzo personal para aumentar la calidad de vida.  
10:30-12:30h Semanal

## TARDE

### Ruta urbana Las Sinsombrero (TP):

Ruta por el centro de Madrid en conmemoración del centenario del Lyceum Club y en recuerdo de las mujeres que formaron parte de la generación del 27. Escritoras, pintoras, escultoras, artistas que brillaron con luz propia cuyas vidas y nombres tienen que ser recordados.  
17:00-19:00h

## VIERNES 8 MAÑANA

### Tejeclaras: grupo de ganchillo (M):

Nos juntamos para aprender a tejer, a veces proyectos propios, otras proyectos solidarios y otras para llenar el barrio con nuestros colores.  
10:30-12:30h Semanal

## TARDE

### Club de lectura (TP):

Encuentro mensual del club de lectura, en el que comentaremos el libro elegido el mes anterior, hablaremos de la autora y sus obras, y aprenderemos las unas de las otras.  
17:30-19:30h Mensual

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

# SEMANA DEL 11 AL 15 DE MAYO 2026

LUNES 11

MAÑANA

Lunes de empleo. Espacio digital (M):

10:30-12:30h Semanal

TARDE

IIº Mural Colaborativo IES El Espinillo (TP):

Cerramos el proceso colaborativo para diseñar un nuevo mural en el barrio, pintando el muro del IES El Espinillo.

16:00-19:00h

Carmen Martín Gaité. Un paradigma de mujer de letras (TP):

Visita guiada que muestra los hitos de su trayectoria vital e intelectual y su legado cultural.

16:45-18:45h

MARTES 12

TARDE

IIº Mural Colaborativo IES El Espinillo (TP):

Cerramos el proceso colaborativo para diseñar un nuevo mural en el barrio, pintando el muro del IES El Espinillo.

16:00-19:00h

Teatro (M):

Aprenderemos técnicas teatrales para pasárnoslo bien. Escribiremos textos y pondremos en escena historias que no reproduzcan los roles y estereotipos machistas; donde las mujeres sean las protagonistas. Y denunciaremos el machismo.

17:00-19:00h Semanal

MIÉRCOLES 13

MAÑANA

Conecta con tu naturaleza.

Taller de arteterapia al aire libre (M):

Nos dejaremos inspirar por los biorritmos y elementos de la naturaleza, para mejorar nuestra relación con nosotras mismas, con las otras y con la Tierra que nos sostiene.

10:30-13:00h

TARDE

El nido vacío: proceso de cambio, duelo e identidad. (M):

Taller de arteterapia para explorar el llamado "síndrome del nido vacío" desde una perspectiva de género.

17:00-19:30h

IIº Mural Colaborativo IES El Espinillo (TP):

Cerramos el proceso colaborativo para diseñar un nuevo mural en el barrio, pintando el muro del IES El Espinillo.

16:00-19:00h

JUEVES 14

MAÑANA

Autoestima y género (I): construcción y bases (M):

Desde pequeñas nos enseñaron a ser buenas, obedientes, discretas, a no querernos para no parecer egoístas. En este taller aprenderás autoconocimiento, autoaceptación, a defenderte, a asumir responsabilidades y la importancia de tomar decisiones. Practicaremos el refuerzo personal para aumentar la calidad de vida.

10:30-12:30h Semanal

VIERNES 15

FESTIVAL

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

# SEMANA DEL 18 AL 22 DE MAYO 2026

## LUNES 18

MAÑANA

### Lunes de empleo. Espacio digital (M):

Un espacio digitalizado donde buscar empleo con el apoyo de una orientadora laboral. Podrás utilizar un ordenador de forma individual. La orientadora estará disponible para acompañarte, resolver tus preguntas y guiarte en cada fase.  
10:30-12:30h Semanal

TARDE

### La representación de las mujeres en el cine (TP):

Analizaremos, a través de películas y series, la representación de las mujeres en el cine a lo largo de la historia y presentaremos propuestas igualitarias.  
17:30-19:30h Semanal

## MARTES 19

MAÑANA

### Conoce el proceso de un juicio laboral relacionado con derechos de conciliación laboral y familiar (M):

En esta actividad visitaremos las instalaciones de los Juzgados de lo Social y tendremos la oportunidad de acudir como oyentes a un juicio relacionado con la conciliación laboral y familiar y los derechos de las madres monomarentales.  
09:30-11:30h

TARDE

### Duelo y compasión (M):

Taller práctico para trabajar el autocuidado, la autocompasión y los sistemas de regulación emocional.  
17:30-19:30h Semanal

### Teatro (M):

17:00-19:00h Semanal

## MIÉRCOLES 20

MAÑANA

### Las mujeres que me habitan (M):

Tomaremos conciencia de las múltiples formas de ser mujer y de estar en el mundo. Identificaremos nuestra propia diversidad, lo que mostramos y lo que reprimimos, para también explorar nuestras partes menos protagonistas y darles voz.  
10:30-13:00h Semanal

TARDE

### Arte para sanar (M):

Este taller de arteterapia es una invitación a explorar lo que sentimos y vivimos a través de los lenguajes artísticos. Un espacio para escucharnos, expresarnos y cuidarnos desde una mirada sensible, creativa y con perspectiva de género.  
17:00-19:30h Semanal

## JUEVES 21

MAÑANA

### Autoestima y género (I): construcción y bases (M):

Desde pequeñas nos enseñaron a ser buenas, obedientes, discretas, a no querernos para no parecer egoístas. En este taller aprenderás autoconocimiento, autoaceptación, a defenderte, a asumir responsabilidades y la importancia de tomar decisiones. Practicaremos el refuerzo personal para aumentar la calidad de vida.  
10:30-12:30h Semanal

TARDE

### Sexualidad y Menopausia (M):

Un espacio seguro para repensar la sexualidad en el climaterio. Abordaremos los cambios físicos y emocionales de esta etapa, desmontando mitos y compartiendo herramientas para vivirla con bienestar y conocimiento.  
17:30-19:30h

## VIERNES 22

MAÑANA

### Tejeclaras: grupo de ganchillo (M):

Nos juntamos para aprender a tejer, a veces proyectos propios, otras proyectos solidarios y otras para llenar el barrio con nuestros colores.  
10:30-12:30h Semanal

TARDE

### Consigue tu certificado digital (M):

Aprenderás los pasos para conseguir el certificado digital y sus utilidades.  
17:00-19:00h



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

# SEMANA DEL 25 AL 29 DE MAYO 2026

LUNES 25

MAÑANA

## Tu plan de empleo: organiza, planifica y registra (M):

Convierte tu búsqueda de empleo en un proceso organizado y efectivo utilizando herramientas digitales y analógicas que te ayudarán a alcanzar tus objetivos.

10:30-12:30h

TARDE

## La representación de las mujeres en el cine (TP):

Analizaremos, a través de películas y series, la representación de las mujeres en el cine a lo largo de la historia y presentaremos propuestas igualitarias.

17:30-19:30h Semanal

MARTES 26

TARDE

## Duelo y compasión (M):

Taller práctico para trabajar el autocuidado, la autocompasión y los sistemas de regulación emocional.

17:30-19:30h Semanal

## Teatro (M):

Aprenderemos técnicas teatrales para pasárnoslo bien. Escribiremos textos y pondremos en escena historias que no reproduzcan los roles y estereotipos machistas; donde las mujeres sean las protagonistas. Y denunciaremos el machismo.

17:00-19:00h Semanal

MIÉRCOLES 27

MAÑANA

## Las mujeres que me habitan (M):

Tomaremos conciencia de las múltiples formas de ser mujer y de estar en el mundo. Identificaremos nuestra propia diversidad, lo que mostramos y lo que reprimimos, para también explorar nuestras partes menos protagonistas y darles voz.

10:30-13:00h Semanal

TARDE

## Arte para sanar (M):

Este taller de arteterapia es una invitación a explorar lo que sentimos y vivimos a través de los lenguajes artísticos. Un espacio para escucharnos, expresarnos y cuidarnos desde una mirada sensible, creativa y con perspectiva de género.

17:00-19:30h Semanal

JUEVES 28

MAÑANA

## Caminar consciente (M):

Ruta de senderismo para conocer en profundidad los parajes naturales de Villaverde y alrededores.

10:30-12:30h Mensual

## Autoestima y género (I): construcción y bases (M):

10:30-12:30h Semanal



VIERNES 29

TARDE

## III Encuentro Interespacial de baile: ¡Que nos quiten lo bailao! (M):

Juegos de calentamiento, zumba, bachata, danza urbana y estilo bollywood serán las estrellas de este encuentro en el que moveremos nuestro cuerpo como herramienta para mejorar nuestra salud.

17:15-19:30h

SÁBADO 30

TARDE

## Muestra teatral. Nosotras, nuestra huella (TP):

Muestra de los trabajos realizados en el taller de memoria y teatro documental "Nosotras, nuestra huella" por las participantes del Centro de Mayores Miguel Delibes.

20:00-21:00h

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