

ESPACIO DE IGUALDAD MARÍA DE MAEZTU

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: 91 022 82 56

Correo electrónico: mariademaetzt6@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 4 AL 8 DE MAYO 2026

LUNES 4

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

TARDE

Bienestar emocional (M)
Un espacio para mujeres donde compartir, aprender y fortalecer nuestro mundo emocional.
16:30-18:00h Semanal

Grupo de hombres por la igualdad (H)
18:00 a 19:30h

MARTES 5

MAÑANA

¡Jugamos a la petanca! (M)
El parque y las pelotas también son cosa de mujeres. ¡No te pierdas este encuentro!
10:30-12:00h Semanal

TARDE

Meditación para reconectar juntas (M)
Un espacio grupal para escuchar nuestros cuerpos y emociones, cuidarnos y disfrutar de la pausa.
18:30 a 19:30 Semanal

MIÉRCOLES 6

MAÑANA

AutoestimARTE: las mujeres que hay en mí (M)
Creamos una exposición juntas visibilizando el poder del acompañamiento y la creación de redes entre mujeres
10:30-12:00h Semanal

Gestiona tu economía a través de las herramientas digitales (M)
Proceso de siete sesiones en el que aprenderemos el manejo de nuestra economía de manera práctica utilizando ordenadores.
12:30-14:00h Semanal

TARDE

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

JUEVES 7

MAÑANA

Autocuidado a través del movimiento (M)
10:30 a 12:00h Semanal

TARDE

¡Ven a la reunión de la Red Feminista de Latina! (TP)
Construye con las vecindad y personal técnico del distrito un lugar más igualitario y libres de violencia machista.
17:00 a 18:30h Mensual

Café entre nosotras: charlamos de lo que nos importa (M)
18:00 a 19:00h Semanal

VIERNES 8



TARDE

Mujeres conectadas: taller de autonomía digital (M):
Aprendemos conocimientos básicos para el manejo del ordenador.
18:00 a 19:30h Semanal

(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

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

TARDE

Bienestar emocional (M)

16:30-18:00h Semanal

MARTES 12

MAÑANA

¡Jugamos a la petanca! (M)

10:30-12:00h Semanal

STOP ante bulos y noticias falsas (M)

Proceso de cuatro sesiones donde reflexionaremos sobre los tipos de noticias falsas y las redes sociales como posible fuente de información falsa. Ven a aprender cómo detectar la fiabilidad de una noticia o imagen.

12:00 a 14:00h Semanal

TARDE

Meditación para reconectar juntas (M)

18:30 a 19:30 Semanal

MIÉRCOLES 13

MAÑANA

AutoestimARTE: las mujeres que hay en mí (M)

Creamos una exposición juntas visibilizando el poder del acompañamiento y la creación de redes entre mujeres

10:30-12:00h Semanal

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

Proceso de siete sesiones en el que aprenderemos el manejo de nuestra economía de manera práctica utilizando ordenadores.

12:30-14:00h Semanal

TARDE

Danza entre mujeres (M)

17:30-19:30h Semanal

JUEVES 14

MAÑANA

Autocuidado a través del movimiento (M)

10:30 a 12:00h Semanal

Empoderarnos: detecta las relaciones tóxicas (M)

Aprendemos a poner límites y cuidar nuestro bienestar emocional. En colaboración con Fundación ASAM.

12:00 a 13:30h Mensual

TARDE

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

18:00 a 19:00h Semanal

VIERNES 15

FESTIVO

(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

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

TARDE

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

Grupo de hombres por la igualdad (H)
18:00 a 19:30h

MARTES 19

MAÑANA

¡Jugamos a la petanca! (M)
El parque y las pelotas también son cosa de mujeres. ¡No te pierdas este encuentro!
10:30-12:00h Semanal

STOP ante bulos y noticias falsas (M) Proceso de cuatro sesiones donde reflexionaremos sobre los tipos de noticias falsas y las redes sociales como posible fuente de información falsa. Ven a aprender cómo detectar la fiabilidad de una noticia o imagen.

12:00 a 14:00h Semanal

TARDE

Meditación para reconectar juntas (M)
18:30 a 19:30 Semanal

MIÉRCOLES 20

MAÑANA

AutoestimARTE: las mujeres que hay en mí (M)
10:30-12:00h Semanal

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

TARDE

Conoce tu suelo pélvico (M)
Taller para conocer la anatomía, funciones y ejercicios prácticos para fortalecer el suelo pélvico, dándole importancia a la salud de las mujeres en todas sus etapas vitales.
17:30 a 19:30h

JUEVES 21

MAÑANA

IV Feria de Empleo de Latina y Carabanchel (TP)
¿Estás desempleada y quieres tener la oportunidad de entregar de manera directa tu CV a diferentes empresas? Mejora tu empleabilidad dandote a conocer en la IV Feria de Empleo del distrito Latina y Carabanchel organizada por la Mesa de Empleo
10:00 a 14:00h

Autocuidado a través del movimiento (M)
10:30 a 12:00h Semanal

TARDE

Café entre nosotras: charlamos de lo que nos importa (M)
18:00 a 19:00h Semanal

VIERNES 22

MAÑANA

Hombres, género y salud mental (H)
Encuentro entre hombres para impulsar la igualdad en nosotros y nuestro entorno.
11:00-13h Mensual

Inauguración de la exposición "Cómo nos sentimos acompañadas en los cuidados" (TP) Ven y conoce la exposición creada entre alumnado de la Salle y la Red de Salud Mental de Latina.
13:00 a 14:00h

TARDE

Mujeres conectadas: taller de autonomía digital (M):
18:00 a 19:30h Semanal

(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

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género.
Subdirección General de Igualdad y Diversidad

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espaciodeigualdadmariademaeztu



SEMANA DEL 25 AL 29 DE MAYO 2026



LUNES 25

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

TARDE

Tejiendo relaciones sanas (TP) Talleres dirigidos a la población adolescente para repensar las relaciones saludables y el buentrato. En colaboración con Fundación Balía.
18:30 a 19:30h Mensual

MARTES 26

MAÑANA

¡Jugamos a la petanca! (M)
El parque y las pelotas también son cosa de mujeres. ¡No te pierdas este encuentro!
10:30-12:00h Semanal

STOP ante bulos y noticias falsas (M) Proceso de cuatro sesiones donde reflexionaremos sobre los tipos de noticias falsas y las redes sociales como posible fuente de información falsa. Ven a aprender cómo detectar la fiabilidad de una noticia o imagen.

12:00 a 14:00h Semanal

TARDE

Meditación para reconectar juntas (M)
18:30 a 19:30 Semanal

MIÉRCOLES 27

MAÑANA

AutoestimARTE: las mujeres que hay en mí (M)
10:30-12:00h Semanal

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

TARDE

Danza, cuerpo y movimiento con Karima (M)
Suelta tensiones, conecta con tu cuerpo, conócete mejor y gana confianza en ti misma en un ambiente tranquilo y respetuoso.
18:00 a 19:30h

JUEVES 28

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

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.
18:00 a 19:00h Semanal

VIERNES 29

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

III Encuentro Interespacial de Baile, ¡Qué nos quiten lo bailao! (M): Expresión corporal, juegos de danza, diferentes disciplinas de bailes serán las estrellas de este encuentro, en el que mover nuestro cuerpo como herramienta para nuestra salud
17:00 a 19:30h

Mujeres conectadas: taller de autonomía digital (M):
18:00 a 19:30h Semanal

(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

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género.
Subdirección General de Igualdad y Diversidad

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espaciodeigualdadmariademaeztu

