

# ESPACIO DE IGUALDAD BERTA CÁCERES

## PROGRAMACIÓN JUNIO 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: 91 480 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.

### 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

# SEMANA DEL 1 AL 5 DE JUNIO 2026



## LUNES 1



### TARDE

#### Teatralizadas (M)

Acercamiento a las técnicas teatrales donde la improvisación y la creatividad nos permiten ahondar en nuestra autoestima, confianza y autonomía.  
**17:00-19:00h. Quincenal**

## MARTES 2

### MAÑANA

#### Biografías y confidencias: Anne Lister (TP)

Construimos la biografía de Anne Lister, la primera mujer que se atrevió a autodenominarse como lesbiana en el siglo XIX y documentarlo en un diario personal.  
**10:00-12:00h**



## MIÉRCOLES 3

### MAÑANA

#### Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura  
**10:00-11:30h Semanal**

#### Entre amigas: hablando inglés en tu vida cotidiana (M)

Intercambio de conocimientos para el aprendizaje de inglés en la vida cotidiana  
**11:30-13:30h Quincenal**

### TARDE

#### Tejedoras de palabras (M)

Grupo para resignificar el ganchillo y tejer con perspectiva feminista  
**17:00-19:00h Quincenal**

## JUEVES 4

### MAÑANA

#### Relaxing Berta Grupo 1. Conexión con la naturaleza (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro  
**10:00-11:30h Semanal**

#### Tecnocreando. A vueltas con la publicidad II (M)

Espacio de apropiación de las Tic para la creación de material de sensibilización en igualdad de género.  
**11:45-13:30h Semanal**

### TARDE

#### Autocuidado, cuerpo y salud (M)

Tiempo y espacio para una misma, donde conocer distintas herramientas psicocorporales que nos permitan entrenar la capacidad de escucha a nuestras necesidades.  
**17:00-19:00h Semanal**

## VIERNES 5

### MAÑANA

#### Círculo de mujeres sabias. Identificamos el abuso en las mujeres mayores (M)

Espacio para compartir vivencias y sabidurías. Este mes, en conmemoración del día mundial de toma de conciencia del maltrato en la vejez, nos encontraremos para conocer aquellos puntos que acentúan mayor vulnerabilidad en las mujeres  
**10:00-11:30h**

### TARDE

#### Actividad Interespacial: Proyección del documental "Luz, ánimo y confianza"

Una mirada más cercana, humana y transparente para entender la realidad de las personas transfemeninas. La proyección se cierra con un concierto en directo de Maite Zaramoras  
**18:30-20:00h**

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



Políticas Sociales,  
Familia e Igualdad

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

[madrid.es/espaciosdeigualdad](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)

[madrid.es/go/espaciodeigualdadbtertacaceres](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadbtertacaceres)



# SEMANA DEL 8 AL 12 DE JUNIO 2026

red de  
espacios de  
igualdad



## LUNES 8 MAÑANA

### ¿Las mujeres mayores sufrimos maltrato? Puntos clave (M)

Un espacio seguro para que podamos reconocer señales de violencia, prevenir el maltrato y fortalecer la autoestima y la autonomía.

10:00-12:00h



## MARTES 9 MAÑANA

### Las mujeres sabias responden (M)

En este espacio recuperamos las sabidurías de las mujeres mayores abriendo un canal de consultas para que ellas nos compartan sus respuestas.

10:00-11:30h

### Observatorio de género de Usera (TP)

Espacio de reflexión y análisis de la realidad del distrito en materia de igualdad.

12:00-14:00h

## TARDE

### Monográfico de emociones: la alegría (M)

En esta serie de talleres mensuales vamos a adentrarnos y conocer más de cerca a nuestras emociones. ¿Cómo son, qué aspecto tienen y por qué aparecen? Tercera sesión: conociendo mi alegría

17:00-19:00h

## MIÉRCOLES 10 MAÑANA

### Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura

10:00-11:30h Semanal

### Liderando el solsticio de verano (M)

Espacio de encuentro participativo dirigido al impulso del empoderamiento y liderazgo en el centro y el entorno comunitario.

11:30-13:00h

## TARDE

### Movimiento y Trabajo corporal Presentes en nuestro cuerpo (M)

Generamos un espacio libre y compartido, donde desarrollar la creatividad y mejorar nuestro estado anímico.

16:00-17:30h Quincenal

### Relaxing Berta Grupo 2. Conexión con la naturaleza (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

17:45-19:15h Quincenal

## JUEVES 11 MAÑANA

### Relaxing Berta Grupo 1. Conexión con la naturaleza (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

10:00-11:30h Semanal

### Tecnocreando. A vueltas con la publicidad II (M)

Espacio de apropiación de las Tic para la creación de material de sensibilización en igualdad de género.

11:45-13:30h Semanal

## TARDE

### Paseo de Jane Barrio Moscardó: Observatorio de Género Usera (TP)

En este paseo observaremos el impacto que tienen en las mujeres las construcciones, el entorno y la disposición de nuestras calles y plazas

18:30-19:30h

### Actividad Interespacial Ni invisibles ni calladas:

proyección de los documentales "No apto para cobardes" y "Sofoco" de Nuria Silván Miracle

18:30-20:00h

## VIERNES 12



## TARDE

### Hablemos de cine (TP)

Debatiremos sobre películas cuestionando los mandatos y estereotipos de género

16:30-18:30h

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

# SEMANA DEL 15 AL 19 DE JUNIO 2026

MADRID  
red de  
espacios de  
igualdad



## LUNES 15

MAÑANA

### Preparando el solsticio. Taller de flores (M)

Taller de creación de flores de papel para el encuentro comunitario del solsticio de verano. Organizado por la Mesa de Género de Usera  
**11:30-13:00h**

TARDE

### Teatralizadas (M)

Acercamiento a las técnicas teatrales donde la improvisación y la creatividad nos permiten ahondar en nuestra autoestima, confianza y autonomía.  
**17:00-19:00h. Quincenal**

## MARTES 16

MAÑANA

### Las mujeres juegan al fútbol (M)

Apróptate del espacio público y vente a jugar al fútbol con nosotras  
**10:00-12:00h**

### Colaboratorio de empoderamiento laboral (M)

Espacio de formación para la búsqueda de empleo, trabajo de habilidades, competencias personales y espacio de búsqueda colaborativa.  
**12:00-14:00h**

TARDE

### Parando el tiempo (M)

Abordaremos el impacto del estrés diario desde la práctica de ejercicios y desarrollo de conductas que favorecen la atención plena al momento presente.  
**17:00-18:30h Quincenal**

## MIÉRCOLES 17

MAÑANA

### Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura  
**10:00-11:30h Semanal**

### Entre amigas: hablando inglés en tu vida cotidiana (M)

Intercambio de conocimientos para el aprendizaje de inglés en la vida cotidiana  
**11:30-13:30h Quincenal**

TARDE

### Conmemoramos el Día de Tejer en Público (TP)

Encuentro participativo para visibilizar una práctica popular que las mujeres han llevado a cabo a lo largo del tiempo, tejer para compartir.  
**17:00-19:00h**

## JUEVES 18

MAÑANA

### Relaxing Berta Grupo 1 Conexión con la naturaleza (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro  
**10:00-11:30h Semanal**

### Tecnocreando. A vueltas con la publicidad II (M)

Espacio de apropiación de las Tic para la creación de material de sensibilización en igualdad de género.  
**11:45-13:30h Semanal**

TARDE

### Cuerpo, música y expresión (M)

A través del cuerpo y las diferentes músicas podremos explorar distintas formas de movernos y expresarnos, en un espacio libre y de confianza.  
**17:00-19:00h**

## VIERNES 19

MAÑANA

### Reporteras sabias y cañeras (M)

Tomamos conciencia sobre la desigualdad existente en el distrito y las diferencias en la ocupación de espacios entre hombres y mujeres.  
**10:00-12:00h.**



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

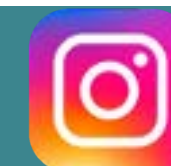


Políticas Sociales,  
Familia e Igualdad

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

[madrid.es/espaciosdeigualdad](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)

[madrid.es/go/espaciodeigualdadb Bertacaceres](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadb Bertacaceres)



# SEMANA DEL 22 AL 26 DE JUNIO 2026

MADRID  
red de  
espacios de  
igualdad



## LUNES 22

MAÑANA

### Encuentro comunitario de mujeres Solsticio de verano (M)

Encuentro en el que celebrar la llegada del verano. Nos encontraremos en el parque del Pradolongo para tejer redes e iniciar juntas un nuevo ciclo. Terminaremos con una sesión de biodanza para celebrar la vida. Organizado por la Mesa de Género de Usera.

10:00-12:30h



## MARTES 23

MAÑANA

### Las mujeres juegan al Rummy (M)

Ven a descubrir el Rummy, un juego muy popular. Podrás jugar con nosotras en un entorno seguro y agradable. Si no lo conoces, te enseñamos; y si ya sabes jugar, ven a practicarlo.

Actividad realizada en colaboración con el Centro de Mayores de Zofío.

10:30-12:00h

TARDE

### Grupo terapéutico. Resurgiendo (M)

Grupo de autoestima y crecimiento personal. Crearemos consciencia de nuestras capacidades para promover cambios y ser protagonistas de nuestra propia vida

17:00-19:00h

## MIÉRCOLES 24

MAÑANA

### Desde la raíz. Lectoescritura para la vida (M)

Grupo de refuerzo para la lectura y escritura

10:00-11:30h Semanal

TARDE

### Movimiento y Trabajo corporal Presentes en nuestro cuerpo (M)

Generamos un espacio libre y compartido, donde desarrollar la creatividad y mejorar nuestro estado anímico.

16:00-17:30h Quincenal

### Relaxing Berta Grupo 2. Conexión con la naturaleza (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

17:45-19:15h Quincenal

## JUEVES 25

MAÑANA

### Relaxing Berta Grupo 1. Conexión con la naturaleza (M)

Toma de conciencia mente-cuerpo en un espacio seguro

10:00-11:30h Semanal

### Tecnocreando. A vueltas con la publicidad II (M)

Espacio de apropiación de las Tic para la creación de material de sensibilización en igualdad de género.

11:45-13:30h Semanal

TARDE

### Cuando me pongo flamenca (M)

Aprenderemos técnica y pasos básicos que nos ayudarán a bailar con mayor seguridad y disfrute, a la vez que daremos rienda suelta a la expresión libre de la flamenca que llevas dentro.

17:00-18:30h

## VIERNES 26

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

TARDE

### Hablemos de cine (TP)

Debatiremos sobre películas cuestionando los mandatos y estereotipos de género

16:30-18:30h

### Club de lectura (TP)

Espacio de reflexión en torno a la lectura de un libro 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

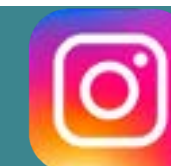


Políticas Sociales,  
Familia e Igualdad

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

[madrid.es/espaciosdeigualdad](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)

[madrid.es/go/espaciodeigualdadb Bertacaceres](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadb Bertacaceres)



# SEMANA DEL 29 AL 30 DE JUNIO 2026

MADRID  
red de  
espacios de  
igualdad



## LUNES 29

MAÑANA

### Café jurídico.

#### Café Jurídico: Mis derechos laborales antes y después del parto (M)

Conoceremos nuestros derechos laborales durante el embarazo y la maternidad abordando cuestiones como las bajas médicas, permisos de maternidad y paternidad, la lactancia, la conciliación familiar y la protección frente al despido durante esta etapa.

**11:00-13:00h**

TARDE

### 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

**17:00-18:30h**

## MARTES 30

MAÑANA

### Escritura creativa. Historias de Junio (M)

Te proponemos desarrollar tu creatividad y utilizar el papel y el lápiz como herramientas para acercarnos a tus objetivos. Este mes, haremos balance de lo vivido hasta ahora, para escribir sobre las experiencias que nos han dejado huella y queremos compartir con las otras.

**10:30-12:30h**

TARDE

### Parando el tiempo (M)

Abordaremos el impacto del estrés diario desde la práctica de ejercicios y desarrollo de conductas que favorecen la atención plena al momento presente.

**17:00-18:30h Quincenal**

"DONDE QUIERA QUE MIRES EN EL MUNDO, LAS MUJERES ESTÁN LIDERANDO LOS MOVIMIENTOS POR EL CAMBIO, LA PAZ Y LA JUSTICIA."

**ROBIN MORGAN**

ESCRITORA, POETA, PERIODISTA Y ACTIVISTA FEMINISTA



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



Políticas Sociales,  
Familia e Igualdad

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

[madrid.es/espaciosdeigualdad](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)

[madrid.es/go/espaciodeigualdadbtertacaceres](https://madrid.es/go/espaciodeigualdadbtertacaceres)

