

ESPACIO DE IGUALDAD JUANA DOÑA

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.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 588 17 18

Correo electrónico: juanadona1@madrid.es

Presencialmente: Paseo de la Chopera, 10. Metro Legazpi (líneas 3 y 6).

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes, de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 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.



ADEMÁS TENEMOS:



Biblioteca Juana Doña



Formación a Profesionales



Aula de informática

SEMANA DEL 1 AL 5 DE JUNIO 2026

LUNES 1

“EL AMOR
AUTÉNTICO DEBERÍA
BASARSE EN EL
RECONOCIMIENTO
RECÍPROCO DE DOS
LIBERTADES”

—
SIMONE DE
BEAUVOIR



MARTES 2

MAÑANA

Donde habitan ellas: mujeres que abren camino (M)

Un paseo colectivo por el Parque Pradolongo donde se hará un homenaje a los Espacio de Igualdad visibilizando a las mujeres que dan nombre a estos espacios, recorriendo trayectorias, luchas y aportes.

10:30-12:30h

La memoria de las mujeres (M)

11:00-13:00h

Caminando por Casa de Campo (TP)

Recorrido de 8 kilómetros, por la Casa de campo, con el objetivo de mejorar la condición física y afianzar la actividad de caminar como hábito saludable adquiriendo el conocimiento de principios y pautas básicas para hacerlo de una forma segura. Dificultad moderada.

11:00-13:00h

MIÉRCOLES 3

MAÑANA

Salud Mental y Género (M)

Encuentro quincenal para mujeres en el que, a través de diferentes actividades, reflexionaremos sobre la salud mental, el cuidado y el apoyo entre mujeres. La primera sesión será un paseo dirigido "Madrid Ciudad de las Mujeres" lugar de encuentro: Plaza del Rey. En la segunda sesión se realizará un desayuno para evaluar todas las sesiones realizadas y proponer nuevas para el próximo curso.

10:00-11:30h

TARDE

Creatividad y expresión artística a través de la Pintura (M)

A través de las artes plásticas desarrollaremos libremente la creatividad y emociones, estimularemos el interés por el Arte en general mejorando el nivel de autoestima.

18:00-19:30h

JUEVES 4

TARDE

Huerto de Mujeres (M)

La cabaña del Retiro propone este taller de Huerto con una duración de 3 meses para conocer nuevas formas de habitar espacios naturales sin formación previa en huertos, desde una perspectiva ecofeminista y ética de los cuidados. Junio-julio y septiembre.

17:00-18:00h

La Ventanilla Energética (M)

¿Crees que es posible ahorrar más en tus facturas de luz y gas?, ¿No sabes cómo resolver problemas con tu comercializadora?... Acércate al mundo de la energía para comprender, optimizar y conocer tus derechos como consumidora.

18:00-19:30h

VIERNES 5



TARDE

Bailes Tradicionales (M)

Te invitamos a descubrir la historia de las mujeres a través de los bailes tradicionales. Un taller para bailar, aprender y compartir, conectando con la tradición y la cultura popular desde una mirada abierta y actual. No hace falta experiencia previa, solo ganas de moverse y disfrutar juntas.

17:30-19:00h

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

SEMANA DEL 8 AL 12 DE JUNIO 2026

LUNES 8

MAÑANA

Charlemos sobre el duelo: Duelo y compasión (M)

El duelo es una experiencia difícil de transitar. A menudo no sabemos cómo acompañarlo, por eso, es importante hablar de la pérdida y el dolor que supone, para así, fomentar la empatía. Este mes profundizaremos en el duelo y compasión.

10:30-12:30h

TARDE

Movimiento corporal por el buen trato. (M)

Cuidaremos nuestro cuerpo desde la expresión corporal, la respiración y el disfrute de pasar un buen rato entre todas.

Trabajaremos la conciencia corporal, la auto escucha y el establecimiento de límites para construir relaciones saludables y libres de violencias.

Lugar: Ouka Leele: Calle Sodio, 16.

18:00-19:30h

MARTES 9

MAÑANA

Deporte al aire libre (M)

¡Vente a hacer gimnasia al CuboGym de Madrid río! Actividad dirigida a la mejora de la condición física con acento en el trabajo de fuerza. Dirigida a mujeres mayores de 60 años

10:00-11:00h

Grupo de Petanca (TP)

Disfruta de este juego popular aprendiendo o mejorando tu técnica. Todos los martes.

10:30-12:00h

La memoria de las mujeres (M)

11:00-13:00h

TARDE

Encuentro Interespacial Tejedoras (M)

¡Ganchilleras en red! Cada mes, los Espacios de Igualdad con grupos de mujeres Ganchilleras proponen día de encuentro. interesadas. Con la ilusión de compartir y conocer los trabajos realizados y los que quedan por realizar.

Este mes de Junio celebraremos el día Internacional de Tejer en Público.

17:00-19:00h

MIÉRCOLES 10

TARDE

Paseo feria del libro. (TP)

Paseo por el Parque del Retiro con motivo de la Feria del Libro de Madrid. Durante la visita recorreremos distintas casetas con especial atención a autoras, editoriales feministas y publicaciones que abordan la igualdad de género y los derechos de las mujeres.

Daremos también un paseo por el parque, compartiendo un espacio de encuentro y reflexión

18:00-20:00h

Creatividad y expresión artística a través de la Pintura (M)

A través de las artes plásticas desarrollaremos libremente la creatividad y emociones, estimularemos el interés por el Arte en general mejorando el nivel de autoestima.

18:00-19:30h

JUEVES 11

MAÑANA

Edadismo y buen trato (TP)

Con motivo del Día Mundial de Toma de Conciencia del Abuso y Maltrato en la Vejez, se propone un espacio participativo de reflexión y sensibilización sobre el edadismo, los prejuicios asociados a la vejez y las distintas formas de maltrato que pueden sufrir las personas mayores a través de dinámicas grupales, casos prácticos y actividades participativas

11:00-12:30h

TARDE

Huerto de Mujeres (M)

17:00-18:00h

Espectáculo Coro Voces LGTBI Madrid (TP)

Por el día internacional del Orgullo LGTBI tendremos la actuación del Coro Voces LGTBI de Madrid, que cumplen 10 años cantando por la igualdad, la libertad y la justicia, realizarán popurrí de canciones de todo su recorrido enlazadas con un relato para contar su historia. Además contaremos con unas teloneras muy especiales. Entrada libre hasta completar aforo.

18:30h

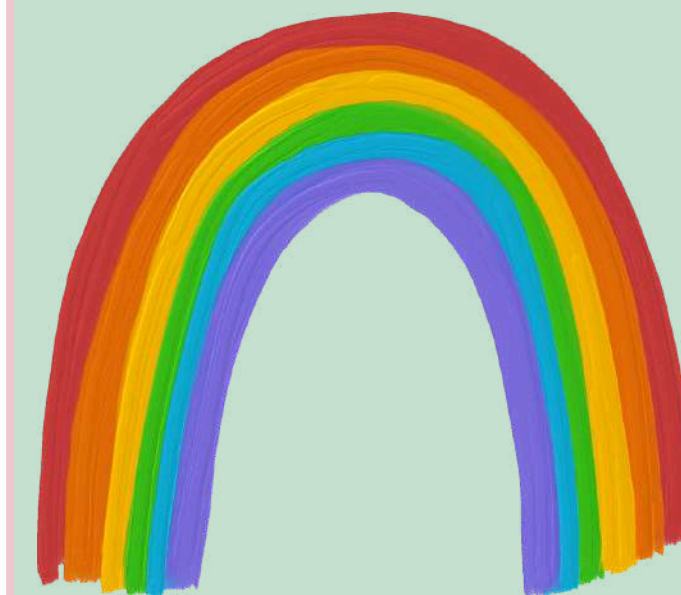
VIERNES 12

MAÑANA

Visita Guiada Reina Sofía (M)

A través de una visita guiada con perspectiva feminista, se explorarán obras y documentos que visibilizan la diversidad artística. Un recorrido que invita a reflexionar sobre el arte como motor de cambio social y transformación colectiva.

12:30-14:00h



(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

LUNES 15
MAÑANA

“NO SON NUESTRAS
DIFERENCIAS LAS
QUE NOS DIVIDEN.
ES NUESTRA
INCAPACIDAD PARA
RECONOCER,
ACEPTAR Y
CELEBRAR ESAS
DIFERENCIAS”

—
AUDRE LORDE

TARDE

Deporte al aire libre (M)
¡Vente a hacer gimnasia al
CuboGym de Madrid río!
Actividad dirigida a la mejora de
la condición física con acento en
el trabajo de fuerza. Adaptada a
todas las edades.
18:00-19:00h

MARTES 16
MAÑANA

Grupo de Petanca (TP)
Disfruta de este juego popular
aprendiendo o mejorando tu
técnica. Todos los martes.

10:30-12:00h

La memoria de las mujeres (M)

Espacio autogestionado
dedicado al autocuidado mental
y la estimulación cognitiva con
perspectiva de género. Espacio
continuado hasta junio, se
requiere compromiso de
asistencia.

A través de sencillos ejercicios
se potencia la escucha y la
atención, se comparten
recuerdos con otras mujeres y se
fomenta la participación social.

11:00-13:00h

MIÉRCOLES 17
MAÑANA

Salud Mental y Género (M)

Encuentro quincenal para
mujeres en el que, a través de
diferentes actividades,
reflexionaremos sobre la salud
mental, el cuidado y el apoyo
entre mujeres. En la segunda
sesión se realizará un desayuno
para evaluar todas las sesiones
realizadas y proponer nuevas
para el próximo curso. Lugar
espacio igualdad Juana Doña.

10:00-11:30h



JUEVES 18
MAÑANA

Desayuno con libros (TP)
Aprovechando la Feria del libro
en el Retiro, se realizará un
desayuno, donde se realizará un
intercambio de libros, se
compartirán recomendaciones
literarias, charlas reflexiones...

10:30-12:00h

¡Nos vamos al cine! (TP)
Veremos la película “La deuda”
y hablaremos sobre el derecho a
la vivienda. Te esperamos a las
10.45h en la Academia de las
Artes y las Ciencias
Cinematográficas. Calle de
Zurbano, 3. Después de la
película hay debate con el
director de la película.

11:00-14:00h

TARDE

Huerto de Mujeres (M)
La cabaña del Retiro propone
este taller de Huerto con una
duración de 3 meses para
conocer nuevas formas de
habitar espacios naturales sin
formación previa en huertos

17:00-18:00h

La Ventanilla Energética (M)
18:00-19:30h

VIERNES 19
MAÑANA

Red Bienestar Arganzuela (TP)

Vente a conocer este espacio
vecinal de Arganzuela en el que
realizamos diferentes
actividades cada mes como
visitas a exposiciones, paseos
por Madrid, desayunos o
meriendas, en compañía.

11:00-12:30h

TARDE

Bailes Tradicionales (M)
Te invitamos a descubrir la
historia de las mujeres a través
de los bailes tradicionales. Un
taller para bailar, aprender y
compartir, conectando con la
tradición y la cultura popular
desde una mirada abierta y
actual. No hace falta experiencia
previa, solo ganas de moverse y
disfrutar juntas.

17:30-19:00h

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

SEMANA DEL 22 AL 26 DE JUNIO 2026

LUNES 22 MAÑANA

Sexismo en la cultura popular (TP)

Con motivo del Día de la Educación No Sexista, este taller propone un espacio de reflexión colectiva sobre cómo la música, el cine, las series, el lenguaje y otros elementos de la cultura popular influyen en la construcción de estereotipos y desigualdades de género. A través del análisis de escenas audiovisuales, letras de canciones y expresiones cotidianas, se fomentará una mirada crítica sobre los mensajes sexistas normalizados en nuestro entorno.

10:30-12:30h

TARDE

Movimiento corporal por el buen trato. (M)

Cuidaremos nuestro cuerpo desde la expresión corporal, la respiración y el disfrute de pasar un buen rato entre todas.

Trabajaremos la conciencia corporal, la auto escucha y el establecimiento de límites para construir relaciones saludables y libres de violencias.

Lugar: Ouka Leele: Calle Sodio, 16.

18:00-19:30h

MARTES 23 MAÑANA

La memoria de las mujeres (M)

Espacio autogestionado dedicado al autocuidado mental y la estimulación cognitiva con perspectiva de género. Espacio continuado hasta junio, se requiere compromiso de asistencia.

A través de sencillos ejercicios se potencia la escucha y la atención, se comparten recuerdos con otras mujeres y se fomenta la participación social.

11:00-13:00h

TORNEO DE PETANCA (TP)

Disfruta de este juego popular aprendiendo o mejorando tu técnica. Se realizará un torneo.

11:00-13:00h

MIÉRCOLES 24 MAÑANA

Taller papel reciclado (M)

Actividad para reflexionar sobre el consumo responsable y el aprovechamiento de los recursos naturales a través de la transformación de papel usado en papel nuevo. Elaboración de papeles reciclados y marcapáginas.

10:00-11:30h

TARDE

Un mundo de Escritoras (TP)

Leeremos y conoceremos a una autora que tal vez no tenga en la actualidad el reconocimiento que se merece

17:30-19:30h

JUEVES 25

TARDE

Huerto de Mujeres (M)

La cabaña del Retiro propone este taller de Huerto con una duración de 3 meses para conocer nuevas formas de habitar espacios naturales sin formación previa en huertos

17:00-18:00h

Enredando y desenredando. Asuntos de familia: ¿Qué necesitamos saber ante situaciones de crisis? (M)

En las crisis familiares nos encontramos ante situaciones sobre las cuales muchas veces, no sabemos cómo reaccionar y qué hacer. En esta sesión abordaremos temas de separaciones, guardas y custodias y asuntos económicos. Construiremos herramientas para elaborar nuestra hoja de ruta.

17:30-19:00h

VIERNES 26 TARDE

"LA IGUALDAD PARA MÍ ES UNA CUESTIÓN DE DERECHOS HUMANOS. NO IMPORTA EL GÉNERO, TODOS MERECEMOS AMOR."

—
LADY GAGA



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

SEMANA DEL 29 AL 30 DE JUNIO 2026

LUNES 29



MARTES 30
MAÑANA

La memoria de las mujeres

(M)

Espacio autogestionado dedicado al autocuidado mental y la estimulación cognitiva con perspectiva de género. Espacio continuado hasta junio, se requiere compromiso de asistencia.

A través de sencillos ejercicios se potencia la escucha y la atención, se comparten recuerdos con otras mujeres y se fomenta la participación social.

11:00-13:00h

“NO HAY BARRERA, CERRADURA NI CERROJO QUE PUEDAS IMPONER A LA LIBERTAD DE MI MENTE”

—
VIRGINIA WOOLF

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