

ESPACIO DE IGUALDAD CLARA CAMPOAMOR

PROGRAMACIÓN JULIO 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

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

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a jueves, de 10 a 14 y de 16 a 20 horas. Durante el mes de julio el horario de los viernes es de 8 a 16 h. 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.



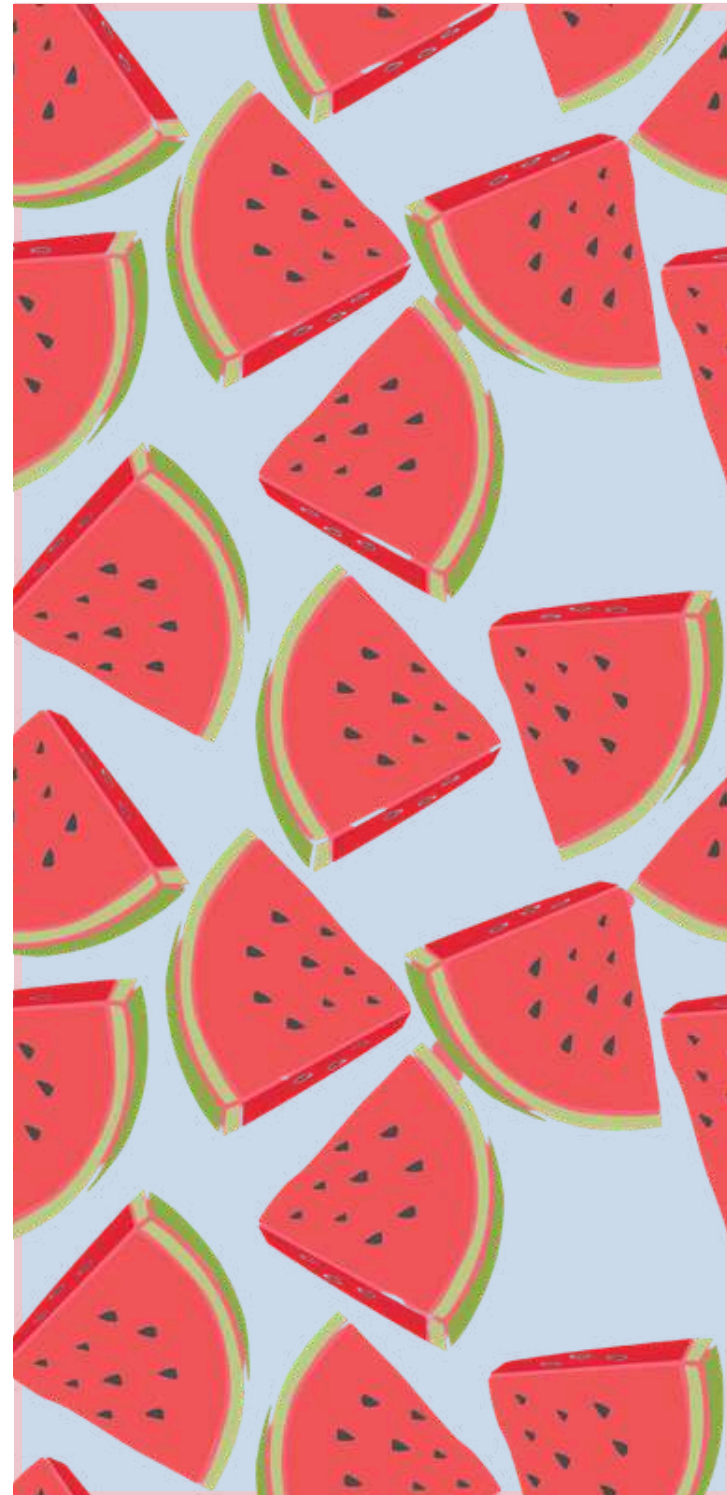
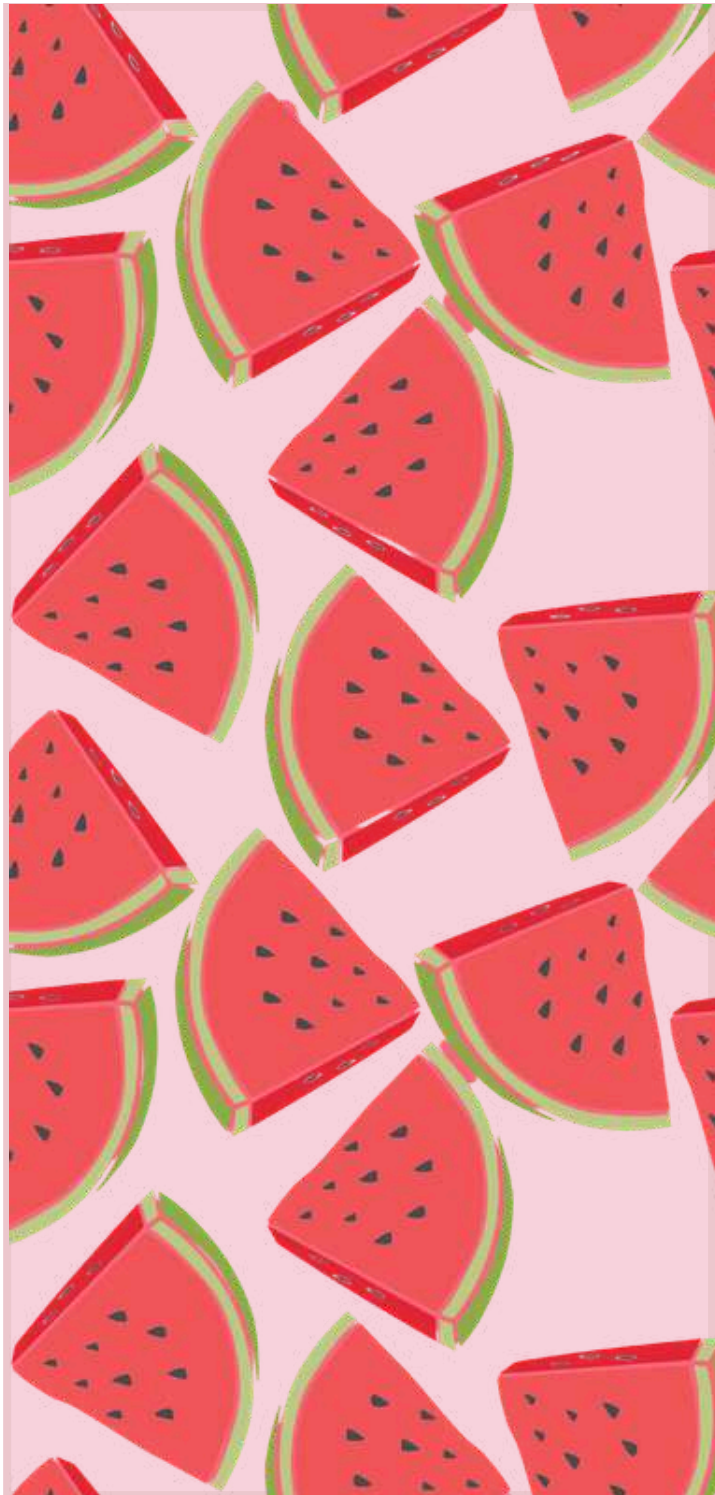
ADEMÁS TENEMOS:

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

Espacio en el cual cuando entras sientes tranquilidad, acogimiento y alegría donde te sentirás válida compartiendo una parte de ti con ese sentimiento de escucha receptiva a la vez que creas telarañas sociales para ti, estos espacios dan mucha seguridad personal porque trabajas con las diferentes profesionales que te dan pautas para enfrentarse a diferentes retos personales que sin estos talleres es complicado, sólo queda dar mis agradecimientos más sinceros.

Mujer participante del Espacio de Igualdad Clara Campoamor

SEMANA DEL 1 AL 3 DE JULIO 2026



MIÉRCOLES 1

MAÑANA

Visita al CETHYC (M):

Acudiremos a visitar el Centro de Empoderamiento de Trabajadoras del Hogar Y de los Cuidados para informar a las mujeres que trabajan en este sector sobre los servicios que ofrece el recurso.

11:30-12:30h

Danza contact: un diálogo en movimiento (TP):

A través de la danza contact improvisación pondremos conciencia a cómo nos relacionamos y entrenaremos la escucha, el diálogo y el apoyo mutuo, sin roles ni jerarquías, en pos de unas relaciones sanas e igualitarias.

10:30-12:30h Semanal

GRUPO CERRADO

JUEVES 2

VIERNES 3

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

SEMANA DEL 6 AL 10 DE JULIO 2026

LUNES 6

MARTES 7

MIÉRCOLES 8

JUEVES 9

VIERNES 10

MAÑANA

MAÑANA

MAÑANA

Visita guiada a la exposición "Exponencial. De analógicos a digitales" (M):

Una exposición sobre el impacto de las telecomunicaciones en nuestra vida. Desde el teléfono del siglo XIX hasta el internet y la IA, la muestra explora el cambio social y las historias humanas detrás de cada avance tecnológico.

11:45-13:30h

TARDE

Improvisación teatral (M):

Un espacio para jugar, crear y expresarte a través del teatro espontáneo. Desarrollaremos la escucha, la creatividad y la confianza, disfrutando del placer de estar presentes y dejarnos sorprender.

17:30-19:30h Semanal

Mujeres árbol (M):

A través del cuerpo y el arte trabajaremos con los elementos del árbol como metáfora: las semillas que queremos plantar, la raíz que nos nutre, el tronco que queremos fortalecer y las ramas que queremos expandir.

10:30-13:00h Semanal

TARDE

Club de lectura (TP):

Reunión mensual del club de lectura, en el que comentaremos el libro elegido el mes anterior, hablaremos de la autora y aprenderemos las unas de las otras.

17:30-19:30h Mensual

Cianotipia (M):

La cianotipia es un método de impresión fotográfica que permite estampar imágenes con tan solo la luz solar en un tono monocromo: azul de Prusia. Conoceremos la técnica y realizaremos nuestra creación a partir de elementos de la naturaleza, fotografía y dibujo en transparencias.

10:30-13:00h

Herramientas y estrategias para el buentrato (P):

Taller de sensibilización sobre la violencia de género, estrategias de prevención y marco jurídico actual.

12:00-14:00h

GRUPO CERRADO

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

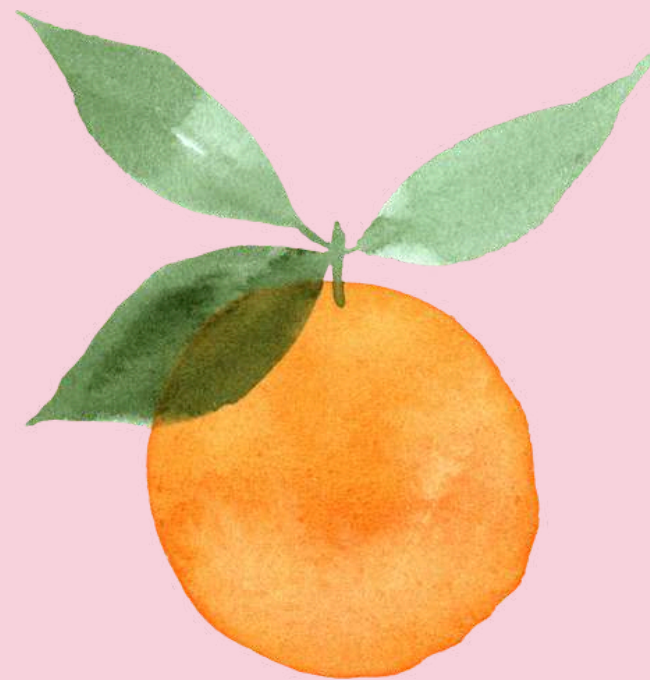
SEMANA DEL 13 AL 17 DE JULIO 2026

LUNES 13 MAÑANA

Verano en la Villa Digital (M):

Aprende a encontrar actividades y planes gratis usando aplicaciones y recursos digitales que te ayudarán a explorar nuestra ciudad de una forma totalmente nueva.

10:30-12:30h



MARTES 14 MAÑANA

Piscina y juegos (M):

Pasaremos una mañana agradable de piscina, con juegos de mesa entre baño y baño, para seguir conociéndonos y divertirnos juntas con un plan fresquito.

11:00-13:30h

TARDE

Improvisación teatral (M):

Un espacio para jugar, crear y expresarte a través del teatro espontáneo. Desarrollaremos la escucha, la creatividad y la confianza, disfrutando del placer de estar presentes y dejarnos sorprender.

17:30-19:30h Semanal

MIÉRCOLES 15 MAÑANA

Mujeres árbol (M):

A través del cuerpo y el arte trabajaremos con los elementos del árbol como metáfora: las semillas que queremos plantar, la raíz que nos nutre, el tronco que queremos fortalecer y las ramas que queremos expandir.

10:30-13:00h Semanal

TARDE

Lenguas rebeldes (M):

¿Qué ocurre cuando dejamos de tragarnos lo que sentimos, pensamos o deseamos? ¿Qué sucede cuando la voz, el cuerpo y el juego encuentran un espacio para expresarse sin censura? En conmemoración del Día Mundial de Sacar la Lengua, le sacamos la lengua a todo lo que nos harta.

17:30-19:30h

JUEVES 16 MAÑANA

Derecho a la felicidad (M):

Espacio para parar y recordarnos que la felicidad no es un lujo sino un derecho. Proponemos prácticas para conectar con todo lo que nos hace sentir bien y cuestionar la felicidad "impuesta" por la sociedad.

10:30-12:30h

TARDE

Visita guiada PHotoEspaña. Endometriosis. El dolor silenciado 1860 – 2026 Laia Abril (TP):

La endometriosis sigue estando poco estudiada. Esta nueva instalación, que proviene de *On Mass Hysteria*, vincula la patologización de los cuerpos femeninos con la deslegitimación del dolor, evidenciando cómo la medicina a menudo actúa como un mecanismo de control en lugar de cuidado en salud sexual y reproductiva.

17:00-19:00h.

VIERNES 17



SÁBADO 18

Excursión a Piedralaves (M):

Nos vamos de excursión. Qué mejor que despedir el curso pasando un sábado juntas en la naturaleza con posibilidad de darnos un chapuzón en la charca de La Nieta, en Piedralaves (Ávila). Pondremos en común los aprendizajes en el último año, haremos un pequeño paseo por el campo y compartiremos charlas, comidas y juegos.

09:00-19:00h

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

SEMANA DEL 20 AL 24 DE JULIO 2026

LUNES 20

MAÑANA

Salud y bienestar digital (M):

Conocerás aplicaciones de seguimiento de la salud, de gestión de medicamentos, de ejercicios físicos y mentales y cómo buscar información médica confiable. Además, aprenderemos a utilizar herramientas para conseguir el bienestar digital.

10:30-12:30h

TARDE

Ocio digital (M):

Ven a conocer diferentes recursos de ocio y entretenimiento para utilizarlos estés donde estés: juegos, libros, películas, podcast, museos virtuales ¿Qué te apetece hacer?

17:00-19:00h

MARTES 21

TARDE

La amistad en el centro (M):

Un encuentro para explorar, a través del arte, el cuerpo y el juego, los vínculos de amistad que nos acompañan, nos transforman y nos sostienen. Reflexionaremos sobre los cuidados, las expectativas y los afectos, preguntándonos qué puede enseñarnos la amistad sobre la manera en que nos relacionamos y amamos.

17:30-19:30h

Improvisación teatral (M):

Un espacio para jugar, crear y expresarte a través del teatro espontáneo. Desarrollaremos la escucha, la creatividad y la confianza, disfrutando del placer de estar presentes y dejarnos sorprender.

17:30-19:30h Semanal

MIÉRCOLES 22

MAÑANA

Mujeres árbol (M):

A través del cuerpo y del arte trabajaremos con los elementos del árbol como metáfora: las semillas que queremos plantar, la raíz que nos nutre, el tronco que queremos fortalecer y las ramas que queremos expandir.

10:30-13:00h Semanal

TARDE

Mi reflejo: fotografía y autoconocimiento (M):

¿Cómo nos colocamos ante una cámara? ¿Qué fotos compartimos de nosotras mismas? ¿Cómo queremos que nos vean? Conócete mejor a través de la fotografía. Buscaremos nuestro reflejo en las fotos que hagamos y construiremos una fotografía con lo que queremos transmitir de nosotras.

17:30-19:30h

JUEVES 23

TARDE

"Mujeres de ingenio. Plumas de Oro en el Siglo de las Letras", exposición y paseo urbano (TP):

Esta exposición muestra la contribución a nuestro patrimonio artístico, literario, histórico y cultural, de mujeres que apenas figuran en el canon y que son prácticamente desconocidas fuera de los ámbitos académicos: Luisa Sigea, Olivia Sabuco, María de Guevara, Ana Caro Mallén, Feliciano Enríquez de Guzmán, María de Zayas, Teresa de Jesús y la propia hija de Lope, Marcela. Después de la visita a la exposición daremos un paseo por el barrio de las Letras, en el que algunas de ellas vivieron y escribieron sus obras.

10:30-12:30h

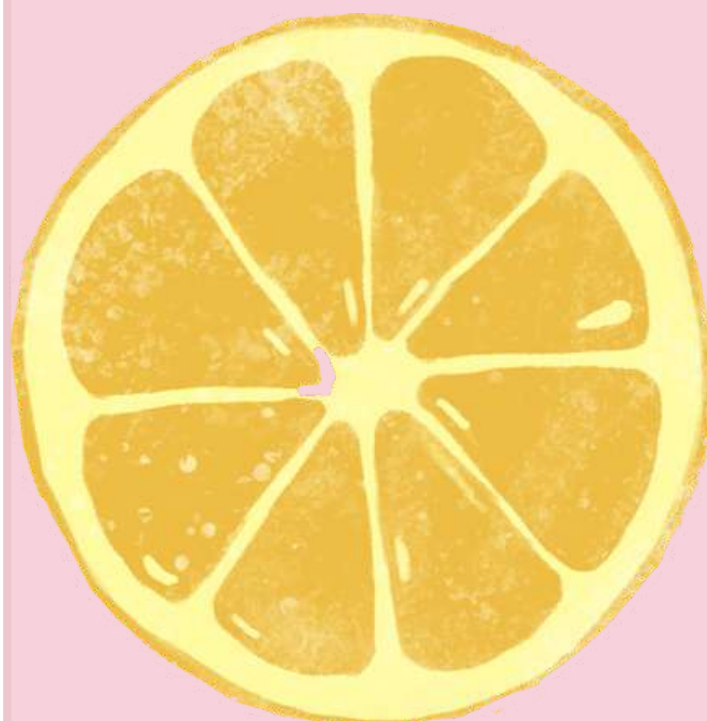
VIERNES 24



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

SEMANA DEL 27 AL 31 DE JULIO 2026

LUNES 27



TARDE

Google Maps (M):

Aprende a utilizar en profundidad esta aplicación. ¡No volverás a perderte!

17:00-19:00h

MARTES 28



MIÉRCOLES 29

TARDE

Visita a la exposición "Entes" de Aurélia Muñoz en el Museo Reina Sofía (TP):

Esta exposición traza un recorrido por la obra de una figura imprescindible en la comprensión del arte textil contemporáneo. En su trabajo, la artista recurre a la combinación de técnicas ancestrales y recursos contemporáneos para prestar atención al impacto de las crisis postindustriales en los ecosistemas terrestre, acuático y aéreo.

17:00-19:00h

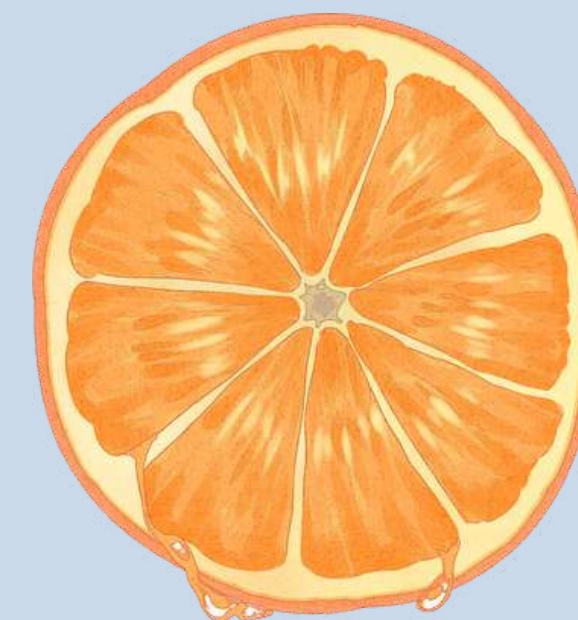
JUEVES 30

MAÑANA

Iniciación al vóleybol (M):

¿Quieres aprender a jugar al vóley y pasar un rato divertido y fresquito haciendo ejercicio en equipo? Apúntate, este es tu taller.

10:30-12:30h



VIERNES 31



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