

ESPACIO DE IGUALDAD DULCE CHACÓN

PROGRAMACIÓN AGOSTO 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: 91 005 99 03 - 624 22 71 66

Correo electrónico: dulcechacon6@madrid.es

Presencialmente: Calle de Tordegrillos 32 (Metro Villaverde Alto o Renfe Villaverde Alto)

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes, de 8 a 16h. 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

¡Ofrecemos un nuevo espacio de recreo para tus peques de 4 a 12 años!

Podrán divertirse mientras acudes a tus citas o participas en las actividades grupales del centro.

De lunes a viernes, de 10.00 a 14.00 horas

Puedes solicitar el servicio en persona, por teléfono o vía mail



CESIÓN DE SALAS



MADRID

Políticas Sociales,
Familia e Igualdad

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espaciodeigualdaddulcechacon



SEMANA DEL 3 AL 7 DE AGOSTO 2026

LUNES 3

MAÑANA

Relajación y estiramientos (M)

10:30 - 12:00h. Semanal



Baila en verano (M)

12:00 - 13:30h. Quincenal



MARTES 4

MAÑANA

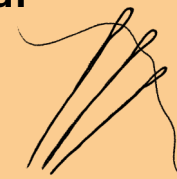
¡Juntas a la piscina! (M)

10:00 - 13:30h. Semanal



Tejedulces: Tejiendo alas construyendo fuerza (M)

10:30 - 12:00h Semanal



Manos que pliegan: Taller de Origami (M)

12:00 - 13:30h. Semanal

MIÉRCOLES 5

MAÑANA

Conoce y disfruta de tu sexualidad (M)

10:30 - 12:00h

Mujeres al microfono y sin miedo (M)

12:00 - 13:30h



JUEVES 6

MAÑANA

¡Juntas a la piscina! (M)

10:00 - 13:30h. Semanal



Hama Beads. Arte y estimulación cognitiva (M)

A través de la creación de diseños con Hama Beads, estimularemos la concentración, la creatividad y la motricidad fina. Un espacio lúdico para aprender, compartir y disfrutar de la expresión artística.

12:00 - 13:30h



VIERNES 7

MAÑANA

Palabras con Alma: escritura creativa (M)

Mediante ejercicios sencillos y dinámicos, expresaremos ideas, emociones y experiencias, potenciando la imaginación, la confianza y el disfrute de escribir, mientras reflexionamos sobre nuestras experiencias con perspectiva de género, reconociendo la diversidad de voces e historias.

12:00 - 13:30h



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

SEMANA DEL 10 AL 14 DE AGOSTO 2026

LUNES 10

MAÑANA

Relajación y estiramientos (M)

10:30 - 12:00h. Semanal



Yoga y armonía (M)

12:00 - 13:00h



MARTES 11

MAÑANA

¡Juntas a la piscina! (M)

10:00 - 13:30h. Semanal



Tejedulces: Tejiendo alas construyendo fuerza (M)

10:30 - 12:00h Semanal



Manos que pliegan: Taller de Origami (M)

12:00 - 13:30h. Semanal

MIÉRCOLES 12

MAÑANA

Entre trazos y calma (M)

Descubre el arte del Zentangle como una herramienta para fomentar la creatividad, la atención plena y la relajación. A través de patrones sencillos y repetitivos, crearemos juntas un espacio de calma, expresión y bienestar compartido.

10:30 - 12:00h. Quincenal

Biodanza (M)

La actividad propone un viaje corporal y emocional donde el grupo explora la presencia, la sensibilidad, la fluidez y la expresión libre a través del movimiento.

12:00 - 13:30h



JUEVES 13

MAÑANA

¡Juntas a la piscina! (M)

10:00 - 13:30h. Semanal



Entre flores de papel: taller de filigrana (M)

A través del arte de la filigrana en papel, crearemos hermosas figuras y diseños. Un espacio para compartir y dejar volar tu creatividad.

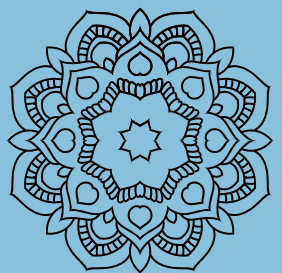
12:00 - 13:30h

VIERNES 14

MAÑANA

Mandalas

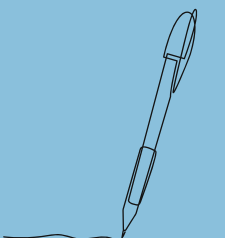
10:30 - 12:00h



Palabras con Alma: escritura creativa (M)

Mediante ejercicios sencillos y dinámicos, expresaremos ideas, emociones y experiencias, potenciando la imaginación, la confianza y el disfrute de escribir, mientras reflexionamos sobre nuestras experiencias con perspectiva de género, reconociendo la diversidad de voces e historias.

12:00 - 13:30h



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

SEMANA DEL 17 AL 21 DE AGOSTO 2026

LUNES 17

MAÑANA

Relajación y estiramientos (M)

10:30 - 12:00h. Semanal



Baila en verano (M)
12:00 - 13:30h. Quincenal



MARTES 18

MAÑANA

¡Juntas a la piscina! (M)

10:00 - 13:30h. Semanal



Tejedulces: Tejiendo alas construyendo fuerza (M)

10:30 - 12:00h Semanal

Manos que pliegan: Taller de Origami (M)

12:00 - 13:30h. Semanal

MIÉRCOLES 19

MAÑANA

¿Te gustaría participar en un juicio? (TP)

¿Sabías que cualquier ciudadano puede ser llamado a formar parte de un juicio? En este taller, hablaremos sobre la figura del jurado popular, debatiremos sobre su importancia y analizaremos algunos casos reales.

10:30 - 12:00h



Historias que importan (TP)

Un acercamiento a las experiencias de mujeres cuyas voces han permanecido demasiado tiempo en silencio. Una invitación a la reflexión sobre la igualdad, la dignidad y los derechos.

12:00 - 14:00h

JUEVES 20

MAÑANA

¡Juntas a la piscina! (M)

10:00 - 13:30h. Semanal



Entre flores de papel: taller de filigrana (M)

A través del arte de la filigrana en papel, crearemos hermosas figuras y diseños. Un espacio para compartir y dejar volar tu creatividad.

12:00 - 13:30h

VIERNES 21

MAÑANA

Permiso para pausar (M)

¿Cuándo fue la última vez que paraste sin sentir culpa? Este es un espacio para mujeres que nunca tienen tiempo para ellas. 90 minutos de reflexión y pausa real, sin pendientes, sin listas, sin rendir cuentas a nadie. Aprenderemos, juntas, que descansar también se aprende.

12:00 - 13:30h



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

SEMANA DEL 24 AL 28 DE AGOSTO 2026

LUNES 24

MAÑANA

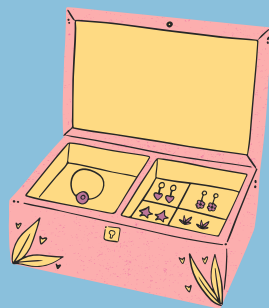
Relajación y estiramientos (M)

10:30 - 12:00h. Semanal



Crea tus propias joyas (M)

12:00 - 13:30h



MARTES 25

MAÑANA

¡Juntas a la piscina! (M)

10:00 - 13:30h. Semanal

Pilates (M)

10:30 - 12:00h

Tejedulces: Tejiendo alas construyendo fuerza (M)

10:30 - 12:00h Semanal



Manos que pliegan: Taller de Origami (M)

12:00 - 13:30h. Semanal

MIÉRCOLES 26

MAÑANA

Entre trazos y calma (M)

Descubre el arte del Zentangle como una herramienta para fomentar la creatividad, la atención plena y la relajación. A través de patrones sencillos y repetitivos, crearemos juntas un espacio de calma, expresión y bienestar compartido.

10:30 - 12:00h. Quincenal

Conoce tus derechos laborales (M)

¿Conoces realmente tus derechos laborales? En este taller descubrirás de forma clara y práctica los principales derechos laborales que te protegen como trabajador. Un espacio participativo para aprender y ganar seguridad.

12:00 - 13:30h

JUEVES 27

MAÑANA

¡Juntas a la piscina! (M)

10:00 - 13:30h. Semanal



Entre flores de papel: taller de filigrana (M)

A través del arte de la filigrana en papel, crearemos hermosas figuras y diseños. Un espacio para compartir y dejar volar tu creatividad.

12:00 - 13:30h



VIERNES 28



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

SEMANA DEL 31 DE AGOSTO 2026

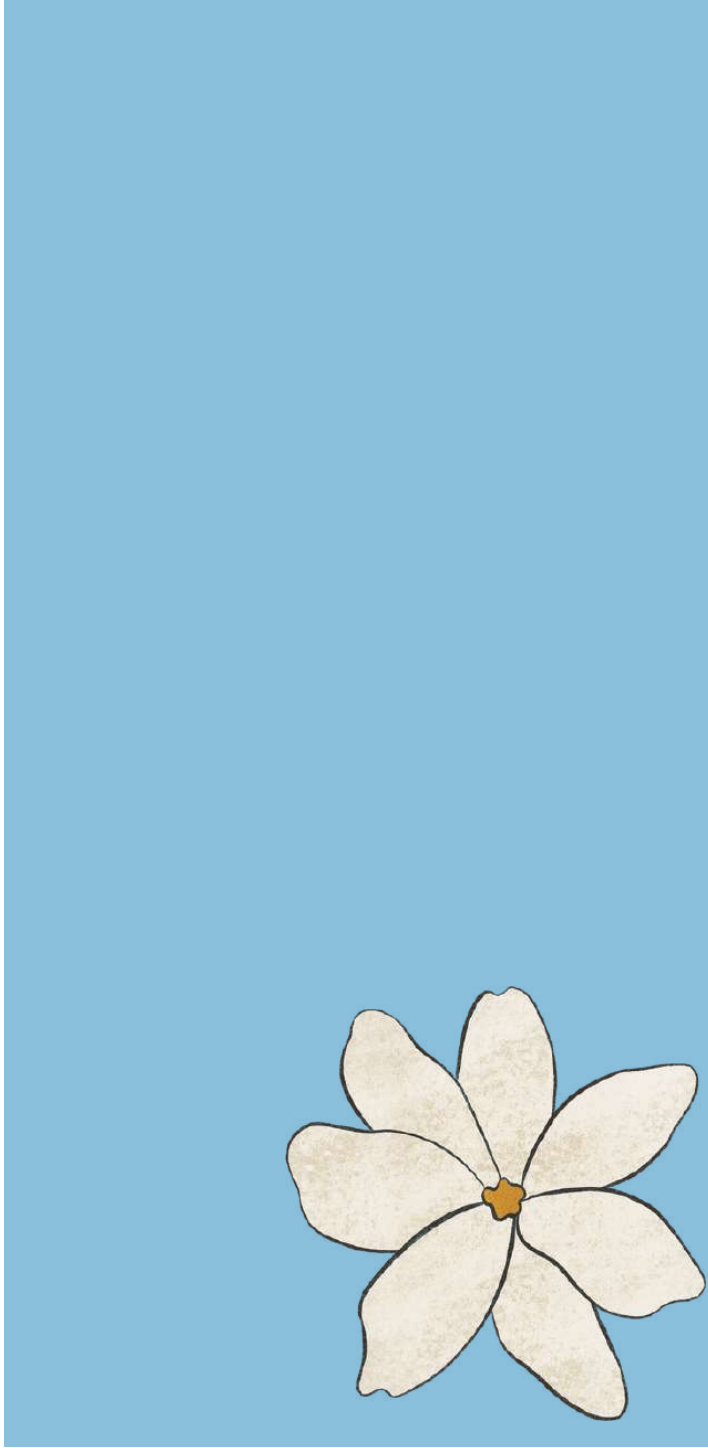
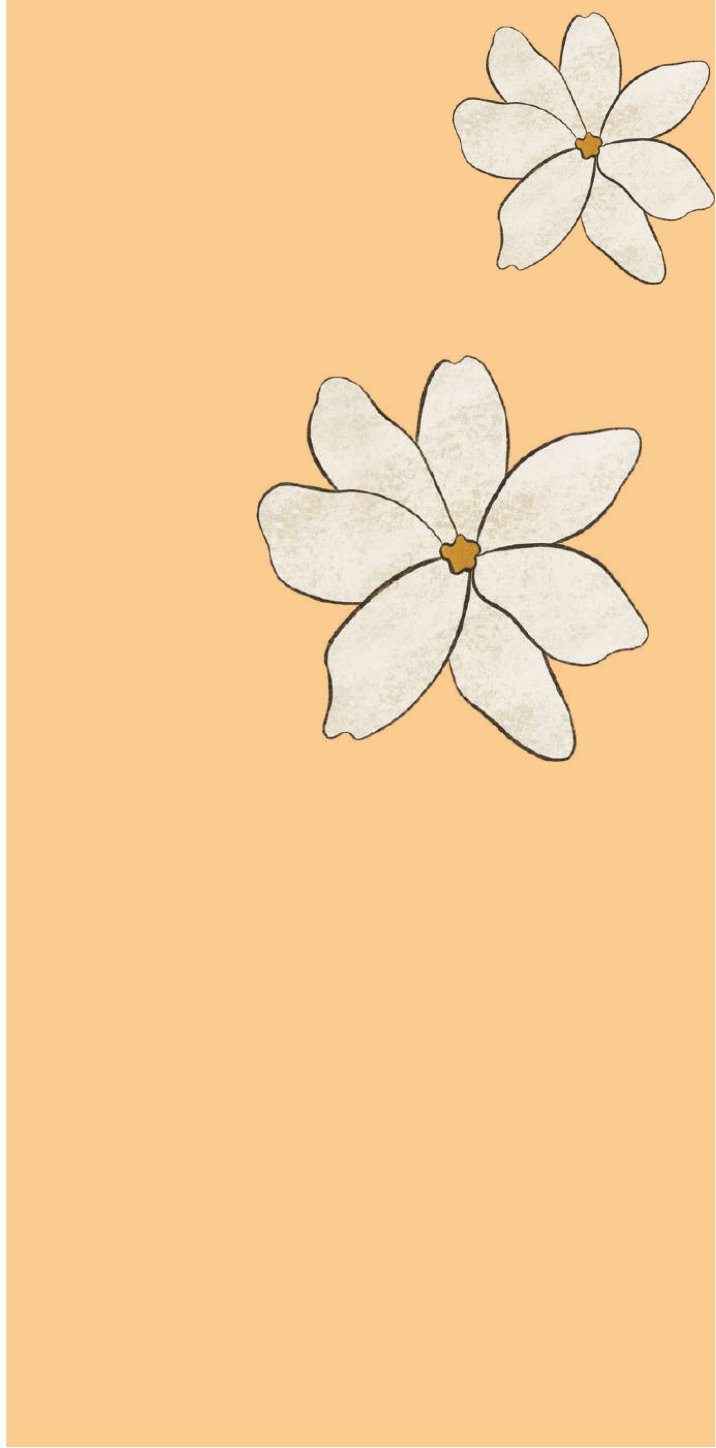
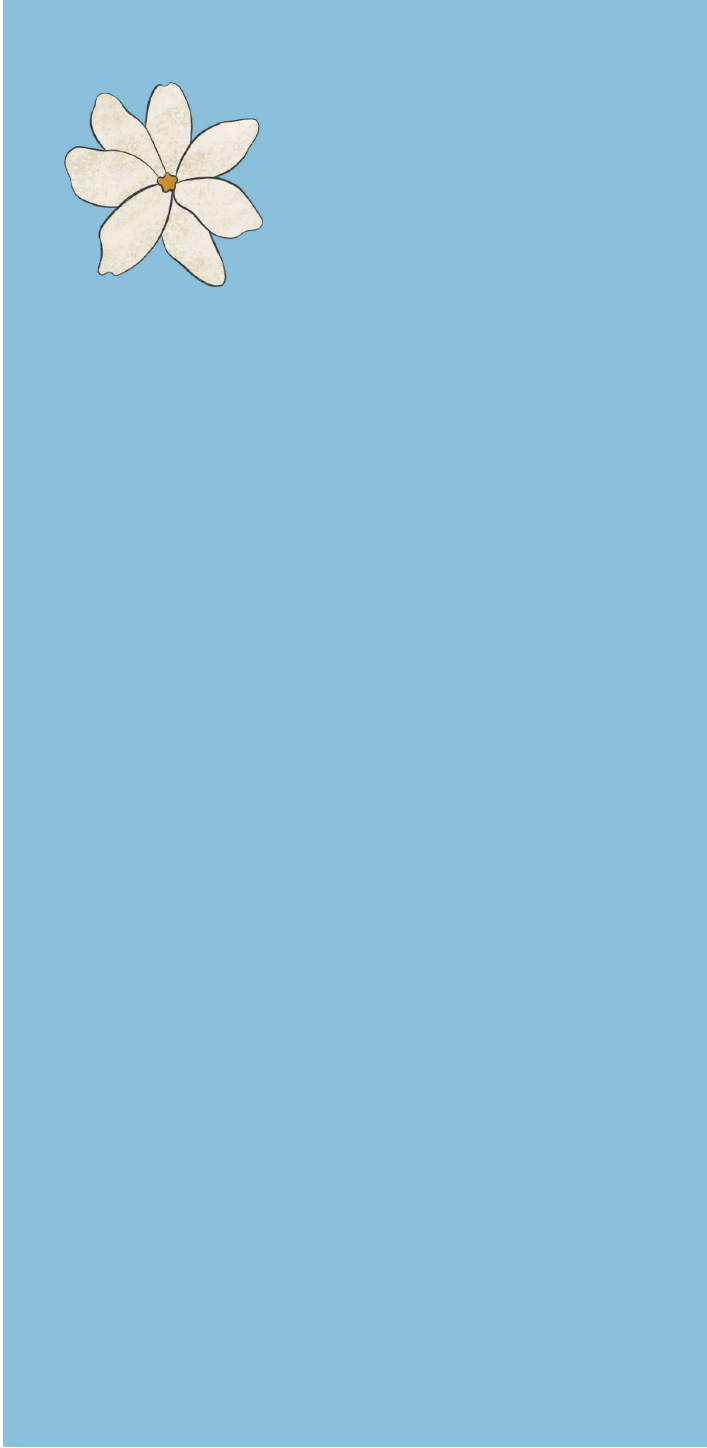
LUNES 31

MAÑANA

**Relajación y estiramientos
(M)**

10:30 - 12:00h. Semanal

Yoga y armonía (M)
12:00 - 13.00h



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