ESPACIO DE IGUALDAD DULCE CHACÓN
PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 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 10 a 14 y de 16 a 20. 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 por las tardes.

De 16:00 a 20:00 horas

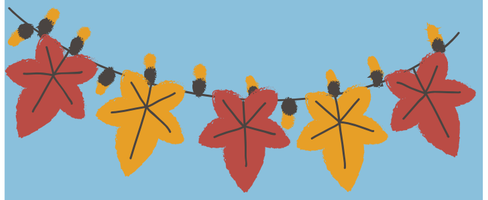
Puedes solicitar el servicio en persona, por teléfono o vía mail

CESIÓN DE SALAS

SEMANA DEL 2 AL 6 DE NOVIEMBRE 2026

LUNES 2

FESTIVO



MARTES 3

MAÑANA

Entre trazos y calma (M)
Descubre el arte del Zentangle
10:30 - 12:00h. Semanal

TARDE

Relajación y estiramientos (M)
16:30 - 17:30h. Semanal

Tejedulces: "Tejiendo alas, construyendo fuerza" (M)
18:00 - 19:30h. Semanal

MIÉRCOLES 4

MAÑANA

Grupo terapéutico "Mujeres que florecen" (M)

El grupo promueve el apoyo mutuo, la creación de redes de acompañamiento y el crecimiento personal. Previa valoración de la psicologa

10:30 - 12:00h. Semanal

Manos en la tierra (M)
Crearemos macetas colgantes y kokedamas, explorando nuestra creatividad y aprendiendo a transformar materiales en piezas únicas.
12:00 - 14:00h. Semanal

TARDE

Yoga (M)
16:30 - 17:30h. Semanal

Taller de uso de teléfonos móviles (M)
18:00 - 19:30h. Semanal

JUEVES 5

MAÑANA

Paseos por Villaverde (TP)
10:30 - 12:00h. Semanal

Yoguilates (M)
Taller que combina yoga y pilates promoviendo el bienestar físico y mental.
12:30 - 13:30h. Semanal

TARDE

Por amor al arte (M)
Grupo artístico en donde expresarnos a través de la pintura.
16:30 - 18:00h. Semanal

Exprésate Bailando (M)
En estas sesiones exploraremos varios estilos de baile para ejercitarnos, relajarnos y pasarlo bien en grupo
18:00 - 19:00h. Semanal

VIERNES 6

MAÑANA

Descubriendo el Día de Muertos (TP)
10:30 - 12:00h.

Nos acercaremos a la Casa de México para conocer su tradicional Altar de Muertos, una de las celebraciones más representativas de la cultura mexicana. Descubriremos el significado de sus colores, objetos y símbolos, y conoceremos una forma diferente de recordar y celebrar a quienes ya no están.



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

SEMANA DEL 9 AL 13 DE NOVIEMBRE 2026

LUNES 9

FESTIVO



MARTES 10

MAÑANA

Entre trazos y calma (M)
Descubre el arte del Zentangle
10:30 - 12:00h. Semanal

TARDE

Relajación y estiramientos (M)
16:30 - 17:30h. Semanal

Tejedulces: "Tejiendo alas, construyendo fuerza" (M)
18:00 - 19:30h. Semanal

MIÉRCOLES 11

MAÑANA

Grupo terapéutico “Mujeres que florecen” (M)
El grupo promueve el apoyo mutuo, la creación de redes de acompañamiento y el crecimiento personal. Previa valoración de la psicologa
10:30 - 12:00h. Semanal

Manos en la tierra (M)
Crearemos macetas colgantes y kokedamas, explorando nuestra creatividad y aprendiendo a transformar materiales en piezas únicas.
12:00 - 14:00h. Semanal

TARDE

Yoga (M)
16:30 - 17:30h. Semanal

Brujas: historias silenciadas (M)
18:00 - 19:30h. Mensual

Taller de uso de teléfonos móviles (M)
18:00 - 19:30h. Semanal

JUEVES 12

MAÑANA

Paseos por Villaverde (TP)
10:30 - 12:00h. Semanal

Yoguilates (M)
Taller que combina yoga y pilates promoviendo el bienestar físico y mental.
12:30 - 13:30h. Semanal

TARDE

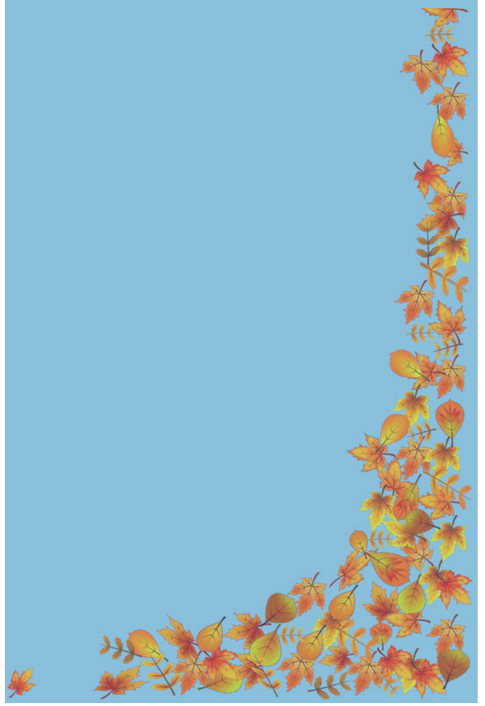
Por amor al arte (M)
Grupo artístico en donde expresarnos a través de la pintura.
16:30 - 18:00h. Semanal

Exprésate Bailando (M)
En estas sesiones exploraremos varios estilos de baile para ejercitarnos, relajarnos y pasarlo bien en grupo
18:00 - 19:00h. Semanal

VIERNES 13

MAÑANA

Crea tus propias joyas (M)
10:30 - 12:00h. Quincenal



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

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 16 AL 20 DE NOVIEMBRE 2026

LUNES 16

MAÑANA

Gimnasia mental (M)

Taller de estimulación cognitiva. Ven y ejercita tu mente con nosotras a través de juegos, dinámicas y ejercicios.

10:30 - 12:00h. Semanal

Aula de informática mañanas (M)

Trabajaremos en el uso básico de Word y Excel, Internet y correo electrónico.

12:00 - 13:30h. Semanal

Moviendo el esqueleto (M)

Reconecta con tu cuerpo y el movimiento a través de diferentes ejercicios de gimnasia.

12:30 - 13:30h. Semanal

TARDE

Aula de informática tardes (M)

16:30 - 18:00h. Semanal

MARTES 17

MAÑANA

Diario de autodefensa emocional a través del zentangle (M)

En esta sesión te invitamos a crear un diario de autodefensa emocional a través de la técnica del zentangle

10:30 - 12:00h. Semanal

¡Nos vamos al cine! (TP)

Ven al cine a ver la película “Sorda” de Eva Libertad. Te esperamos a las 11:15h en la Sala Berlanga.

11:30 - 13:30h.

TARDE

Relajación y estiramientos (M)
16:30 - 17:30h. Semanal

Tejedulces: "Tejiendo conciencia, por una vida libre de violencia" (M)
18:00 - 19:30h.

MIÉRCOLES 18

MAÑANA

Grupo terapéutico: Reconociendo mi valor, fortaleciendo mi voz (M)

Con motivo del 25N en este espacio promovemos en las mujeres el reconocimiento de sus fortalezas, derechos y recursos personales

10:30 - 12:00h.

Manos en la tierra (M)

Crearemos macetas colgantes y kokedamas, explorando nuestra creatividad y aprendiendo a transformar materiales en piezas únicas.

12:00 - 14:00h. Semanal

TARDE

Yoga (M)

16:30 - 17:30h. Semanal

Taller de autodefensa digital móvil M)

18:00 - 19:30h.

JUEVES 19

MAÑANA

Paseos por Villaverde (TP)

10:30 - 12:00h. Semanal

Yoguilates (M)

Taller que combina yoga y pilates promoviendo el bienestar físico y mental.

12:30 - 13:30h. Semanal

TARDE

Por amor al arte (M)

Grupo artístico en donde expresarnos a través de la pintura.

16:30 - 18:00h. Semanal

Más allá de la pantalla (TP)

Descubriremos historias que invitan a mirar el mundo desde nuevas perspectivas. Abordaremos temas como la diversidad, minorías y derechos humano.

18:00 - 19:30h. Semanal

VIERNES 20

MAÑANA

La influencia de los estereotipos de género en la administración de justicia (M)

12:00 - 13:30h.

A través de casos reales, reflexionaremos sobre como la justicia ha reflejado prejuicios y estereotipos sobre las mujeres, construyendo el concepto de mujer "buena" o "mala" ante la ley.



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

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 23 AL 27 DE NOVIEMBRE 2026

MADRID
red de espacios de igualdad
Espacio de Igualdad DULCE CHACÓN

LUNES 23

MAÑANA

Gimnasia Mental: Mente activa, mujeres fuertes (M)

Taller de estimulación cognitiva. Ven y ejercita tu mente con nosotras a través de juegos, dinámicas y ejercicios.

10:30 - 12:00h. Semanal

Aula de informática mañanas (M)

12:00 - 13:30h. Semanal

Moviendo el esqueleto (M)

12:30 - 13:30h. Semanal

TARDE

Informática con mirada violeta: conocemos el 25N (M)

16:30 - 18:00h. Semanal

Desbloquea tu creatividad: : Desenmascarando la violencia (M)

18:00 - 19:30h. Semanal

MARTES 24

MAÑANA

Jornadas 25N: Juntas contra la violencia (M)

En el marco del 25N, te invitamos a este espacio de sensibilización donde reflexionaremos sobre las distintas formas de violencia de género y aprenderemos a reconocer las señales de alerta. Un encuentro para comprender, compartir experiencias y fortalecer herramientas de prevención.

10:30 - 13:30h.

TARDE

Relajación y estiramientos: Cuidarnos también es defendernos (M)

16:30 - 17:30h. Semanal

Villaverde grita Alto contra la Violencia de Género (M)

Encuentro organizado por la Asociación Vecinal La Incolora con motivo del 25N en el Centro Cultural Ágata por las mujeres asesinadas este año.

18:30 - 20:00h.

MIÉRCOLES 25

MAÑANA

Grupo terapéutico “Mujeres que florecen” (M)

El grupo promueve el apoyo mutuo, la creación de redes de acompañamiento y el crecimiento personal. Previa valoración de la psicologa

10:30 - 12:00h. Semanal

Plantaforma en género 25N. Destapando las violencias machistas (M)

Desde la Platanforma en género conmemoramos el 25N en el Parque de Ciudad de los Ángeles. Un acto abierto a toda la población para visibilizar y sensibilizar sobre las violencias machistas que viven las mujeres, bajo el lema: “No lo veis, pero lo vivimos”.

11:00 - 14:00h.

JUEVES 26

MAÑANA

Paseos por Villaverde (TP)

10:30 - 12:00h. Semanal

Yoguilates (M)

Taller que combina yoga y pilates promoviendo el bienestar físico y mental.

12:30 - 13:30h Semanal

TARDE

Por amor al arte (M)

Grupo artístico en donde expresarnos a través de la pintura.

16:30 - 18:00h. Semanal

Más allá de la pantalla: lo que no se ve (TP)

Con motivo del 25N, preparamos esta sesión especial de visionado y debate para reflexionar sobre la violencia contra las mujeres

18:00 - 19:30h.

VIERNES 27

MAÑANA

Crea tus propias joyas (M)

10:30 - 12:00h. Quincenal

Mujer: fuerza, voz y dignidad (M)

Fortalecer la autoestima, la expresión emocional y el reconocimiento de los derechos de las mujeres, promoviendo la reflexión sobre la prevención de la violencia y la construcción de relaciones saludables.

12:00 - 13:30h.

TARDE

El cafecito del mes (M)

Un encuentro mensual pensado para regalarnos un momento para charlar y pasar la tarde. Un espacio donde compartir un café, conversar, reír, desconectar y disfrutar de buena compañía.

17:00 - 18:30h. Mensual

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

SEMANA DEL 30 DE NOVIEMBRE 2026

LUNES 30

MAÑANA

Gimnasia mental (M)

Taller de estimulación cognitiva. Ven y ejercita tu mente con nosotras a través de juegos, dinámicas y ejercicios.

10:30 - 12:00h. Semanal

Aula de informática mañanas (M)

Trabajaremos en el uso básico de Word y Excel, Internet y correo electrónico.

12:00 - 13:30h. Semanal

Moviendo el esqueleto (M)

Reconecta con tu cuerpo y el movimiento a través de diferentes ejercicios de gimnasia.

12:30 - 13:30h. Semanal

TARDE

Aula de informática tardes (M)

16:30 - 18:00h. Semanal

Desbloquea tu creatividad (M)

18:00 - 19:30h. Semanal



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

MADRID | Políticas Sociales, Familia e Igualdad

Dirección General de Igualdad y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

madrid.es/go/espaciodeigualdaddulcechacon