ESPACIO DE IGUALDAD EMILIA PARDO BAZÁN
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: 91 525 68 31/ 605-65 95 05
Correo electrónico: emiliapardobazan6@madrid.es
Presencialmente: Avenida de Badajoz, 60 (metro Barrio de la Concepción)

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.

Desarrollo Profesional: se fomenta la empleabilidad de las mujeres a través de la mejora de sus capacidades, sus competencias y habilidades sociolaborales.

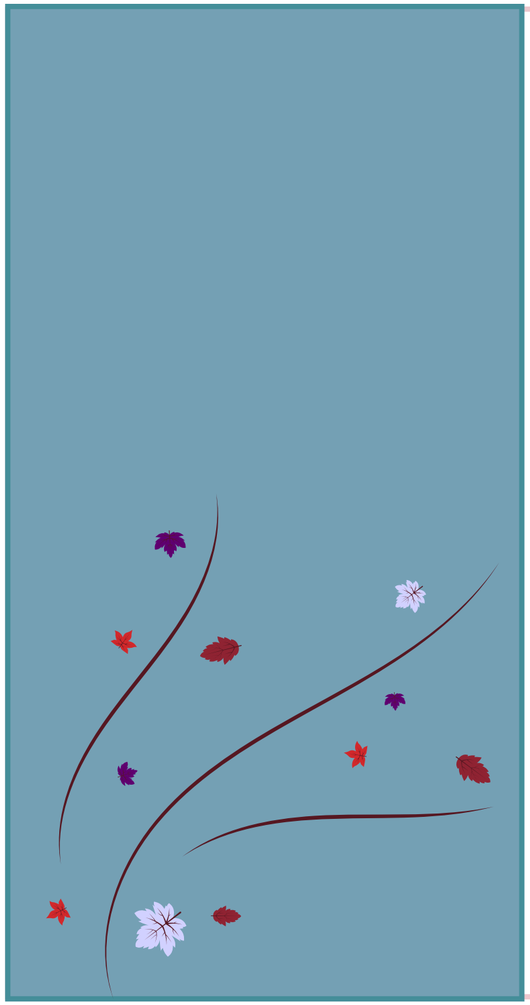
ADEMÁS TENEMOS:

- Acceso libre a internet: Conéctate desde el Emilia.
- Tenemos una tablet para ti. Uso libre.
- Disponibilidad de aulas
- Exposición El Barrio No Trata. Información, carteles y mitos sobre la trata de personas con fines de explotación sexual

MADRID | Políticas Sociales, Familia e Igualdad
Dirección General de Igualdad y contra la Violencia de Género.
Subdirección General de Igualdad y Diversidad
madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espacioigualdademiliapardobazan

SEMANA DEL 3 AL 6 DE NOVIEMBRE 2026

MADRID
red de espacios de igualdad
Espacio de Igualdad
EMILIA PARDO BAZÁN



MARTES 03

MAÑANA

Musicoterapia para mayores (M)

La musicoterapia con perspectiva de género favorece la autoestima, los vínculos

10:30-12:30h.

TARDE

¿Sabes dónde cuidar tu salud en el barrio? (M)

¿Sabes dónde acudir si necesitas cuidar tu salud, tienes alguna preocupación o no sabes a quién pedir ayuda? Ven al Espacio de Igualdad y descubre los recursos de salud que tienes cerca de casa, de la mano del Centro Municipal de Salud Comunitaria.

17:00 a 19:00h.

Consejo de Sabias: El arte de estar bien (M)

17:00 a 19:30h.

MIÉRCOLES 04

MAÑANA

Libera tu Voz (M)

Cantamos, improvisamos y disfrutamos explorando con nuestras voces

12:00-14:00h.

TARDE

Mujeres que han dejado huella: Hedy Lamarr (TP)

Descubre la fascinante historia de la científica y actriz que diseñó un sistema de comunicación secreta para detectar los torpedos contra el régimen nazi, precursora del Wi-Fi y el Bluetooth

17:30 a 19:30h.

JUEVES 05

TARDE

Iniciación a la ciberseguridad. Principales amenazas (M)

¿Quieres sentirte segura cuando utilices tu dispositivo móvil? ¿Preocupada por tus datos y el acceso a páginas webs y links sospechosos? Ven a este taller impartido por Cibervoluntarios para aprender las claves para una navegación y uso del dispositivo móvil seguro. ¡Contamos contigo!

17:00 a 18:00h.

Vivienda y salud: Efectos en la salud del problema de la vivienda (TP)

Compartiremos inquietudes, pensamientos y sensaciones respecto a la situación actual de la vivienda. ¿Qué podemos hacer juntas?

18:00 a 19:30h.

VIERNES 06

MAÑANA

Paseo y relajación por la Dehesa de la Villa (TP)

Quedamos a las 10h en la salida de Francos Rodríguez

10:00-12:30h.

TARDE

Teatro: La afonía del Ruiseñor. Asociación Manuela Cortés (TP)

Te invitamos a la Biblioteca Municipal Pablo Neruda para disfrutar y reflexionar a partir de esta obra de teatro llena de poesía y sabiduría en torno a realidades que nos tocan a todo el mundo

17:30 a 19:30h.

Comunicarnos desde las emociones (M)

Identificar y expresar las emociones

17:30 a 19:30h.

(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.
Subdirección General de Igualdad y Diversidad

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espacioigualdademiliapardobazan

SEMANA DEL 9 AL 13 DE NOVIEMBRE 2026

MADRID
red de espacios de igualdad
Espacio de Igualdad
EMILIA PARDO BAZÁN

LUNES 09



MARTES 10

MAÑANA

TARDE

Consejo de Sabias. Palabras que dejan huella (M)

Compartir experiencias, consejos y aprendizajes que solo el paso de la vida puede enseñarnos.

17:00-19:30h.

MIÉRCOLES 11



JUEVES 12

MAÑANA

Arte, Duelo y Soledad No Deseada: La Música como compañera emocional (TP)

Espacio para reflexionar a través de la creatividad sobre las pérdidas y la soledad.

12:30-14:00h.

TARDE

Tramas que nos unen. Conectando formas (M)

Sumamos y relacionamos colores, tejidos, palabras y texturas

17:00-19:00h.

Explorando el Arte Dramático (M)

Una oportunidad para reinventarse, explorar las emociones, ponerse en la piel de personajes y viajar a través del tiempo con gafas violetas

17:30-19:30h.

VIERNES 13

TARDE

Círculo Masculino Plural (H)

Un espacio para repensar y cuestionar juntos otra manera de vivir en sociedad desde el buentrato, avanzando hacia un cambio personal y colectivo

17:30-19:30h.

(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.
Subdirección General de Igualdad y Diversidad

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espacioigualdademiliapardobazan

SEMANA DEL 16 AL 20 DE NOVIEMBRE 2026

LUNES 16

MAÑANA

Autocuidado desde el movimiento. Grupo 1 (M)

10:00-11:30h.

Grupo terapéutico: paseo literario (M)

En este taller visitaremos la nueva librería Acuerpaletras en el barrio. Reflexionaremos juntas sobre cómo las librerías nos ayudan a mejorar nuestro bienestar.

12:30-14:00h.

TARDE

Comunicación asertiva y gestión saludable de conflictos (TP)

Desarrollamos herramientas para comunicarnos de forma más asertiva y saber cómo actuar mejor ante los conflictos

17:00-19:30h.

MARTES 17

MAÑANA

¡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, C/ Andrés Mellado, 53. Plazas limitadas: 10

11:15-13:30h.

Visita guiada al Museo Nacional de Artes Decorativas (TP)

Nos vemos directamente en este palacio, en la calle Montalbán, 12. Plazas limitadas: 10

11:15-13:30h.

TARDE

Consejo de Sabias. La fuerza de estar juntas (M)

Reconocer el valor de la amistad, la escucha y el apoyo que encontramos unas en otras

17:00-19:30h.

MIÉRCOLES 18

MAÑANA

Libera tu Voz (M)

Expresa y libera tu voz y tu creatividad, disfrutando del canto en grupo y de la improvisación vocal. No necesitas tener estudios musicales para participar, aunque si los tienes también son bienvenidos

12:00-14:00h.

TARDE

Danza tus emociones (TP)

Aprende a identificar, validar, expresar y calmar tus emociones a través de la danza, mientras celebramos el Día Europeo de la Musicoterapia

17:00-19:30h.

JUEVES 19

MAÑANA

Mujeres en línea. Resuelve tus dudas digitales 1 (M)

¿Tienes dudas con el uso del móvil? No te pierdas este taller, donde te ayudarán a resolverlas y aprender a utilizar mejor sus posibilidades

10:00-12:00h.

TARDE

Herramientas clave para impulsar tu empleabilidad digital (M)

¿Sabías que los dispositivos digitales pueden ayudarte en la búsqueda de empleo?
Ven a este taller y aprende con nosotras las distintas herramientas que ofrece internet para reforzar tu candidatura

17:00-19:00h.

VIERNES 20

TARDE

Círculo Masculino Plural (H)

Un espacio para repensar y cuestionar juntos otra manera de vivir en sociedad desde el buentrato, avanzando hacia un cambio personal y colectivo

17:30-19:30h.

(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.
Subdirección General de Igualdad y Diversidad

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espacioigualdademiliapardobazan

SEMANA DEL 23 AL 27 DE NOVIEMBRE 2026

LUNES 23

MAÑANA

Autocuidado desde el movimiento. Grupo 2 (M)

En este espacio de bienestar físico, nos tomaremos el tiempo necesario para que cada parte de nuestro cuerpo descanse y se estire a su ritmo

10:00-11:30h.

Apaga la violencia, enciende la pantalla. (TP)

Actividad comunitatria: Cinefórum, proyección de cortometrajes por el 25N

11:30-13:00h.

TARDE

Danza libre y trabajo corporal(M)

Exploramos el movimiento desde nuestra expresión más auténtica,

17:30-19:30h.

MARTES 24

MAÑANA

Musicoterapia para mayores (M)

Potenciamos la igualdad y el buentrato a través de actividades de danza libre, trabajo con canciones, juegos e improvisación musical

10:30-12:30h.

TARDE

Consejo de Sabias. Siempre hay un lugar para nosotras (M)

Celebrar nuestro camino compartido y recordar que el Consejo de Sabias es un lugar al que siempre merece la pena volver.

17:00-19:30h.

MIÉRCOLES 25

MAÑANA

Cantando Juntas (M)

¿Te gusta cantar? Vente a unir nuestras voces contra la violencia de género y por las relaciones de buentrato. No necesitas tener estudios musicales para participar

12:00-14:00h.



JUEVES 26

MAÑANA

Mujeres en línea. Resuelve tus dudas digitales 2 (M)

Este taller se adaptará al nivel y necesidades de las participantes para aprender a usar el móvil de forma práctica

10:00-12:00h.

Marcha y desayuno por los buenos tratos (TP)

Únete a la marcha y el desayuno que hacemos en Jazmín

10:00-13:30h.

TARDE

Tramas que nos unen. La obra que compartimos (M)

Completamos los últimos detalles y damos forma final a nuestra creación colectiva

17:00-19:00h.

Explorando el Arte Dramático (M)

17:30-19:30h.

VIERNES 27

TARDE

Sesión de cortometrajes Cine y Diversidad (TP)

¡No te pierdas este cine-fórum de la mano de la Cinemateca Pedro Zerolo! A través de varios cortometrajes, podremos reflexionar y compartir en torno a la igualdad y los derechos de las personas LGBTI

17:30-19:30h.

(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.
Subdirección General de Igualdad y Diversidad

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espacioigualdademiliapardobazan

30 DE NOVIEMBRE 2026

LUNES 30

MAÑANA

Autocuidado desde el movimiento. Grupo 1 (M)

10:00-11:30h.

Taller de suelo pélvico (M)

Plazas limitadas: 10

12:00-13:30h.

Grupo terapéutico (M)

12:30-14:00h.

TARDE

La escritura como forma de resiliencia. Presentación del libro "Personas, diferencias y oportunidades", de Marina Paula Rodríguez (TP)

17:30-19:00h.



"Cada vez que una mujer se levanta por sí misma, sin saberlo o sin pretenderlo, se levanta por todas las mujeres".

Maya Angelou (1928–2014). Poeta, escritora y activista afroamericana por los derechos civiles

(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.
Subdirección General de Igualdad y Diversidad

madrid.es/espaciosdeigualdad
madrid.es/go/espacioigualdademiliapardobazan