

ESPACIO DE IGUALDAD JUANA DOÑA

PROGRAMACIÓN MAYO 2024



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 a 14 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

SEMANA DEL 1 AL 3 DE MAYO 2024



MIÉRCOLES 01

FESTIVO

JUEVES 02

FESTIVO

VIERNES 03

Los libros que leíste. El miedo de las noches, las banquetas de encina, tu pasar encorvado, que escondías de todos los muchachos. Las dos oposiciones, los niños, cuatro partos, mil anginas y cincuenta kilogramos servidos de embarazo.

(...)

Todo está inscrito, aunque nadie lo vea, en ese claroscuro que revisa tu médico.

Ya se sabe, los años... Si señor, mi esqueleto ha vivido conmigo cada instante y hoy me pasa factura. Pues lo huesos mejor que en un diario, registran nuestra historia como nadie.

Juana Castro (1945-) Poeta española.



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



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 6 AL 10 DE MAYO 2024

LUNES 06

MAÑANA

Grupo de Teatro Social Comunitario (TP)

Espacio de dialogo y propuestas que te llevarán a experimentar diferentes emociones y de transformación social.

10:30-12:00h Quincenal



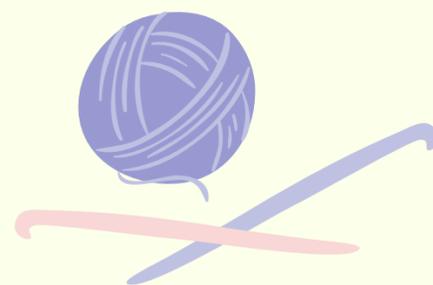
MARTES 07

MAÑANA

La memoria de las mujeres (M)

Espacio en proceso de autogestión dedicado al autocuidado mental y la estimulación cognitiva con perspectiva de género.

11:00-13:00h Semanal



TARDE

Red de Ganchilleras (M)

Las integrantes se van organizando para encontrarse, crear elaboraciones conjuntas de ganchillo y, en definitiva, tejer red.

17:00-19:00h Semanal

MIÉRCOLES 08

MAÑANA

Taller de cuadro de esquejes (TP)

Haremos esquejes de tallo en directo e informaremos de cuáles son las mejores maneras de pasar tu esqueje a maceta. Podrás llevarte un cuadro con esquejes elaborado por ti.

11:00-13:00h



TARDE

Economía social y solidaria (TP)

¿Cómo construir una economía feminista?, ¿una economía que respete al resto de especies? Una economía que ponga la vida en el centro.

17:45-19:45h

JUEVES 09

MAÑANA

Fortalece tu autoestima (M)

Pensaremos en nuestras fortalezas, valorarnos, aceptarnos y atender a nuestras necesidades.

10:30-12:30h Semanal



TARDE

Círculo de mujeres (M)

Espacio para reunirse y compartir saberes y sentires.

17:30-19:30h Mensual

Las historias que llevamos dentro (M)

Taller de escritura.

18:00-19:30h Quincenal

VIERNES 10

MAÑANA

¡Qué nos quiten lo bailao! (M)

Aprenderás a tocar y bailar en grupo con el agbê. No es necesaria experiencia previa, solo las ganas y el compromiso.

10:30-12:30h Quincenal



TARDE

Taller de Clown (M)

Disfrutaremos jugando y descubriendo a nuestras payasas.

17:30-19:30h Quincenal

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



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 13 AL 17 DE MAYO 2024



LUNES 13

MAÑANA

Paseo por la Justicia (TP)
Realizaremos una visita informada por los alrededores de las instituciones de Justicia más importantes y emblemáticas.
10:30-12:30h

Grupo de Teatro Social Comunitario (TP)
Espacio de dialogo y propuestas que te llevarán a experimentar diferentes emociones y de transformación social.
10:30-12:00h Quincenal



MARTES 14

MAÑANA

La memoria de las mujeres (M)
Espacio en proceso de autogestión dedicado al autocuidado mental y la estimulación cognitiva con perspectiva de género.
11:00-13:00h Semanal

TARDE

Club de lectura: leemos identidad (TP)
Analizaremos con perspectiva de género textos escritos y reconstruiremos alguno de ellos.
18:00-19:30h

Red de Ganchilleras (M)
Las integrantes se van organizando para encontrarse, crear elaboraciones conjuntas de ganchillo y, en definitiva, tejer red.
17:00-19:00h Semanal

MIÉRCOLES 15

FESTIVO

JUEVES 16

MAÑANA

Fortalece tu autoestima (M)
10:30-12:30h Semanal
Ruta de plantas silvestres por Arganzuela (TP)
10:30-12:30h

Pedagogía feminista: teoría y práctica (TP)
Formación a profesionales de los distritos de Arganzuela, Usera y Villaverde
10:00-14:00h

TARDE

Grupo de Crianza (TP)
Dirigido a personas con criaturas de 0 a 18 meses.
16:00-17:30h

Grupo de Crianza (TP)
Dirigido a personas con criaturas de 18 meses a 3 años.
18:00-19:30h

VIERNES 17

MAÑANA

Háztelo tú misma: espejo por el Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres (M)
10:30-13:00h



TARDE

Videoforum publicitario (TP)
Identificaremos distintas violencias y roles de género que afectan a la construcción de nuestra identidad.
18:00-19:30h

El coro de las Doñas (TP)
Grupo para explorar y disfrutar usando la voz y ensayando el canto coral.
18:00-19:30h Quincenal

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



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 20 AL 24 DE MAYO 2024

LUNES 20
MAÑANA

Charlemos sobre el duelo: La compasión (M)
Hablaemos sobre la importancia de la compasión en el proceso de duelo.
10:30-12:30h

Grupo de Teatro Social Comunitario (TP)
Espacio de dialogo y propuestas que te llevarán a experimentar diferentes emociones y de transformación social.
10:30-12:00h Quincenal



MARTES 21
MAÑANA

La memoria de las mujeres (M)
Espacio en proceso de autogestión dedicado al autocuidado mental y la estimulación cognitiva con perspectiva de género.
11:00-13:00h Semanal

TARDE

Red de Ganchilleras (M)
Las integrantes se van organizando para encontrarse, crear elaboraciones conjuntas de ganchillo y, en definitiva, tejer red.
17:00-19:00h Semanal

Autodefensa Jurídica: Violencia hacia las mujeres en el trabajo (M)
Se proporcionarán conceptos claros sobre estas violencias y ejemplos cotidianos.
17:30-19:30h Semanal

MIÉRCOLES 22
MAÑANA

Salud mental y género (M)
Con motivo del Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres realizaremos un encuentro con componentes de Orgullo Loco Madrid.
10:30-13:00h

Bienestar corporal (M)
Espacio para a través de la danza, la expresión corporal, la respiración, cuidarnos y disfrutar pasando un buen rato entre todas.
10:30-12:00h

TARDE

Una chapuzas en casa (M)
Aprenderemos sobre electricidad. No es necesario ningún conocimiento previo solo las ganas de aprender.
17:30-19:30h

JUEVES 23
MAÑANA

Fortalece tu autoestima (M)
Pensaremos en nuestras fortalezas, valorarnos, aceptarnos y atender a nuestras necesidades.
10:30-12:30h Semanal

TARDE

Grupo de comunicación no violenta (M).
17:30-19:30h Mensual

Las historias que llevamos dentro (M)
Taller de escritura.
18:00-19:30h Quincenal



VIERNES 24
MAÑANA

¡Qué nos quiten lo bailao! (M)
Aprenderás a tocar y bailar en grupo con el agbê sin experiencia previa, solo las ganas y el compromiso.
10:30-12:30h Quincenal



TARDE

Encuentro Interespacial por la Salud de las Mujeres ¡Qué nos quiten lo bailao! (M)
Encuentro en el que mover nuestro cuerpo como herramienta para nuestra salud.
17:00-20:00h

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



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad



SEMANA DEL 27 AL 31 DE MAYO 2024

LUNES 27
MAÑANA

Grupo de Teatro Social Comunitario (TP)
Espacio de dialogo y propuestas que te llevarán a experimentar diferentes emociones y de transformación social.
10:30-12:00h Quincenal



TARDE

Club de cine: Las chicas del celuloide (TP)
Veremos la película Pájaros, de Pau Durà.
16:45-19:30h

MARTES 28
MAÑANA

La memoria de las mujeres (M)
Espacio en proceso de autogestión dedicado al autocuidado mental y la estimulación cognitiva con perspectiva de género.
11:00-13:00h Semanal

TARDE

Red de Ganchilleras (M)
Las integrantes se van organizando para encontrarse, crear elaboraciones conjuntas de ganchillo y, en definitiva, tejer red.
17:00-19:00h Semanal

Wikipedia para principiantes, porque sin mujeres Wikipedia no es una enciclopedia. (M)
En este taller darás los primeros pasos para editar en Wikipedia.
18:15-20:15h

MIÉRCOLES 29
MAÑANA

Formación para profesionales sobre TDAH (TP)
Conoceremos las principales cualidades de las personas con TDAH, las discriminaciones múltiples que sufren y cómo intervenir con ellas.
12:00-13:30h

Bienestar corporal (M)
Espacio para a través de la danza, la expresión corporal, la respiración, cuidarnos y disfrutar pasando un buen rato entre todas.
10:30-12:00h



JUEVES 30
MAÑANA

Fortalece tu autoestima (M)
Pensaremos en nuestras fortalezas, valorarnos, aceptarnos y atender a nuestras necesidades.
10:30-12:30h Semanal



VIERNES 31

A un paciente con sufrimiento psíquico no hay que preguntarle qué tienes, sino qué te ha pasado en la vida. Hay que escuchar el dolor de los pacientes porque la fragilidad, la vulnerabilidad de las personas ante las cosas que les ocurren es lo que provoca que se rompan.
Silvia García, formadora en salud mental.

TARDE

El coro de las Doñas (TP)
Grupo para explorar y disfrutar usando la voz y ensayando el canto coral.
18:00-19:30h Quincenal

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



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

