

# ESPACIO DE IGUALDAD JUANA DOÑA

## PROGRAMACIÓN JULIO 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](mailto: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 5 DE JULIO 2024

## LUNES 1

*No soy un pájaro y ninguna red me atrapa, soy un ser humano libre con un espíritu independiente.*  
Charlotte Brontë  
(1816-1855)  
Novelista inglesa.

## MARTES 2



## MIÉRCOLES 3

## JUEVES 4



## VIERNES 5

(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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)



# SEMANA DEL 8 AL 12 DE JULIO 2024

LUNES 8



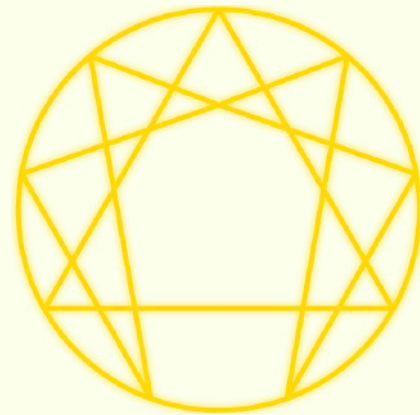
TARDE

## ¡A mí no me lées! (M)

¿Alguna vez te has sentido manipulada o has cedido sin ser muy consciente de ello? En este taller aprenderemos a identificar y poner freno a las manipulaciones.

**17:30-19:30h**

MARTES 9



TARDE

## Taller: eneagrama dinámico (M)

Conoceremos el eneagrama como instrumento de autoconocimiento personal y como herramienta para poder poner límites que nos ayuden a prevenir y erradicar las relaciones que no nos hacen sentir bien. Descubriremos los eneatisipos que existen y veremos con cual nos identificamos cada una de manera dinámica y divertida.

No es necesario tener experiencia ni conocimientos previos.

**17:30-19:30h**

MIÉRCOLES 10

MAÑANA

## Taller: Jarrón decorativo artesano (TP)

Con el fin de fomentar la creatividad ven a decorar botes de cristal con pintura acrílica, calcomanías y otros elementos. Las personas participantes elaborarán sus propios botes personalizados con total libertad, y podrán llevárselos a sus casas y disfrutar de su decoración.

**11:00-13:00h**



JUEVES 11



TARDE

## Taller de Fotobordado: el hilo que nos une (M)

El bordado, técnica tan antigua y actual, repleta de cultura y significados, siempre estuvo presente en nuestro cotidiano. El taller invita a utilizar esta técnica en un soporte diferente que es el papel fotográfico, a partir de fotografías de las mujeres de nuestras familia y/o anónimas de mujeres con la intención de recuperar una memoria, un anonimato y darle significación actual.

**17:00-19:30h**

VIERNES 12

MAÑANA

## Pioneras del Cine Español (M)

¿Sabes quiénes fueron las primeras mujeres relacionadas con el cine en España? Conoceremos a las pioneras, mujeres con mucho coraje, trabajando en un medio precario que apenas comenzaba a existir. Vente a conocer a grandes artistas invisibilizadas, estaremos fresquitas y podremos ver algunas de sus obras proyectadas.

**10:30-12:00h**



(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

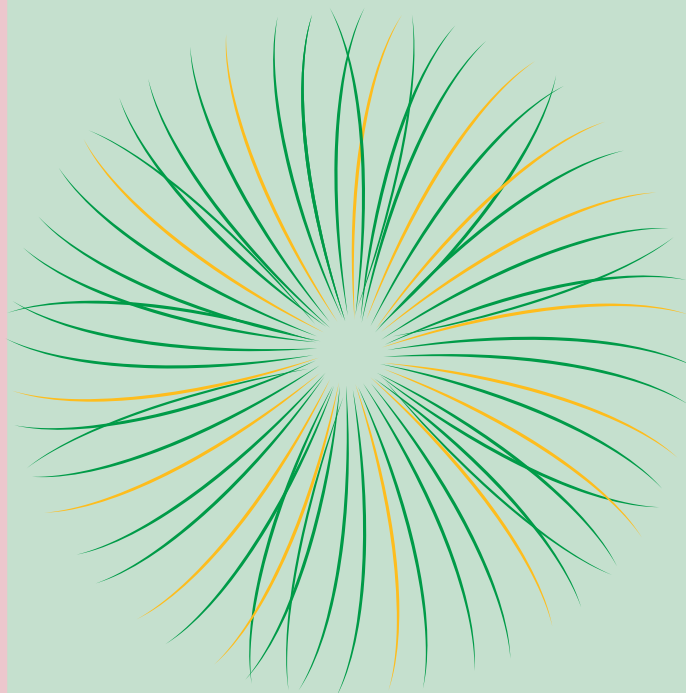
[madrid.es/espaciosdeigualdad](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)





# SEMANA DEL 15 AL 19 DE JULIO 2024

LUNES 15



TARDE

**¡A mí no me líes!** (M)

¿Alguna vez te has sentido manipulada o has cedido sin ser muy consciente de ello? En este taller aprenderemos a identificar y poner freno a las manipulaciones.

**17:30-19:30h**

MARTES 16

MAÑANA

**Taller: Mujeres visibles**  
(TP)

Llega el calor de verano y puede ser un buen momento para pasar las altas temperaturas entre lectura y lectura. Hagámos marcapáginas mientras reflexionamos sobre la visibilización de las mujeres en la literatura.

**10:30-13:00h**



MIÉRCOLES 17

MAÑANA

**Charlemos sobre duelo: death coffee** (M)

Desayuno coloquio entorno al duelo y la muerte, donde daremos cabida a ideas y experiencias sobre el tema. En colaboración con CMSc Arganzuela.

**10:30-12:30h**



JUEVES 18

TARDE

**Una chapuzas en casa** (M)

Aprender a realizar pequeños arreglos en casa nos puede dar mayor autonomía e independencia en nuestra vida.

No es necesario ningún conocimiento previo solo las ganas de aprender.

Elaboraremos una lámpara y aprenderemos a cambiar el cable de la antena.

**17:30-19:30h**

VIERNES 19

MAÑANA

**Taller de movimiento expresivo: dar cuerpo a la vida** (M)

Exploraremos la alegría y el placer del movimiento. Danzaremos la vida con nuestro propio ritmo, desarrollando todo nuestro potencial, disfrutando y creando belleza.

**10:30-12:30h**



(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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)



# SEMANA DEL 22 AL 26 DE JULIO 2024

LUNES 22

MAÑANA

**Desayunos con la abogada: Trata de mujeres. Taller jurídico (TP)**

La trata de seres humanos y, especialmente, la de mujeres y niñas, es una forma cruel de violencia contra las mujeres. Es una realidad que existe en nuestro país y en el mundo entero; es necesario saber de su existencia y posicionarnos contra ella.

**10:30-12:30h**

TARDE

**Club de cine: las chicas del celuloide (TP)**

Este mes veremos la película "SIEMPRE NOS QUEDARÁ MAÑANA!" de Paola Cortellesi

**16:45-19:30h**

MARTES 23

MAÑANA

**Una chapuzas en casa (M)**

Aprender a realizar pequeños arreglos en casa nos puede dar mayor autonomía e independencia en nuestra vida. No es necesario ningún conocimiento previo solo las ganas de aprender.

**10:30-12:30h**

MIÉRCOLES 24

TARDE

**Taller: ¡Somos creativas! (M)**

A través de la creatividad podemos descubrir mil cosas sobre nosotras, es por eso que, te invitamos a disfrutar, sentirte libre y original. ¡Ven a jugar!

**17:30-19:30h**

JUEVES 25

VIERNES 26



(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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)





# SEMANA DEL 29 AL 31 DE JULIO 2024

LUNES 29



MARTES 30

MIÉRCOLES 31



TARDE

**Taller de movimiento expresivo: concienciación con-tacto (M)**

Conectar con el cuerpo, escucharlo, energizarlo, relajarlo, cuidarlo, sensibilizarlo, moverlo, desbloquearlo...

**17:30-19:30h**



(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](https://madrid.es/espaciosdeigualdad)

