



MARÍA MOLINER

Espacio de Igualdad

PROGRAMACIÓN MAYO 2022

“Tenemos una tarea de enseñar los cuidados, pero no solo los tradicionales de la familia. Hay que extenderlos al mundo, hacia los animales, los ecosistemas. Porque esta sociedad de papeles tan bipolarizados para hombres y mujeres que ha desarrollado el patriarcado no ha favorecido la preservación de la Tierra como hogar. Pensar en términos de ayuda es el gran reto que tenemos”.

Alicia Puleo (1952). Filósofa y activista feminista.

RED MUNICIPAL DE ESPACIOS DE IGUALDAD

Es un recurso público municipal especializado en la promoción de la igualdad y la prevención de la violencia machista.

Para ello, 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.

HORARIO DE ATENCIÓN:

Lunes a viernes de 10 a 14h y de 16:30 a 20:30h.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 525 69 58

Correo electrónico: mariamoliner6@madrid.es

Presencialmente: calle Honrubia, 4 (metro Congosto)

1

Espacio de Igualdad

MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4

Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

www.madrid.es/espaciosdeigualdad





SERVICIOS DE ATENCIÓN INDIVIDUAL:

Dirigida 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.

ACTIVIDADES GRUPALES

Algunas de estas actividades son de continuidad, por lo que te invitamos a contactar con el Espacio de Igualdad para consultar las plazas disponibles.

2

ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN

Dirigida a la población general y profesionales que quieran profundizar en temas relacionados con la igualdad y la diversidad de género.

VISITAS Y PASEOS:

“Nos vamos de excursión”

¿Disfrutas de los paseos al aire libre? ¿Te gusta conocer nuevos rincones naturales de Madrid?

Os proponemos una ruta básica para explorar nuestra ciudad mientras compartimos nuestras experiencias.

En esta ocasión descubriremos el Bosque de Herrería, y llegaremos hasta la silla de Felipe II. Extensión de la ruta: 8 km.

Dirigido a toda la población.

Metro Villa de Vallecas.

Viernes 27 de mayo. De 10 a 17 horas.





“El poder de caminar”. Nivel medio

Paseos para mujeres liderados por las mismas protagonistas. Cada mujer es protagonista de su propia historia y de sus decisiones. Después de pasar tantas horas en casa se hace necesario tomar aire y activar cuerpo y mente. En los paseos semanales que realizamos nos juntamos para decidir colectivamente los trayectos, fomentando el liderazgo y la toma de decisiones. Os proponemos que forméis parte de nuestro grupo de mujeres que salen a caminar y disfrutemos haciéndolo juntas por los parques de nuestro barrio.

Todos los jueves. De 10 a 11:30 horas.

“Ejercicios al aire libre”. Nivel básico

Las cargas laborales, familiares y sociales, junto con la pandemia y la vida sedentaria hacen que sea difícil hacer ejercicio y salir de casa. Sin embargo, es necesario mantenerse activa y cuidar nuestro cuerpo haciendo ejercicio. En esta actividad realizaremos diferentes ejercicios al aire libre combinando técnicas físicas como la gimnasia o la expresión corporal.

Viernes 6 y 20 de mayo. De 10:30 a 12 horas.

3

TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS:

“Conceptos financieros básicos”

Beneficios, pérdidas, ingresos, gastos, son conceptos que se encuentran en nuestro día a día pero que en muchas ocasiones nos es complicado interiorizar. En esta colaboración con Nantik Lum, ofrecemos un espacio donde explorar algunos de estos conceptos y cómo pueden ayudarnos si los incorporamos en nuestra vida diaria.

Actividad realizada en colaboración con Nantik Lum.

Lunes 30 de mayo. De 12:30 a 14 horas.

“Espacio feminista: La utopía está en el horizonte”

En muchas ocasiones nos es complicado encontrar lugares o personas con los que compartir inquietudes o pensamientos críticos que nos surgen. Por eso, abrimos un espacio dirigido a compartir textos, teorías, o reflexiones propias que tienen que ver con las opresiones que nos interpelan y qué trabajo podemos hacer para lidiar con ellas en nuestra vida diaria.

Lunes 9 y 23 de mayo. De 18:30 a 20 horas.



“Cómo hablar de sexualidad en familia: claves y herramientas en infancia y adolescencia.”

Taller dedicado a aprender herramientas para acompañar la educación sexual en infancia y adolescencia asegurando el respeto, igualdad y diversidad. Durante esta actividad comprenderemos los procesos evolutivos de las criaturas y cómo la socialización del género afecta y modifica sus vivencias y conductas. Aprenderemos herramientas para saber responder a sus preguntas, respetando y legitimando sus necesidades, con el objetivo de poder realizar una adecuada educación sexual en el hogar.

Miércoles 25 y martes 31 de mayo de 17 a 18:30 horas.

HOMBRES POR LA IGUALDAD:

“¿REvisionamos juntos?”

¿Masculinidad tradicional, igualdad, roles y estereotipos de género? ¿Qué nos dice la industria audiovisual sobre todo ello y cómo impacta en nuestros pensamientos, conductas y sentires?

Abrimos un espacio dirigido a hombres en el que podamos entrenar y fortalecer una visión social crítica poniendo el foco en las desigualdades de género. Estos encuentros estarán guiados por diferentes herramientas audiovisuales que serán el impulso de un conjunto de sesiones para compartir, explorar y seguir avanzando colectivamente hacia la igualdad.

Dirigido a hombres.

Jueves 5 y 19 de mayo. De 18 a 20 horas.

CICLOS DE CINE:

“Cineclub”

Continuamos con nuestro “Club de cine” para mujeres dedicado a disfrutar del cine y compartir reflexiones en torno a este arte. Cada mes os propondremos películas a las que podremos acceder de manera fácil y gratuita a través de la plataforma eBiblio de las Bibliotecas Públicas de Madrid. Elegiremos de manera conjunta películas que nos permitan abordar y conocer la situación de las mujeres en los diferentes ámbitos y culturas, estableceremos un espacio de reflexión y diálogo tras el visionado.

Dirigido a toda la población.

Jueves 26 de mayo. De 17:30 a 20 horas.



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA.

Dirigida a población general y profesionales que quieran mejorar sus conocimientos y habilidades para prevenir y detectar la violencia machista.

TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS:

“Sesión Informativa Recursos y derechos víctimas de violencia de género y personas de su entorno”

La información es poder, por ello desde nuestro Espacio de Igualdad nos surge la necesidad facilitar, actualizar y recopilar la relación de organismos, recursos y servicios que acrediten las situaciones de violencia de género, así como un repaso a los derechos reconocidos por la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre y otras normas aplicables

Actividad realizada en colaboración con Secretariado Gitano. Grupo cerrado.

Jueves 26 de mayo. De 17 a 18:30 horas.

“Prevención y detección de la violencia sexual”

5

Violencia de género, machista, sexual, física, estética, vicaria, psicológica, doméstica, obstétrica, económica... las mujeres nos enfrentamos a diario a un sinfín de violencias que van desde lo más sutil hasta lo verdaderamente desgarrador. No importa el origen, la edad ni la clase social, la violencia contra las mujeres traspasa todo tipo de barreras. Si quieres aprender el significado de este concepto y descubrir sus implicaciones, no te pierdas esta charla.

Actividad impartida por Patt Oliver, sexóloga feminista experta en violencia contra las mujeres.

Dirigido a toda la población.

Viernes 20 de mayo. De 11 a 13 horas.

ACTIVIDADES DE EMPODERAMIENTO.

Dirigida a mujeres que quieran iniciar o fortalecer su proceso de empoderamiento personal junto a otras mujeres.

BIENESTAR FÍSICO:

“Moviendo el esqueleto”. Danza, baile y expresión corporal

Espacio de Igualdad
MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4
Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

www.madrid.es/espaciosdeigualdad





Grupo dedicado a la danza, el baile y la expresión corporal. Bailar es un placer que tiene múltiples beneficios para la salud de las mujeres. Dedicaremos tiempo a bailar y mejorar la relación con nuestro cuerpo, escuchando, respetando y entendiendo sus límites. Partiremos de la autoconciencia y el autoconocimiento para explorar nuestro cuerpo y dejarlo expresarse libremente. **¡Si no puedo bailar, no es mi revolución!** Nuestras sesiones de baile se dedicarán al poder revolucionario y transformación de la danza a nivel individual como colectivo.

Todos los miércoles. De 10:30 a 12 horas.

“Yoga para el autocuidado”

Al practicar yoga con regularidad se consigue aumentar la fuerza, la flexibilidad y la armonía interior, bajar los niveles de estrés y de ansiedad. Al ser una actividad física, el yoga incrementa nuestro nivel de seguridad corporal ya que nos permite conocer nuestros puntos más fuertes para potenciarlos y reconocer aquellos en los que debemos trabajar.

Jueves alternos, este mes 5 y 19 de mayo. Dos grupos.

Grupo 1: De 11:30 a 12:30 horas.

Grupo 2: De 16:30 a 17:30 horas.

BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL:

6

“Nuestro cuerpo no es una disculpa”

Grupo de apoyo sobre malestares con el cuerpo

Grupo de apoyo para mejorar la autoestima corporal para mujeres en pérdida de peso, malestar con la imagen corporal y cualquier mujer que busque mejorar la relación con su cuerpo. Estamos acostumbradas a medir nuestra salud a partir de nuestro peso, pero ¿quién se preocupa de nuestras emociones?, ¿cómo nos sentimos cuando estamos a dieta? Cada vez nos preocupa más nuestra salud física, en este taller abordaremos nuestra salud emocional, nos acompañaremos en un viaje de auto amor hacia nuestro cuerpo.

Miércoles 11 y 25 de mayo. De 16:30 a 18 horas.

“Las brujas: mujeres que decidieron ser libres”

Grupo teórico y práctico sobre la historia de la brujería, prácticas alternativas y rituales que han utilizado las mujeres a lo largo de los tiempos como senderos hacia el autoconocimiento, la sanación, el empoderamiento y la libertad. En este grupo leeremos, conversaremos e investigaremos sobre las diferentes formas en que las mujeres han buscado la libertad a lo largo de los siglos y las formas en las que han sido, perseguidas, señaladas y marginadas por las diferentes instituciones. Las brujas fueron mujeres libres que eligieron una vida fuera de las normas impuestas, por ello fueron señaladas y violentadas. Utilizaremos su figura para reflexionar sobre las prácticas de



sanación y empoderamiento de las mujeres y aprender de ellas. ¡Descubre la bruja que hay en ti y a tus ancestras!

Miércoles 11 y 25 de mayo. De 18:30 a 20 horas.

“Fotografía y mirada feminista”

¿Cómo miramos las mujeres? ¿Se puede hacer fotos que representen nuestra realidad?

Las mujeres hemos sido fotografiadas innumerables veces bajo la mirada masculina, sin embargo, no estamos acostumbradas a vernos detrás de la cámara. La fotografía es una forma de expresión, de conexión y comunicación con el mundo que nos rodea. En este taller pondremos valor a nuestra mirada y aprenderemos juntas técnicas básicas para realizar fotos con nuestro móvil, y aprovecharemos esta gran época que comienza ¡para plagar nuestro teléfono de primavera!

¡No hace falta tener una gran cámara para hacer buenas fotos!

Martes 10 y 24 de mayo. De 10:30 a 12 horas.

Grupos terapéuticos de mujeres

Desde del área de atención psicológica se han creado varios grupos terapéuticos de mujeres que previamente han sido atendidas de manera individual. La finalidad de estos espacios es el empoderamiento a través de compartir las experiencias vitales para favorecer el autoconocimiento y el desarrollo personal y mental. Se trabajan las emociones, las relaciones interpersonales, los roles sociales y los demás malestares de género que las mujeres nos encontramos en nuestro día a día.

“AVE FÉNIX”

Grupo cerrado.

Lunes 9, 23 y 30 de mayo. De 18:00 a 20 horas.

“VIOLETAS GUERRERAS”

Grupo cerrado.

Jueves 5 y 19 de mayo. De 10 a 12 horas.

“Y después de los 60, ¡¡mucho más!!”

Después de nuestro encuentro en el pasado mes de febrero, volvemos a proponer un espacio y un tiempo para que, desde nuestra juntanza, pongamos voz a lo que nos interesa, nos preocupa, nos interpela y nos hace vibrar a las mujeres mayores de 60 años.

Si te perdiste nuestra primera cita no te puedes perder esta.

¡Bienvenida!



Actividad dirigida a mujeres mayores de 60 años.

Martes 17 de mayo. De 10 a 12 horas.

“Entrenamiento mental para mujeres”

Optimización de los procesos cognitivos, memoria, atención, percepción, creatividad, imaginación, reducir tensiones, mejorar la coordinación, concentración y comprensión, intentando lograr un cambio en la vida de las usuarias a partir de empoderamiento, en un espacio de seguridad, desarrollándose desde una perspectiva de género, entiendo las cargas mentales y responsabilidades adjudicadas a las mujeres.

Ciclo de 11 sesiones a desarrollar en 5 meses impartidas de forma quincenal.

Lunes 30 de mayo. De 16:30 a 18 horas.

“Así soy, así me veo, así me ven”

En este taller exploraremos la importancia del autoestima en nuestras vidas, y cómo acercarnos a la aceptación personal desde la reflexión, el análisis y el cuestionamiento de los valores sociales y culturales en los que vivimos.

8

En colaboración con Fundación Mujeres, Proyecto Ciudadanas.

Jueves 12 de mayo. De 10:00 a 12 horas.

“Cómo poner límites”

Los ritmos de vida, la educación y nuestras experiencias vividas, pueden hacer que dejemos hacer algo básico y sano en nuestro día a día: poner límites de manera concreta y respetuosa. En este taller exploraremos qué queremos y qué no necesitamos, así como las diferentes maneras en las que expresarlo.

Si decir que no te cuesta, te incomoda o te hace cuestionar tus propios valores, apúntate con nosotras a comprender de dónde vienen esas creencias y a entrenar nuevas prácticas que nos hagan las vidas más sanas y horizontales.

En colaboración con Fundación Mujeres, Proyecto Ciudadanas.

Jueves 26 de mayo. De 10:00 a 12 horas.

Espacio de Igualdad
MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4
Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

www.madrid.es/espaciosdeigualdad





EMPODERAMIENTO ARTÍSTICO:

Radio: “Nuestra voz”

¿Te gusta la radio y la comunicación? ¿Piensas que tienes cosas importantes que decir y quieres aprender a hacerlo de manera divertida y colectiva? Comenzamos el año con un taller de radio para mujeres que quieran aprender cómo se hace un programa de radio y quieran hacer uno. Juntas conoceremos cómo funciona la radio y crearemos un programa donde las mujeres de Vallecas tengamos voz y podamos contar nuestras historias.

Todos los jueves. De 12 a 14:30 horas.

En colaboración con “Radio Vallecas”.

“¡Nos vamos al teatro!”

El teatro es una puerta de entrada a diferentes mundos, nos ayuda a comprender la realidad y desarrollar la empatía. Sin embargo, no siempre es fácil ir ya que hace falta tiempo y recursos económicos para hacerlo. Por eso, nos hemos unido al Teatro del Barrio, una sala de teatro madrileña que apuesta por obras de contenido social, y hemos creado un grupo de mujeres que van juntas al teatro. Las mujeres del grupo podrán asistir a diferentes funciones del teatro, la asistencia y obras dependerán de la disponibilidad de la sala. Posteriormente realizaremos encuentros para analizar y compartir la experiencia desde el enfoque feminista y crítico.

Actividad realizada en colaboración con el Teatro del Barrio.

Las fechas y horas dependen de la disponibilidad de la sala.

Grupo de Teatro “Las Diversas”

El teatro es una herramienta para la transformación social, nos permite desarrollar la creatividad frente a los problemas sociales y encontrar formas de enfrentarlos desde el juego y el empoderamiento colectivo. A partir de diferentes técnicas teatrales exploraremos sobre nuestra propia vida, trabajaremos los principales problemas de las mujeres, analizando la estructura social, cuestionándola y transformándola.

Todos los martes. De 18:30 a 20:15 horas.

“Club de lecturas Feministas”

Espacio de Igualdad
MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4
Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

www.madrid.es/espaciosdeigualdad





Escucharnos leer, debatir, intercambiar opiniones, formas de entender las historias de distintas autoras y mucho más... Ven a formar parte de nuestros encuentros lectores para descubrir cómo nos podemos relacionar colectivamente con personajes, ideas y estilos de escritura que desconocíamos.

¡Apúntate a un club de lectura diferente, divertido y abierto a propuestas conjuntas!

Martes 3, 17 y 31 de mayo. De 16:30 a 18:15 horas.

“Arte para sanarnos”. Música, pintura y mucho más...

Grupo de arte y creatividad dirigido a mujeres para aliviar y mejorar los diferentes malestares que nos acompañan. A través de la música, la pintura y otras técnicas artísticas iniciaremos un proceso de búsqueda del bienestar, de conexión con una misma. Profundizaremos en nuestras emociones para fortalecer el autoconocimiento y desarrollar la expresividad emocional. Si quieres aumentar tu bienestar físico, mental y emocional este es tu espacio. Además, no hace falta tener ningún tipo de conocimiento artístico, ni técnico.

Miércoles 4 y 18 de mayo. De 16:30 a 18 horas.

“Coro de mujeres: Alzar la voz”

Vuelve el coro de mujeres del Espacio de Igualdad María Moliner. Si te gusta cantar o quieres aprender, es el momento de probar. No hace falta saber cantar, mediante técnicas creativas y de escucha aprenderemos a conocer y conectar con nuestra voz de manera colectiva.

Todos los miércoles de mayo. De 12:30 a 14 horas.

EMPODERAMIENTO LABORAL:

“Quiero un empleo, por donde empiezo”

Cuando llevamos mucho tiempo sin tener que enfrentarnos al proceso de búsqueda de empleo, puede ocurrir que sintamos que no sabemos qué pasos debemos iniciar para conseguirlo. En este espacio exploraremos algunos de esas iniciativas con el objetivo de arrojar algo de luz en esa búsqueda.

En colaboración con Fundación Mujeres, Proyecto Ciudadanas.

Jueves 26 de mayo. De 12:30 a 14 horas.

“El empleo, no lo dejes a la suerte”

En ocasiones, tenemos tantos frentes abiertos que terminamos por agotarnos y tirar la toalla en nuestro proceso de búsqueda de empleo.



En este taller compartiremos herramientas que pueden servirnos para mantener las ganas frente a este trabajo tan tedioso que es la empleabilidad.

En colaboración con Fundación Mujeres, Proyecto Cuidadas.

Jueves 12 de mayo. De 12:30 a 14 horas.

EMPODERAMIENTO DIGITAL:

“Reducción de brecha digital: funciones y herramientas de tu teléfono móvil. Nivel básico”

¿Te cuesta entender algunas de las funciones que tiene tu Smartphone? En este taller desglosamos todas las utilidades que tiene tu teléfono y como ser cada vez más autónoma en su uso.

*Imprescindible traer cada una su Smartphone.

En colaboración con Fundación Mujeres, Proyecto Cuidadas.

Martes 10 y 24 de mayo. De 16:30 a 18 horas.

EMPODERAMIENTO JURÍDICO:

11

“Píldoras jurídicas y empoderamiento colectivo”

En mayo nos acercamos a nuestras vecinas “Families” para compartir colectivamente toda la información referida a nuestros derechos que impacta diariamente en nuestras vidas.

Identificar las violencias institucionales también son parte del empoderamiento jurídico y, juntas, exploraremos cómo hacerlo frente.

En colaboración con Families.

Miércoles 25 de mayo. De 10 a 12 horas.

TRABAJO COMUNITARIO

Trabajamos en red con asociaciones, colectivos y recursos comunitarios del distrito, ya sea para la realización de actividades abiertas o para dar respuesta a demandas específicas. Si deseas más información, ponte en contacto con nosotras.

“Mesa de trabajo: Salud Mental y Género”

Espacio de Igualdad
MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4
Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

www.madrid.es/espaciosdeigualdad





Las compañeras del Espacio de Igualdad María Moliner, junto a las compañeras del Centro MENNI de Vallecas, del Centro de Día Vallecas y del equipo del EASC; abrimos un espacio de reflexión y diálogo entre los recursos que trabajamos el Género y/o la Salud Mental, para abordar la intersección entre estos dos parámetros vitales que, como sabemos, atraviesan las vidas de las personas con las que trabajamos.

Dirigido a profesionales.

Lunes 9 de mayo. De 10 a 11:30 horas.

“Me gusta ser mujer”

El Espacio de Igualdad y el equipo de Educación Social de Servicios Sociales de Villa de Vallecas, nos unimos este mes para acoger al grupo de mujeres “Me gusta ser mujer” y pensar juntas los conceptos y elementos imprescindibles para entender la igualdad de género, sus complejidades, cómo nos atraviesa diariamente y qué papel podemos desempeñar en este entramado social. En esta ocasión pondremos el foco en los Espacios de Igualdad, conociendo cuál es su valor dentro del mapa social comunitario.

Dirigida al grupo de mujeres “Me gusta ser mujer”.

En colaboración con el Equipo de Educación Social de Servicios Sociales de Villa de Vallecas.

Viernes 13 de mayo. De 12 a 13 horas.

12

“Red Viva”

Comenzamos a formar parte de este espacio de encuentro, intercambio y coordinación que facilita el trabajo integral de las distintas entidades públicas y del tejido asociativo de Villa de Vallecas.

Esta Red tiene como fin el fomento del desarrollo comunitario, facilitar un espacio de encuentro, reflexionar de manera conjunta sobre el distrito, visibilizar el tejido asociativo a través de la participación de la ciudadanía y conocer sus intereses comunitarios.

Dirigida a profesionales.

Miércoles 11 de mayo. De 12 a 14 horas.

“Quedamos al salir de clase para hablar de igualdad”

Este mes compartimos tiempo y espacios con los y las más peques del programa “Quedamos al salir de Clase” del Colegio San Junípero. Lo hacemos, poniendo en juego herramientas lúdicas, trataremos con las desigualdades sociales que vivimos en cuanto a los géneros, para caminar conjuntamente hacia lugares más respetuosos e igualitarios desde la primera infancia.

Espacio de Igualdad
MARÍA MOLINER

Calle Honrubia, 4
Distrito de Villa de
Vallecas

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

www.madrid.es/espaciosdeigualdad



En colaboración con el Programa Quedamos al salir de clase.

Viernes 13 y 20 de mayo. De 16:30 a 20:30 horas.

“De la escuela al barrio construyendo igualdad.”

En el mes de mayo conectamos con las compañeras de Intered para colaborar con parte del proyecto "Promovidas en los barrios del sur de Madrid, comunidades educativas transformadoras comprometidas con la Agenda 2030". Diferentes alumnas y alumnos del IES Villa de Vallecas, se acercarán al Espacio de Igualdad María Moliner para conocer de primera mano cuál es su funcionamiento y qué papel fundamental tienen ellas y ellos en el entramado del tejido barrial.

En colaboración con Intered.

Lunes 23 de mayo. De 11:20 a 12:30 horas.

“Taller literario con el Centro de Día Vallecas”

Continuamos nuestros encuentros literarios con los que, a través de la lectura compartida, pensamos, compartimos y escuchamos distintos focos de cada una de nosotras/os. Aprovechamos este mes de marzo para dedicar nuestro espacio de lectura a aprender sobre las transformaciones que han hecho las mujeres para conseguir la igualdad y defender sus derechos.

¿A quién leeremos esta vez?

*“Pies para que los tengo si tengo **libros** para volar.”*

Dirigido a mujeres y hombres del Centro de Día de Vallecas.

Miércoles 25 de mayo. De 12:30 a 13:30 horas.

“Empoderamiento jurídico para mujeres de Cañada Real (Sector 6)”

Una vez al mes realizamos un encuentro entre la abogada del Espacio de Igualdad y mujeres residentes del Sector 6 de la Cañada Real. En este espacio resuelven dudas jurídicas y aprenden herramientas útiles para la defensa de sus derechos.

Actividad realizada en colaboración con Cruz Roja.

Instalaciones de Cruz Roja en Sector 6.

Lunes 30 de mayo de 10 a 14 horas.

“Las Villanas”. Grupo de Whatsapp Comunitario de Mujeres de Villa de Vallecas

**Espacio de Igualdad
MARÍA MOLINER**

**Calle Honrubia, 4
Distrito de Villa de
Vallecas**

☎ 91 525 69 58

mariamoliner6@madrid.es

www.madrid.es/espaciosdeigualdad





Las Villanas nace con el objetivo de “Generar un espacio digital seguro y sororo de colaboración y creación de red entre mujeres que quieren compartir vida y experiencia con otras mujeres disminuyendo así su soledad y aumentando su seguridad, bienestar y autoestima.

¿Qué me aporta la participación en el grupo?

- Disfrutar de un espacio digital seguro junto a otras mujeres con las que generar red y amistad
- Conocer de primera mano y participar en iniciativas propuestas por otras mujeres que viven cerca de mí
- Acceder a bienes materiales o alimentos que otras mujeres quieren regalar/donar.
- Conocer de primera mano la programación del Espacio de Igualdad María Moliner.
- Recibir apoyo o ayuda por otras mujeres en un momento de necesidad o imprevisto; realizar una compra/gestión/recado, apoyo puntual para cuidado de una persona dependiente,

¿Qué puedo aportar al grupo?

- Compartir iniciativas de ocio, actividad física, culturales u otras para realizarlas con otras mujeres.
- Ofrecer bienes materiales o alimentos que ya no necesito para otras mujeres que puedan necesitarlo.
- Ofrecer apoyo a mujeres que solicitan una ayuda puntual generada por un imprevisto o necesidad mayor.

Es imprescindible para acceder al grupo:

- Estar dada de alta en el centro
- Firmar el consentimiento para tu inclusión en el grupo

¡Únete a ellas!

Solicita tu acceso a este grupo llamándonos al 915256958, escribiéndonos un correo a mariamoliner6@madrid.es o pasándote por el centro.

14