

# ESPACIO DE IGUALDAD HERMANAS MIRABAL

## PROGRAMACIÓN ABRIL 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.

Espacio accesible para personas con movilidad reducida. Si requieres otra medida de apoyo, ponte en contacto con nuestro centro.

### CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 534 53 65

Correo electrónico: [caimujerhm3@madrid.es](mailto:caimujerhm3@madrid.es).

Presencialmente: Calle Bravo Murillo, 133 (Casa de Baños). Entrada por c/Juan Pantoja, 2.

### 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:

- Asesoría informática
- Asesoría artística
- Un ordenador para mí. Uso libre
  
- Disponibilidad de aula
  
- Biblioteca Carmen de la Cruz
- Exposición A las Mujeres. Dibujos y acuarelas de María de Ariño
- Exposición "La mirada de las mujeres" de Eva Cenarriaga

# SEMANA DEL 1 AL 5 DE ABRIL 2024

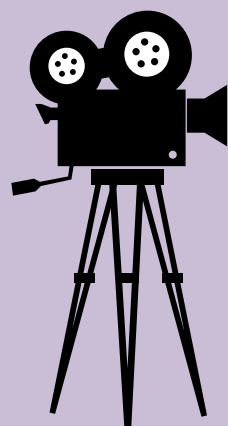


## LUNES 1

TARDE

### CICLO DE CINE (TP)

Día de la visibilidad  
lésbica:  
Rosas Rojas  
17:00 - 19:30h Semanal



## MARTES 2

MAÑANA

### Los desayunos del Mirabal (M)

11:00 - 12:30h Semanal

### Taller CUIDAR-T (TP)

Construir un espacio de  
cuidados

11:00 - 13:00h Semanal

TARDE

### Taller de escritura creativa: "Escribir para reparar" (M)

17:00 - 19:30h Semanal

## MIÉRCOLES 3

MAÑANA

### Escuela de bicicletas: nivel intermedio (M)

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE



### Seminario de arte: CREADORAS (M)

conocemos y disfrutamos del  
arte realizado por mujeres.  
18:00 - 19:30h Semanal

## JUEVES 4

TARDE

### Las radiantes del Mirabal: taller de iniciación a la radio. (M)

17:00-18:30h Semanal

### Taller de lectura (M)

18:00 - 19:30h Semanal

### Taller: Ponernos en valor: reconstruir el curriculum cambiando la mirada (M)

18:00-19:30h Semanal

## VIERNES 5

MAÑANA

### Tertulia jurídica (M)

11:00-13:00h Semanal

### Grupo autónomo de Wikipedia (M)

11:00-13:00h Semanal

TARDE

### Exposición: A las Mujeres. Dibujos y acuarelas de María de Ariño (TP)

16:00 - 20:00h Semanal

### Explorando mi reflejo. Taller de fotografía consciente (M)

17:30 - 19:00h Semanal

(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 ABRIL 2024



## LUNES 8

MAÑANA

**Sexualidad femenina: un viaje de autoconocimiento (M)**  
11:30 - 13:30h Semanal

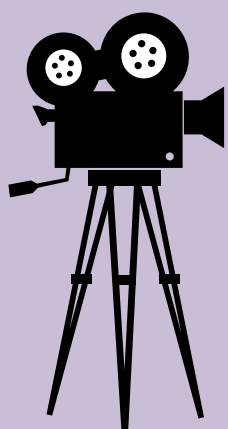
TARDE

**Uso de Smartphone: nivel básico (M)**  
17:00 - 18:00h Semanal

### CICLO DE CINE (TP)

Día de la visibilidad lésbica:

Los chicos están bien  
17:00 - 19:30h Semanal



## MARTES 9

MAÑANA

**Los desayunos del Mirabal (M)**

11:00 - 12:30h Semanal

### Taller CUIDAR-T (TP)

Construir un espacio de cuidados

11:00 - 13:00h Semanal

**La historia de nuestra vida (M)**

11:00 - 13:30h Semanal

TARDE

**Taller de escritura creativa: "Escribir para reparar" (M)**

17:00 - 19:30h Semanal

**"Movimiento consciente. Conecta con tu cuerpo y trabaja tu sistema nervioso (M)**

17:30 - 18:45h Semanal

## MIÉRCOLES 10

MAÑANA

**Uso de smartphone: nivel básico (M)**

11:30 - 13:30h Semanal

**Escuela de bicicletas: nivel intermedio (M)**

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE



**Seminario de arte: CREADORAS (M)**

conocemos y disfrutamos del arte realizado por mujeres.

18:00 - 19:30h Semanal

## JUEVES 11

TARDE

**Tertulia LTBI (M)**

16:30-18:00h Semanal

**Las radiantes del Mirabal: taller de iniciación a la radio. (M)**

17:00-18:30 Semanal

**Taller de lectura (M)**

18:00 - 19:30h Semanal

**Taller: Ponernos en valor: reconstruir el curriculum cambiando la mirada (M)**

18:00-19:30h Semanal

## VIERNES 12

MAÑANA

**Encuentros en el Museo Nacional de Artes Decorativas (MNAD) (TP)**

11:00 - 13:30h Semanal

**Grupo autónomo de Wikipedia (M)**

11:00 - 13:00h Semanal

**Tertulia jurídica (M)**

11:00-13:00h Semanal

TARDE

**Exposición: A las Mujeres.**

**Dibujos y acuarelas de María de Ariño (TP)**

16:00 - 20:00h Semanal

**Explorando mi reflejo.**

**Taller de fotografía consciente (M)**

17:30 - 19:00h Semanal

(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 ABRIL 2024



## LUNES 15

MAÑANA

**Sexualidad femenina: un viaje de autoconocimiento (M)**

11:30 - 13:30h Semanal

TARDE

**Uso de Smartphone: nivel básico (M)**

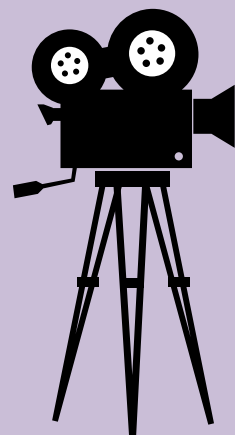
17:00 - 18:00h Semanal

**CICLO DE CINE (TP)**

Día de la visibilidad lésbica:

Tomates verdes fritos

17:00 - 19:30h Semanal



## MARTES 16

MAÑANA

**Los desayunos del Mirabal (M)**

11:00 - 12:30h Semanal

**Taller CUIDAR-T (TP)**

Construir un espacio de cuidados

11:00 - 13:00h Semanal

**La historia de nuestra vida (M)**

11:00 - 13:30h Semanal

TARDE

**Taller de escritura creativa: "Escribir para reparar" (M)**

17:00 - 19:30h Semanal

**"Movimiento consciente. Conecta con tu cuerpo y trabaja tu sistema nervioso (M)**

17:30 - 18:45h Semanal

## MIÉRCOLES 17

MAÑANA

**Gestión del tiempo con Economistas sin Fronteras (M)**

11:00 - 12:30h Semanal

**Uso de smartphone: nivel básico (M)**

11:30 - 13:30h Semanal

**Escuela de bicicletas: nivel intermedio (M)**

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE



**Seminario de arte: CREADORAS (M)**

conocemos y disfrutamos del arte realizado por mujeres.

18:00 - 19:30h Semanal

## JUEVES 18

MAÑANA

**Historia del Pensamiento feminista (M)**

10:30-12:00h Semanal

TARDE

**Tertulia LTBI (M)**

16:30-18:00h Semanal

**Las radiantes del Mirabal: taller de iniciación a la radio. (M)**

17:00-18:30h Semanal

**Taller de lectura (M)**

18:00 - 19:30h Semanal

**Taller: Ponernos en valor: reconstruir el curriculum cambiando la mirada (M)**

18:00-19:30h Semanal

## VIERNES 19

MAÑANA

**Visita a la exposición "Colita. Antifémmina" en el Círculo de Bellas Artes (TP)**

11:00 - 12:00h

**Tertulia jurídica (M)**

11:00-13:00h Semanal

**Grupo autónomo de Wikipedia (M)**

11:00-13:00h Semanal

**Mañana entre libros (TP)**

12:00 - 13:30h

TARDE

**Exposición: A las Mujeres.**

**Dibujos y acuarelas de María de Ariño (TP)**

16:00 - 20:00h Semanal

**Cine jurídico (M)**

17:00 - 19:30h Semanal

**Explorando mi reflejo.**

**Taller de fotografía consciente (M)**

17:30 - 19:00h Semanal

(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 ABRIL 2024



## LUNES 22

MAÑANA

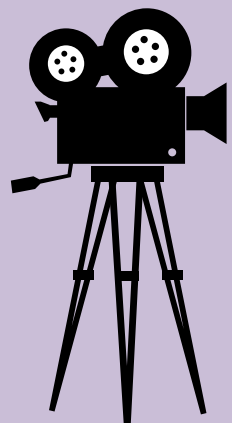
**Sexualidad femenina: un viaje de autoconocimiento (M)**  
11:30 - 13:30h Semanal

TARDE

**Uso de Smartphone: nivel básico (M)**  
17:00 - 18:00h Semanal

### CICLO DE CINE (TP)

Día de la visibilidad lésbica:  
Colette  
17:00 - 19:30h Semanal



## MARTES 23

MAÑANA

**Los desayunos del Mirabal (M)**

11:00 - 12:30h Semanal

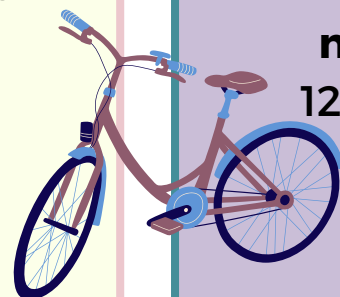
### Taller CUIDAR-T (TP)

Construir un espacio de cuidados  
11:00 - 13:00h Semanal

TARDE

**Taller de escritura creativa: "Escribir para reparar" (M)**  
17:00 - 19:30h Semanal

**"Movimiento consciente. Conecta con tu cuerpo y trabaja tu sistema nervioso (M)**  
17:30 - 18:45h Semanal



## MIÉRCOLES 24

MAÑANA

**Uso de smartphone: nivel básico (M)**

11:30 - 13:30h Semanal

**Escuela de bicicletas: nivel intermedio (M)**

12:00 - 13:30h Semanal

TARDE

**Seminario de arte: CREADORAS (M)**  
conocemos y disfrutamos del arte realizado por mujeres.  
18:00 - 19:30h Semanal

## JUEVES 25

MAÑANA

**Historia del Pensamiento feminista (M)**

10:30-12:00h Semanal

TARDE

### Tertulia LTBI (M)

16:30-18:00h Semanal

**Las radiantes del Mirabal: taller de iniciación a la radio. (M)**

17:00-18:30h Semanal

### Taller de lectura (M)

18:00 - 19:30h Semanal

**Taller: Ponernos en valor: reconstruir el curriculum cambiando la mirada (M)**  
18:00-19:30h Semanal

## VIERNES 26

MAÑANA

**Tertulia jurídica (M)**

11:00-13:00h Semanal

**Grupo autónomo de Wikipedia (M)**

11:00-13:00h Semanal

TARDE

**Exposición: A las Mujeres. Dibujos y acuarelas de María de Ariño (TP)**  
16:00 - 20:00h Semanal

**Explorando mi reflejo. Taller de fotografía consciente (M)**  
17:30 - 19:00h Semanal

(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 DE ABRIL AL 3 DE MAYO 2024



**LUNES 29**

MAÑANA

**Sexualidad femenina: un viaje de autoconocimiento (M)**

11:30 - 13:30h Semanal

TARDE

**Uso de Smartphone: nivel básico (M)**

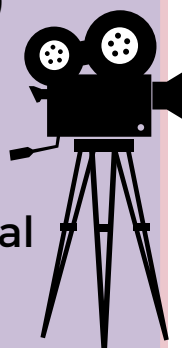
17:00 - 18:00h Semanal

**CICLO DE CINE (TP)**

Día de la visibilidad lésbica:

Documental

17:00 - 19:30h Semanal



**Taller de lectura y debate:**

**Úrsula k. Le Guin (M)**

17:30 - 19:30h

**MARTES 30**

MAÑANA

**Los desayunos del Mirabal (M)**

11:00 - 12:30h Semanal

**Taller CUIDAR-T (TP)**

Construir un espacio de cuidados

11:00 - 13:00h Semanal

**La historia de nuestra vida (M)**

11:00 - 13:30h Semanal

TARDE

**Taller de escritura creativa: "Escribir para reparar" (M)**

17:00 - 19:30h Semanal

**Presentación del libro: "Guía para la mujer del nuevo mundo" (TP)**

17:30 - 19:30h Semanal

**MIÉRCOLES 1**

**JUEVES 2**

**VIERNES 3**

# MAYO



(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)

