Políticas de Género y Diversidad MADRID

Dirección General de Promoción de la Igualdad y No Discriminación

Espacio de Igualdad Dulce Chacón

Actividad: "Mujeres que se atreven a cambiar el mundo"

Haremos un recorrido por las diferentes luchas, vivencias y recorrido que han llevado a cabo mujeres de todo el mundo, en su búsqueda de un mundo más justo e igualitario. Ahondaremos en temas que tienen que ver con los Derechos Humanos, la lucha llevada a cabo por diversos feminismos, la liberación de la mujer, el Movimiento de Defensa de la Tierra... ¡Te esperamos!

Jueves 13 y lunes 17 y 24 de septiembre de 16:30 a 18:00
Actividad para mujeres

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Herstory. Creación de exposición "Mujeres activistas"

Son muchas las mujeres que han luchado y a día de hoy siguen luchando por una cultura de paz, una cultura en la que los derechos de las mujeres sean reconocidos y garantizados. La realidad es que no conocemos a muchas de estas mujeres y queremos visibilizarlas. Investigaremos sobre alguna de ellas y utilizaremos nuestra sala de informática y el Power Point para preparar y presentar nuestra propia exposición sobre ello. ¿Te animas a participar?

Miércoles 19 y 26 de septiembre de 11:00 a 12:30
Actividad para mujeres

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Actividad: "Construyendo un mundo diferente"

La forma en como está organizado la sociedad en la que vivimos tiende a poner el capital en el centro de nuestra vida, muy por encima de otros aspectos tan necesarios como pueden ser los cuidados, la no discriminación, la igualdad de oportunidades, los Derechos Humanos, la pobreza, el racismo, etc.
En este encuentro, haremos una incursión en esas realidades que nos rodean y en las que estamos inmersas, con el objetivo de ponernos unas gafas más críticas que nos permitan construir entre todas un mundo mejor.

Viernes 14 de septiembre de 11:30 a 14:00
Actividad para mujeres jóvenes (18-30 años)

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Políticas de Género y Diversidad MADRID

Dirección General de Promoción de la Igualdad y No Discriminación

Espacio de Igualdad Dulce Chacón

Actividad: "Practicando la comunicación no violenta"

Comunicarnos con el/la otro/a, en muchas ocasiones, resulta una tarea ardua y costosa. A veces por miedo, otras por vergüenza, generamos vías de comunicación que no nos sirven o nos son insanas y generan relaciones tóxicas. La comunicación no violenta consiste en un proceso de comunicación en el que, la empatía, la asertividad y la exposición de necesidades, se ponen en primera plana y ayudan a generar vías comunicativas más reales y sinceras. Si te apetece conocer nuevas formas de comunicarte y, por ende, de relacionarte con el resto, ¡este es tu espacio!

Martes 25 de septiembre de 9:30 a 14:00
Actividad para mujeres jóvenes (18-30 años)

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Actividad: "Club de lectura"

Mujeres, escritoras, historias increíbles…Participa en el club de lectura y compartamos grandes historias creadas por mujeres que nos transporten a sitios y realidades diversas y nos permitan reflexionar, imaginar y debatir juntas sobre todo ello. Nuestro objetivo será desmontar la historia hegemónica y dar voz a aquellas que han sido más invisibilizadas. ¡Mujeres y cultura al poder!

Miércoles 19 y 26 de septiembre de 16:30 a 18:00 (actividad de continuidad)
Actividad para mujeres y hombres

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Políticas de Género y Diversidad MADRID

Dirección General de Promoción de la Igualdad y No Discriminación

Espacio de Igualdad Dulce Chacón

"Jornadas sobre diversidad, género e interseccionalidad"

La orientación sexual y el género son partes fundamentales de quiénes somos. Cuanto más comprendas sobre sexo biológico, género, identidad de género y orientación sexual, te comprenderás más a ti misma/o y la forma en que te relacionas con otras personas. Cada una/o de nosotras/os tiene un sexo biológico, ya sea femenino, masculino o intersexual. El género es el estado social y legal que nos identifica como hombres o mujeres. Y "orientación sexual" es el término que se utiliza para describir si una persona siente deseo sexual por personas del otro género, del mismo género o por ambos géneros… ¡VEN Y SIGUE FORMÁNDOTE!

Jueves 12, 19 y 26 de septiembre de 15:00 a 18:00
Actividad para mujeres y hombres

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Videoforum "Sufragistas"

Película inglesa estrenada recientemente, en el año 2015 y dirigida por Sarah Gabron. La película nos muestra el nacimiento del movimiento sufragista y cómo las luchas pacíficas que realizaron durante años no servían para nada, por lo que se radicalizaron, arriesgándose a perderlo todo: hijos e hijas, trabajo, casa y su vida en general.

Lunes 24 de septiembre de 11:30 a 14:00
Actividad para mujeres jóvenes (18-30 años)

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Taller "Alfabetización para mujeres gitanas"

Saber leer y escribir nos permite entender e interpretar el mundo que nos rodea, en definitiva, nos ayuda a manejarnos con autonomía e independencia. En muchas ocasiones, realizar actividades de la vida cotidiana puede resultar difícil sin tener adquiridas estas habilidades lectoescritoras. Por ello, vamos a comenzar a trabajar la alfabetización con un grupo de mujeres gitanas del distrito. ¡No dudéis en llamarnos si os interesa informaros! ¡Empezamos en el mes de septiembre con muchas ganas!

Los jueves 13, 20 y 27 de septiembre de 16:00 a 17:30 (actividad de continuidad)
Actividad para mujeres

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Políticas de Género y Diversidad MADRID

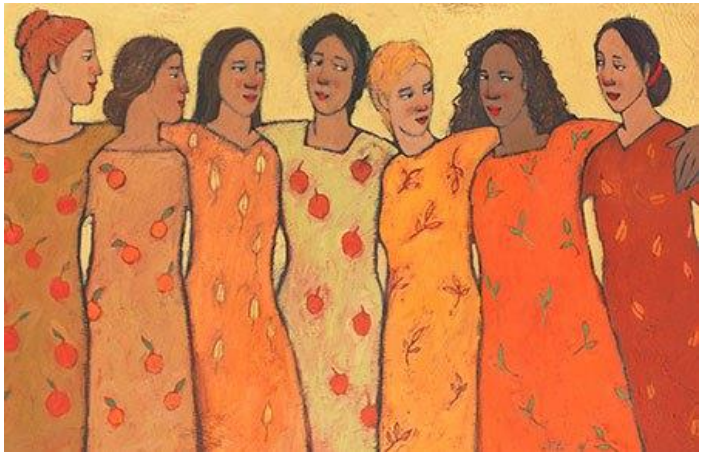
Dirección General de Promoción de la Igualdad y No Discriminación

Espacio de Igualdad Dulce Chacón

Taller "Clases de español inclusivo para mujeres migrantes"

Ven a aprender o a mejorar tu español a través de unas clases prácticas y sencillas, adaptadas a tus necesidades. Aprenderás un lenguaje no sexista en el que a todas y todos se nos nombre. La comunicación es imprescindible y es la clave del éxito en todos los aspectos de la vida. Hablar el idioma del país en el que resides facilita tus relaciones con otras personas, facilita el acceso al empleo y mejora tu autoestima entre otras cosas, por lo tanto, TE EMPODERA.

Los martes de 16:30 a 18:00. En septiembre el 11, 18 y 25.
Actividad para mujeres



Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Actividad "Yoga"

El Yoga es una actividad beneficiosa para cuerpo y mente, ayuda a reducir el estrés y la ansiedad, puedes aprender a relajar el cuerpo y a sentirte mejor. En definitiva, esta actividad promueve el cuidado de las mujeres, cuidado que muchas veces se descuida por pensar solo en el cuidado de los/as demás.

Todos los viernes de 9:30 a 11:00
Este mes el 7, 21 y 28
Actividad para mujeres

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Grupo de mujeres andadoras: **"Chacón Walkers"**

Andar aporta muchos beneficios a la salud física y emocional: nos ayuda a regenerar la masa muscular, a fortalecer los huesos, a combatir el estrés y la ansiedad, a descansar mejor, a mejorar el sistema cardiovascular y respiratorio, a socializarnos con otras mujeres y a mejorar la autoestima, nos hace sentirnos bien con nosotras mismas.

Se realizará una vez a la semana durante una hora. Haremos estiramientos todos los días, andaremos rápido para calentar el cuerpo y comenzaremos a correr pocos minutos para ir ganando resistencia.

Todos los martes por la mañana

Martes 18 y 25 de septiembre de 9:30 a 10:30

Actividad para mujeres

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Políticas de Género y Diversidad MADRID

Dirección General de Promoción de la Igualdad y No Discriminación

Espacio de Igualdad Dulce Chacón

Taller formativo "Monitoras de patio y comedor" con la especialidad "Promotoras de igualdad en entornos escolares

MONITORA DE PATIO Y COMEDOR 100 horas teórico-prácticas

Monitora de patio y comedor. Comedor escolar y patio. El niño y la niña. Diversidad funcional y Trastornos en la infancia. El aprendizaje. Posicionamiento en el grupo. Alimentación. Primeros auxilios. El juego. Prácticas en comedores y patios escolares.

ESPECIALIDAD: PROMOTORA DE IGUALDAD EN ENTORNOS ESCOLARES 50 horas

Igualdad entre mujeres y hombres. Sensibilización y violencia de género.Desarrollo personal. Autoestima y gestión de la ansiedad. Cuidados para el bienestar. Ocio saludable y participación.
Buenas prácticas. Prevención y detección de acoso escolar y abuso sexual. Juego no sexista. Inteligencia emocional con perspectiva de género.

Del 10 de septiembre al 31 de octubre de lunes a jueves de 15:00 a 18:00

Actividad para mujeres

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**

Informática básica: Doble clic en la brecha digital

Para mujeres que nunca han tenido contacto con un ordenador o el contacto ha sido mínimo. Una actividad que empieza desde cero, no tengas ningún miedo a empezar, todas somos capaces de aprender

Del 17 de septiembre al 31 de octubre, lunes, miércoles y viernes de 9:30 a 11:30
Actividad para mujeres

Espacio de Igualdad "Dulce Chacón"
C/ Mareas, 34 Local 2
Horario: **9.00 a 14.00 y de 15.00 a 18.00 L-V**
Teléfono: **91 795 24 21**
Móvil: **692 734 583**
Correo: **centrodulcechacon@gmail.com**