



## Anímate a participar en “VIVE TU BARRIO”

Un espacio abierto a vecinos y vecinas de Villaverde Alto, más concretamente de la zona de Potes/Torres y Plata y Castañar, con interés en mejorar su barrio con el apoyo y la colaboración de las entidades cercanas. El objetivo de todo el vecindario y de las entidades participantes es mejorar el bienestar y la calidad de vida del barrio.

Nos reunimos todos los meses en la AA.VV. Los Hogares.  
Si estás interesada/o ponte en contacto con nosotras y te ofreceremos toda la información.

**Próximo encuentro: 18 de abril a las 18:00**  
**en la AA VV Los Hogares**  
**¡CONTAMOS CONTIGO!**  
**Facebook: Vive tu barrio**  
**Correo: [vivebarrio@gmail.com](mailto:vivebarrio@gmail.com)**

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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)





## “Debates con chicas jóvenes sobre el machismo en la adolescencia”

Somos un grupo de chicas jóvenes, de 15 y 16 años, que nos juntamos todos los lunes para reflexionar y debatir sobre las diferentes desigualdades que sufrimos por el hecho de ser mujeres. Nos hacemos preguntas, cuestionamos cosas, nos damos cuenta de otras, desnaturalizamos comportamientos... todo ello con el objetivo de analizar la realidad con las gafas moradas puestas. Encontramos un espacio en el que poder compartir nuestras dudas e inquietudes en cuanto a las desigualdades y violencias, también en las relaciones de pareja a nuestra edad.



Miércoles 14 y 21 de marzo, lunes 9, 16, 23 y 30 de abril de 16:30 a 18:00  
Actividad para chicas jóvenes

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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



## 2º edición Taller: “La moda como detonante social y motor de cambio”

La moda se ha adaptado a todas las etapas de las mujeres, y el desarrollo del vestuario ha representado su evolución en la cultura. Es un hecho que en diversos acontecimientos históricos las mujeres se han revelado a través de la vestimenta contra reglas sociales, que muchas veces las discriminaban, y pasaron a definir su propio estilo de acuerdo a sus ideologías, derechos, valores y gustos.

La moda ha sido reivindicada como medio de protesta femenina en diversas situaciones políticas y sociales alrededor del mundo. En lugar de recurrir a la violencia, algunas activistas convirtieron su vestuario y estilo personal, en un arma de protesta con la capacidad de cambiar el futuro de una ciudadanía.



Miércoles 4, 11, 18 y 25 de abril  
de 9:30 a 14:00

Actividad para mujeres adolescentes

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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



# Taller jurídico sobre corresponsabilidad “Derechos derivados de la maternidad y la paternidad”

Esta actividad quiere dar a conocer los principales derechos laborales que nos permiten a trabajadoras y trabajadores conciliar la vida laboral, personal y familiar, haciendo que sean compatibles nuestras responsabilidades laborales y personales.

Reflexionaremos acerca de la corresponsabilidad y las políticas de conciliación, sobre la discriminación laboral que sufren las mujeres por razón de la maternidad y sobre la implicación de los hombres en el cuidado y las responsabilidades familiares.

Actividad realizada en el **CAF 3 de Villaverde** con el grupo de madres y padres del **Grupo de crianza respetuosa**.

**Miércoles 4 de abril de 17:00 a 18:30**  
**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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



## Herstory

# Creación de la exposición: “Mujeres directoras de cine”

En el mundo del cine, si naces mujer tienes menos oportunidades, más obstáculos y menos reconocimiento, queremos visibilizar el trabajo de las mujeres directoras, las cuales a pesar de haber sido pioneras y vanguardistas en muchos aspectos han ayudado a darle forma al cine que conocemos hoy en día.

La creatividad, el conocimiento y el aprendizaje se unirán en esta actividad que dará vida a esta exposición. Seréis vosotras quienes, a través de todos vuestros conocimientos en nuevas tecnologías, nos daréis a conocer a estas obras de arte y su historia. Esta exposición será expuesta en el Espacio convirtiéndose en una fuente de información para todas aquellas personas que por aquí pasen.

**Miércoles 18 y 25 de abril, 9 y 16 de mayo de 15:30 a 17:30**  
**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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



## Ruta por Madrid: “Mujeres son saberes”

Realizaremos un paseo dedicado a algunas de las mujeres más célebres vinculadas a la ciudad de Madrid. Heroínas, escritoras, artistas, religiosas, universitarias, musas, actrices, tertulianas, inconformistas, políticas, emprendedoras, intelectuales... que dejaron su huella en nuestras calles y, en ocasiones, cambiaron el rumbo de la historia.

**Martes 24 de abril de 16:30 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**

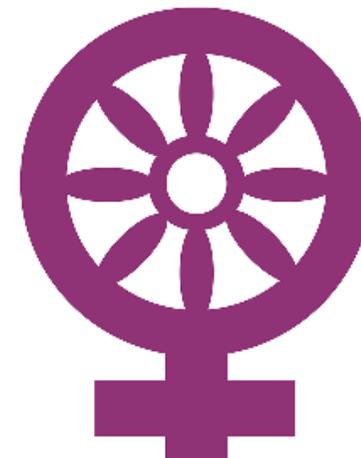
Correo: [centrodulcechacon@gmail.com](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



# Conmemoración Día Internacional del Pueblo Gitano, 8 de abril; “Mujeres y gitanas, rompiendo mitos”

Realizaremos un homenaje a las mujeres gitanas, dándoles visibilidad y rompiendo los mitos que la sociedad les asocia. Conoceremos diferentes movimientos feministas de mujeres gitanas y la importancia añadida de su lucha como mujeres y como etnia.

**Jueves 26 de abril de 10:00 a 12:00**  
**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**

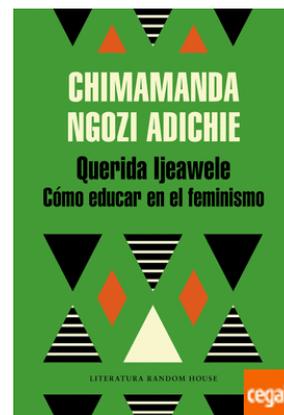
Correo: [centrodulcechacon@gmail.com](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



# Commemoración Día Internacional del libro, 23 de abril; “Lecturas con Chimamanda”

Con motivo del Día Internacional del Libro, queremos visibilizar mujeres escritoras, en este caso, reconocer a una mujer nigeriana y escritora feminista, Chimamanda Ngozi Adichie. Leeremos capítulos sobre libro “Cómo educar desde el feminismo”. Reflexionaremos sobre las diferentes realidades de nuestro mundo y cuestionaremos aquello que la sociedad nos dice que es lo normal o lo mejor... Pondremos en alza la diversidad como un elemento enriquecedor para la vida de todas y todos.

**Martes 24 de de abril de 10:00 a 12:00**  
**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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



## 2º edición Taller prevención de violencia machista en la pareja “Chicas que aman mucho, quizá demasiado”

En esta actividad reflexionaremos sobre qué es el amor, el buen trato, el mal trato y sobre cómo el amor romántico es la base de muchas relaciones que no son sanas para la autonomía y la autoestima de las mujeres. Hablaremos sobre los diferentes tipos de violencia en la pareja y de cómo detectar las primeras señales de alarma.

**Jueves 22 de marzo, 5, 12, 19 y 26 de abril, 3 y 10 de mayo de 12:00 a 14:00**  
**Actividad para mujeres jóvenes (18 a 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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



# Taller “BUENOS TRATOS EN LOS BARRIOS; Deconstruyendo los modelos de masculinidad y feminidad”



## Barrios por los Buenos Tratos

Es evidente que existe la necesidad de un cambio en la forma de relacionarse en la edad adolescente; para prevenir las conductas basadas en la violencia por parte de los varones hombres es necesario modificar el modelo masculino y el femenino, ya que, el modelo tradicional lo justifica y lo sustenta.

Nuestra intervención en el instituto, con adolescentes de 14-16 años, concienciar de la importancia de mantener relaciones basadas en los buenos tratos. Para ello reflexionaremos sobre estereotipos y expectativas de género y cómo estos limitan las posibilidades de hombres y mujeres e identificaremos la violencia machista.

**Viernes 6, 13 y 27 de abril de 12.00 a 14:30**

**Actividad para el alumnado de 3º E.S.O. del Instituto Comunidad Infantil de Villaverde**

Actividad realizada en colaboración



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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



## Taller “Arteterapia”

La Arteterapia es una herramienta terapéutica que usa diferentes modalidades artísticas (escritura, pintura, dibujo, fotografía...) para expresar emociones, vivencias, malestares, deseos,... Durante las sesiones se acompaña a mujeres en sus procesos creativos de modo que puedan tener un espacio para expresarse a través del amplio lenguaje artístico, y así reforzar su auto-conocimiento y crecimiento personal.

10, 12, 24 y 25 de abril de 9:30 a 11:00

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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



## 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.

Actividad de continuidad y adaptada al nivel de cada una.

**Los martes de 16:30 a 18:00. En abril el 3, 10, 17 y 24.**  
**Actividad para mujeres**

**Espacio de Igualdad “Dulce Chacón”**

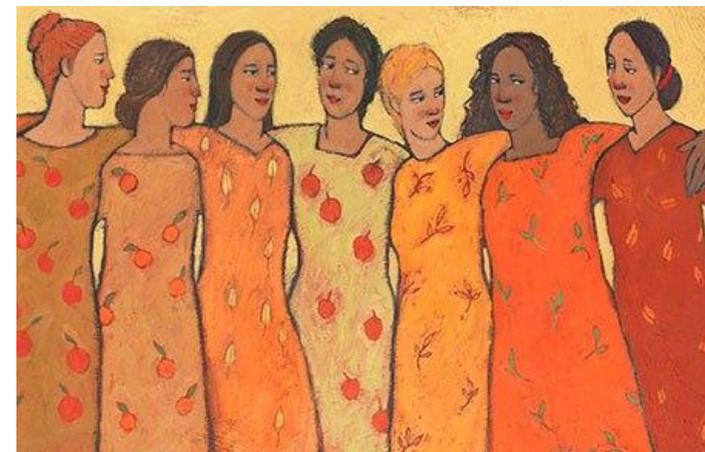
C/ Mareas, 34 Local 2

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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)





## Grupo de encuentro para mujeres migrantes “Mujeres valientes”

Mujeres valientes somos un grupo de educación feminista compuesto por mujeres de diferentes nacionalidades que tenemos como nexo común aprender o mejorar el castellano. Practicamos la comprensión y la expresión del idioma a la vez que discutimos, analizamos y reflexionamos sobre las discriminaciones sufridas como mujeres migrantes y realizamos actividades que nos ayudan en nuestro proceso de empoderamiento, creamos vínculos y construimos sororidad entre todas.

Martes 13, 20 y 27 de marzo de 11:30 a 13:00  
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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



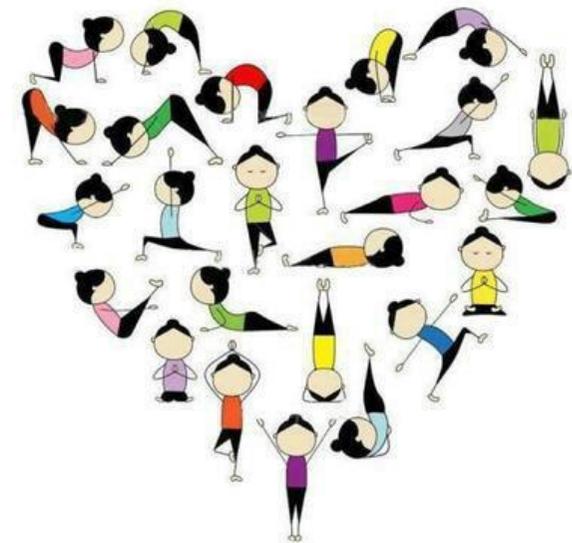
## Taller: “Iniciación a Pilates”

*Porque las mujeres merecemos un espacio para nuestro cuidado...*

*Nos acercaremos al método Pilates para mejorar nuestra respiración, la postura corporal y ser más conscientes de nuestros movimientos. Todo ello a través de ejercicios en los que trabajará todo nuestro cuerpo en conexión cuerpo-mente.*

*Un oasis en medio de la vorágine.*

**Los viernes de 9:15 a 10:15.  
Este mes de abril los días 6, 13, 20 y 27.  
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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



# 1º Grupo de empoderamiento ante la sexualidad: “Cuerpos libres”

**Aprendo, me conozco, me cuido, me respeto y disfruto.**

A lo largo del tiempo, en este grupo, vamos a aprender sobre nuestra sexualidad eliminando prejuicios y mitos entorno a ella. Aprenderemos diferentes aspectos que tienen que ver con nuestro cuerpo, nuestras emociones, nuestros pensamientos, etc. y reflexionaremos sobre cómo los roles de género afectan a la vivencia de nuestra sexualidad.

Todo esto nos ayudará a conocernos más, lo que potenciará que nos cuidemos más, nos respetemos y por lo tanto disfrutemos. En definitiva, queremos empoderarnos y reivindicar el disfrute y el placer como algo fundamental y saludable en nuestras vidas.

**Viernes de 11:30 a 13:00. 2, 9, 16 y 23 de marzo, 6 y 13 de abril.  
Actividad para mujeres**

**Espacio de Igualdad “Dulce Chacón”**

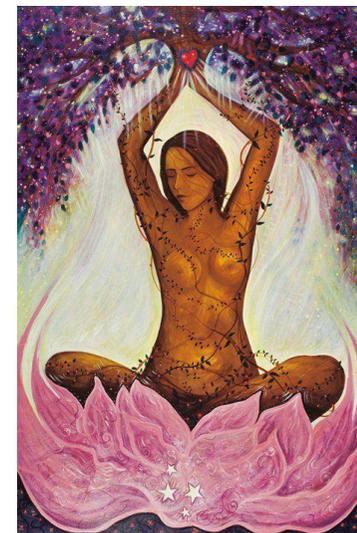
C/ Mareas, 34 Local 2

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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)





# Educación menstrual: “Abajo los mitos, arriba el conocimiento sobre nuestro ciclo”

Las mujeres menstruamos durante importante de nuestras vidas y lo vivimos, en muchos casos, con gran angustia. Pero para llegar a alcanzar el verdadero conocimiento de nuestros cuerpos y empoderarnos en nuestras vidas, necesitamos conocer exactamente cómo funcionamos. Por eso, este taller está dirigido a entender cómo funciona nuestro ciclo menstrual y cómo afecta a nuestro cuerpo, emociones y vida diaria. También abordaremos alternativas ecológicas, económicas y sostenibles para afrontar el sangrado y el autoconocimiento para paliar los posibles dolores menstruales.

**Jueves 19 de abril de 9:30 a 12:00**  
**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](mailto: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 3, 10, 17 y 24 de abril de 10:00 a 11:00**

**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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)





## Acción formativa: “Monitora de patio y comedor” Especialidad: “Promotora de igualdad en entornos escolares”

Inicio el 11 de mayo en horario de mañana. Pendiente de confirmar fecha de finalización y horario definitivo

### **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.

### **APERTURA DEL PLAZO DE PRE-INSCRIPCIÓN: MARTES 10 DE ABRIL a las 9:00 hrs.**

Puedes realizar tu pre-inscripción personalmente o por teléfono. (NO  
POR CORREO ELECTRÓNICO)

### **ESPECIALIDAD: PROMOTORA DE IGUALDAD EN ENTORNOS ESCOLARES (50 horas)**

Igualdad entre mujeres y hombres. Sensibilización y prevención de 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.



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](mailto: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 9 de abril al 23 de mayo, lunes, martes y miércoles de 15:30 a 17:30.**  
**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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)



## Servicio de atención jurídica

Información, orientación y asesoramiento jurídico a mujeres

- ¿Estás en un proceso de ruptura matrimonial y tienes dudas de tus derechos y los de tus hijas e hijos?
- ¿Tienes problemas para conciliar tu trabajo y tu vida personal y familiar?
- ¿Necesitas ayuda para solicitar un permiso de residencia?
- ¿Tienes que presentar un escrito a la Administración y no sabes por dónde empezar?

Servicio dirigido a mujeres y con acceso a través de cita previa.  
Martes de 10:00 a 14:00  
Miércoles y viernes de 10:00 a 14:00 y de 15:00 a 18:00

*“Los derechos que no se conocen no se pueden ejercer”*

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](mailto:centrodulcechacon@gmail.com)

