



ANA ORANTES

Espacio de Igualdad

PROGRAMACIÓN OCTUBRE 2023

«Los niños deben ser educados sobre cómo pensar, no acerca de lo que deben pensar»

Margaret Mead (1901-1978) antropóloga estadounidense impulsora del concepto de "género". Cuestionó la visión sexista biologicista de las ciencias sociales según la cual, por ejemplo, la división del trabajo se debía a una diferencia innata que marcaba el comportamiento de los hombres y de las mujeres. Margaret planteaba que las diferencias en las conductas podían variar según contextos socioculturales.

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.

Espacio accesible para personas con movilidad reducida. Si tienes otro tipo de discapacidad ponte en contacto con nuestro centro.

1

HORARIO DE ATENCIÓN:

Lunes a viernes de 10 a 14h y de 16:30 a 20:30h. Los días festivos permanecerá cerrado.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 525 66 81

Correo electrónico: anaorantes6@madrid.es

Presencialmente: calle Playa de San Juan, 6 (metro Barajas).

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.

ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN

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

EXPOSICIONES:

Muestra expositiva: Mujer y activismo, galería fotográfica.

Materiales elaborados e implementados por y para la ciudadanía con el objetivo de visibilizar diferentes mujeres activistas que han luchado o luchan en distintos ámbitos de la defensa de los Derechos Humanos a lo largo de la historia y de los diferentes continentes. Pásate a conocer la vida de estas mujeres cuyo legado en la conquista de derechos ha sido tan importante para las generaciones posteriores. Ponte en contacto previamente para asegurar su disponibilidad.

Dirigido a toda la población.

Del 1 al 31 de octubre. En horario de apertura del centro.

Muestra expositiva del taller de fotografía: Mujeres reales.

Materiales elaborados e implementados por y para la ciudadanía con el objetivo de visibilizar la diversidad estética como mecanismo de empoderamiento de las mujeres y romper con estereotipos asociados a mandatos de género. La elaboración de los mismos se llevará a cabo por las propias mujeres participantes del Espacio de Igualdad Ana Orantes en el Taller de fotografía: "Mujeres reales". Ponte en contacto previamente para asegurar su disponibilidad.

Dirigido a toda la población.

Del 1 al 31 de octubre. En horario de apertura del centro.

Mujer y pintura: galería fotográfica.

Materiales elaborados e implementados por y para la ciudadanía con el objetivo de visibilizar diferentes mujeres pintoras invisibilizadas en su mayoría a lo largo de la historia y de los diferentes continentes. Pásate a conocer la vida y obra de estas mujeres. Ponte en contacto previamente para asegurar su disponibilidad.

Dirigido a toda la población.

Del 1 al 31 de octubre. En horario de apertura del centro.

TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS:

Qué veo cuando miro.

Juntas desgranamos qué es esto de la igualdad de género, porqué se habla de feminismos, de qué forma nos atraviesa todo esto como mujeres. Usando estímulos como películas, lecturas, documentales, hitos históricos o noticias de la actualidad, nos ponemos las gafas violetas para analizar con perspectiva de género.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 4, 11, 18 y 25 de octubre. De 17 a 18:30h (hasta el mes de diciembre).



Relatos en femenino.

El 17 de octubre se conmemora el Día de las escritoras. Para celebrarlo, os proponemos este encuentro donde podamos compartir nuestros pasajes favoritos de escritoras. ¿Te apetece?

Dirigido a toda la población.

Viernes 13 de octubre. De 18 a 19:30h.

Educación para la paz.

Taller donde podréis descubrir vuestra propia fuerza interior acercándoos a la paz personal. Un lugar donde enfocarnos en nosotras mismas y reflexionar sobre los recursos internos que nos capacitan para lograr nuestra propia comprensión.

En colaboración con la Fundación La paz es posible.

Dirigido a toda la población

jueves 19 y 26 de octubre. De 17 a 18:30h

Me han despedido, ¿Ahora qué?

Te invitamos a participar en nuestro taller dedicado al despido. En donde, te informaremos paso a paso, como hacer valer tus derechos, te brindaremos algún consejo y compartiremos experiencias de cómo proceder en el caso de que te despidan.

Dirigido a toda la población

Jueves 19 de octubre. De 18:30 a 20h.

Club de lectura.

Espacio de encuentro mensual en el que de forma conjunta elegiremos un libro de una escritora, el cual leeremos durante un mes o mes y medio. Una vez finalizada cada lectura compartiremos nuestros sentires y pensamientos relativos a la obra. Analizaremos desde la perspectiva de género las distintas obras, así como daremos visibilidad a diferentes escritoras desde una perspectiva interseccional.

Dirigido a toda la población.

Martes 31 de octubre. De 18:30 a 20h (hasta el mes de diciembre).

CICLOS DE CINE:

Qué veo cuando miro: Mujeres rurales.

Conmemoramos el Día Internacional de las Mujeres Rurales con este taller en el que juntas disfrutaremos del documental "Mujeres rurales, la lucha por el territorio al sur de Europa", protagonizado por cinco mujeres que a través de su testimonio nos harán conocer su vida en el entorno rural, desde una perspectiva de derechos humanos y feminismo.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 18 de octubre. De 17 a 18:30h.

Cinefórum en morado: Alí.

Nos ponemos las gafas violetas y disfrutamos juntas de la película “Alí”, protagonizada por Nadia de Santiago y Verónica Forqué, esta joya del cine español nos muestra la vida de una joven de 18 años y su madre. Además, realizaremos una puesta en común sobre qué nos ha hecho sentir y de qué forma nos podemos ver reflejadas en los personajes. Trae las palomitas, fuera luces, ponte cómoda, ¡y acción!

Dirigido a toda la población.

Viernes 27 de octubre. De 18 a 19:30h.

ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y REPARACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA.

Actividades dirigidas a mejorar conocimientos y habilidades para prevenir y detectar la violencia machista.

EXPOSICIONES:

Exposición: Trata de Mujeres y Niñas con fines de explotación sexual.

La trata de seres humanos con fines de explotación sexual constituye una profunda violación de los derechos humanos, que utiliza a las personas, principalmente mujeres y niñas, como simples mercancías, coartando su libertad, atacando su dignidad, y dejando secuelas físicas, psicológicas y emocionales profundas. Para acabar con ella es necesario visibilizarla y tomar conciencia de su existencia en nuestro entorno. Para ello, a través de esta exposición nos acercaremos a esta realidad más presente en nuestra sociedad de lo que creemos. Actividad enmarcada en conmemoración del Día Mundial contra la Trata.

Dirigido a toda la población.

Del 1 al 31 de octubre. En horario de apertura del centro.

En colaboración con los Espacios de Igualdad María Zambrano, Ana Orantes, Lucía Sánchez Saornil y María Telo.

Muestra expositiva: Voces de mujeres.

Materiales elaborados por el equipo de Mediación Cultural del Museo del Romanticismo para su actividad “Voces de mujeres”, que pudimos disfrutar diferentes Espacios de la red. En ella, se realiza una visita guiada al Museo a través de los testimonios de mujeres del siglo XIX, seguida de una tertulia en la que intercambiar impresiones sobre los temas abordados en la visita: a qué dificultades se enfrentaron estas mujeres en su época, cómo lucharon para hacer frente a las desigualdades y qué cosas seguimos teniendo en común con ellas en el siglo XXI. La exposición del Espacio recupera este material cedido por el Museo para visibilizar diferentes violencias ejercidas hacia las mujeres a través de sus propios testimonios.

Dirigido a toda la población.

Del 1 al 31 de octubre. En horario de apertura del centro.



TALLERES, CURSOS Y CONFERENCIAS:

FORMA-TE: II Curso básico online: Detección de la trata con fines de explotación sexual para profesionales.

Con motivo del Día Internacional Contra la Explotación Sexual y la Trata de Personas os traemos este curso destinado a profesionales que deseen formarse en trata de personas, específicamente trata de mujeres y niñas con fines de explotación sexual. Se impartirán diferentes temáticas a través de 4 módulos en modalidad online, donde aprenderemos conceptos básicos, legislación, detección y casos prácticos.

Actividad dirigida a toda la población. Online.

Enmarcada dentro del Proyecto Madrid Ciudad Segura Para Mujeres y Niñas. En colaboración con los Espacios de Igualdad Lucía Sánchez Saornil, Lourdes Hernández, María Zambrano y María Telo. Plataforma formativa disponible: desde el 21 de septiembre hasta el 9 de octubre.

Duración total del curso: 10h.

MCS Círculo de maternidad.

Inicia tu maternidad desde el embarazo al puerperio en conexión contigo misma, y tu bebé activando todo el poder de la sabiduría femenina que existe en ti. Dirigido a mujeres embarazadas y en puerperio con hijas/os hasta un 1 año. En los encuentros de Mujeres Compartiendo Sabiduría se fomenta el liderazgo positivo individual y grupal de las mujeres para favorecer la participación social, con el apoyo del equipo técnico.

Dirigido a mujeres.

Martes 3 y 24 de octubre. De 18 a 20h (hasta el mes de diciembre).

Grupo terapéutico para mujeres divorciadas o separadas.

¡Recuerda que no estás sola! En este grupo te reunirás con mujeres en tu misma situación: acaban de separarse, divorciarse o terminar una relación de pareja. Podrás compartir tus experiencias, expresar tus emociones y tus pensamientos más íntimos de forma confidencial en un entorno comprensivo y de aceptación.

Dirigido a mujeres. Grupo cerrado.

Miércoles 4 y 18 de octubre. De 18:30h a 20:00h (hasta el mes de diciembre).

ACTIVIDADES DE EMPODERAMIENTO.

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

BIENESTAR FÍSICO:

¡Que nos quiten lo bailao!

En este taller vamos a ir aprendiendo poco a poco las cuatro sevillanas, expresando nuestras emociones mediante este baile tan tradicional, ¡para poder ir a la Feria de Sevilla con mucho arte! Imprescindible ropa cómoda.

Dirigido a mujeres.

Lunes 2, 9, 16, 23 y 30 de octubre. De 18:30 a 20h (hasta el mes de diciembre).



MCS Sevillanas.

En este taller se trabajará y se disfrutará todo lo aprendido anteriormente en “¡Que nos quiten lo bailao!”, tratándose de un encuentro entre mujeres donde seguirán practicando las sevillanas todas juntas, pasando un buen rato de risas y baile. En los encuentros de Mujeres Compartiendo Sabiduría se fomenta el liderazgo positivo individual y grupal de las mujeres para favorecer la participación social, con el apoyo del equipo técnico.

Dirigido a mujeres.

Lunes 2, 9, 16, 23 y 30 de octubre. De 18:30 a 20h (hasta el mes de diciembre).

Paseos en morado.

¡Volvemos con nuestros maravillosos paseos! Ocupamos lugares al aire libre y nos reapropiarnos como mujeres del espacio público. Realizaremos un poco de ejercicio para mantener nuestra salud mientras compartimos sobre la importancia de nuestro autocuidado. Tomando como punto de partida la entrada del Centro Cultural Gloria Fuertes de Barajas realizaremos un pequeño recorrido por el parque Juan Carlos I. Acudir con ropa cómoda, agua y calzado deportivo.

Dirigido a mujeres.

Punto de encuentro en el Centro Cultural Gloria Fuertes.

Miércoles 4 de octubre. De 11 a 12:30h.

Estiramientos y bienestar.

Los estiramientos reducen la fatiga y nos proporcionan una sensación de bienestar y alivio. Durante el taller realizaremos ejercicios de relajación, trabajando a través del cuerpo con estiramientos fáciles que nos permitan ganar mayor bienestar. Usa ropa cómoda y ten a mano una esterilla para completar tu experiencia.

Dirigido a mujeres.

Jueves 5, 19 y 26 de octubre. De 11 a 12:30h (hasta el mes de junio).

Relajada y conectada. Respira, estira y afloja.

Vamos a conectar con nuestros cuerpos a través de suaves estiramientos, respiraciones conscientes y relajación. Vamos a regalarnos autocuidado y bienestar. Ven con ropa cómoda y recuerda traer tu propia esterilla.

Dirigido a mujeres.

Miércoles 11 y 25 octubre. De 18:30 a 20h (hasta el mes de diciembre).

BIENESTAR EMOCIONAL Y RELACIONAL:

¡Apartando la ansiedad, hoy no quiero estrés!

En este taller buscaremos estrategias de manejo del estrés y la ansiedad, y compartiremos cómo podemos hacer para potenciar nuestro bienestar. Además, reflexionaremos sobre diversas violencias que nos provocan malestares cotidianos a las mujeres.

Dirigido a mujeres.

Viernes 20 de octubre. De 17 a 18:30h.



¡Bucles fuera! ActivaMENTE.

Taller de juegos, humor y agilidad mental contra el bloqueo emocional. Juntas queremos generar redes de apoyo, romper con nuestros bucles mentales e identificar nuestros malestares de género.

Dirigido a mujeres.

Viernes 6, 13, 20 y 27 de octubre. De 11 a 12:30h (Hasta el mes de junio).

Vivir en el momento, aquí y ahora.

La atención plena, o mindfulness, nos ayuda a enfocarnos, equilibrar emociones, despejar la mente para tomar decisiones de forma eficaz y, en definitiva, dedicarnos un tiempo a nosotras. Además, estos beneficios se potencian cuando los compartimos y nos acompañamos en grupo desde un enfoque compasivo y sororo.

Dirigido a mujeres.

Viernes 6, 13, 20 y 27 de octubre. De 12:30 a 14h (hasta el mes de diciembre).

ActivaMENTE: ecofeminismo y mujeres rurales.

¿Te apetece pasar un buen rato reflexionando sobre la realidad del mundo rural? ¿Y las mujeres rurales? ¿Qué tiene que ver la vida rural con poner los cuidados en el centro? Juntas reflexionaremos a través del juego en torno a dichas temáticas. ¡Te esperamos! Actividad enmarcada en el Día Internacional de las Mujeres Rurales.

Dirigido a mujeres.

Viernes 20 de octubre. De 11 a 12:30h.

Me veo: autoestima y autoconcepto.

Entendemos por autoestima la valoración que hacemos de nosotras mismas. ¿En qué se diferencia del autoconcepto? ¿Qué valor nos ponemos? ¿Quiénes somos? ¿Cómo nos percibimos? ¿Qué características y cualidades tenemos? ¿Qué valor le damos? Y todo ello... ¿de qué manera está influenciado por nuestra socialización como mujeres? En este espacio de encuentro, buscaremos dar respuesta a estas preguntas y profundizar en cómo construimos nuestra autoestima y cómo las estructuras sociales afectan a la misma.

Dirigido a mujeres.

Martes 3, 10, 17, 24 y 31 de octubre. De 11 a 12:30h (Hasta el mes de diciembre).

Me veo: Mi niña interior.

¿Estoy en contacto con mi niña interior? ¿La cuido? ¿Tiene algo que decirme? Espacio de autocuidado emocional en el cual trabajaremos nuestra autoestima a través del juego con nuestra niña interior. Actividad enmarcada en el Día Internacional de la Niña.

Dirigido a mujeres.

Martes 17 de octubre. De 11 a 12:30h.

Autocuidado: Mujer y dolor crónico.

¿Qué es el dolor? ¿Cómo se entrecruzan las variables dolor y mujer? ¿Qué hay detrás de que dos de cada tres personas con dolor crónico sean mujeres? Espacio de encuentro en el cual juntas compartiremos diferentes estrategias de autocuidado, reflexionaremos sobre la legitimidad de nuestra vivencia desde la complicidad y la ternura y terminaremos con unos ejercicios de respiración y automasaje. Actividad enmarcada en el Día Mundial del Dolor Crónico.

Dirigido a mujeres.
Miércoles 25 de octubre. De 11 a 12:30h.

Inteligencia emocional: conociéndome mejor.

¿Alguna vez te has parado a pensar en cómo vivimos desde nuestras emociones? En este taller trabajaremos nuestra inteligencia emocional, conociendo de cerca qué son las emociones, cómo nos relacionamos con ellas a través del diálogo interno y qué herramientas podemos usar en nuestro día a día para navegarlas. Juntas vamos a conocerlas de cerca y reflexionar sobre cómo nos atraviesan como mujeres.

Dirigido a mujeres.
Lunes 2, 9, 16, 23 y 30 de octubre. De 12:30 a 14h (hasta el mes de diciembre).

Comunicación asertiva: Yo dueña de mis palabras.

¿Alguna vez has pensado o sentido que no te has comunicado como querías? En este taller entrenamos alternativas comunicativas desde la consciencia y el análisis de los malestares de género que van asociados a nuestro aprendizaje comunicativo. Trabajando una legitimización de nuestro discurso consciente.

Dirigido a mujeres.
Jueves 5, 19 y 26 de octubre. De 12:30 a 14h (hasta el mes de junio).

Resolución de conflictos, ¿Qué está en mi mano?

A veces nos cuesta enfrentarnos a los conflictos cotidianos. Poner un límite, verbalizar nuestras necesidades y entender las de otras personas. En este taller jugaremos con los conflictos desde un lugar seguro para eliminar el respeto que nos producen y entenderles como posibilidad de mejora.

Dirigido a mujeres.
Jueves 5 y 26 de octubre. De 18:30 a 20h.

Detectando mis necesidades.

Hablemos sobre la importancia del autocuidado. ¿Identificas cuáles son tus necesidades? ¿te sientes satisfecha en el día a día? Juntas aprenderemos a buscar qué necesitamos para ganar bienestar. Este es un taller en el que te podrás conocer un poquito más, mirar hacia dentro, y donde se potencian los beneficios gracias a que lo compartimos en grupo aprendiendo unas de otras.

Dirigido a mujeres.
Miércoles 11 y 18 de octubre. De 11 a 12:30h.

EMPODERAMIENTO ARTÍSTICO:

Teatro activo, ¡todas a jugar!

Actividad para crear y creer en ti. Desarrollamos nuestras habilidades de expresión mientras nos divertimos jugando con las diferentes dinámicas corporales y dramáticas que proponemos.

Dirigido a mujeres.

Viernes 6 de octubre. De 18 a 19:30h.

MCS Tejedoras.

En este espacio de encuentro aprendemos juntas a realizar macramé, punto, bordados o diseñar y coser nuestras propias prendas. Taller donde compartir sabidurías, conectar con nosotras mismas y reflexionar en grupo. En los encuentros de Mujeres Compartiendo Sabiduría se fomenta el liderazgo positivo individual y grupal de las mujeres para favorecer la participación social, con el apoyo del equipo técnico.

Dirigido a mujeres.

Grupo I: Lunes 2, 9, 16, 23 y 30 de octubre. De 10:30 a 11:30h.

Grupo II: Jueves 5, 19 y 26 de octubre. De 17 a 19h.

MCS Zentangle.

Un espacio de encuentro en el que juntas creamos un espacio de meditación a través del dibujo donde trabajar la atención plena para tomar conciencia del ahora y poder soltar todas las tensiones de la semana. Dibujando juntas mientras nos relacionamos y compartimos en un espacio seguro y de confianza. En los encuentros de Mujeres Compartiendo Sabiduría se fomenta el liderazgo positivo individual y grupal de las mujeres para favorecer la participación social, con el apoyo del equipo técnico.

Dirigido a mujeres.

Actividad online vía Zoom.

Lunes 2, 9, 16, 23 y 30 de octubre. De 12:30 a 14h (hasta el mes de junio).

Danzando, alegría para el alma.

Acaba con la rigidez de tus músculos, quita las telarañas a tus articulaciones y actívatte con nosotras. Realizaremos ejercicios suaves para ponernos en marcha, buscaremos activar las sensaciones a nivel corporal para conectar con ellas a través del baile, amar nuestros cuerpos y mejorar nuestro bienestar. Trabajaremos nuestro cuerpo desde el cuidado, el respeto, la diversión y por supuesto el empoderamiento colectivo. Ven con ropa cómoda.

Dirigido a mujeres.

Martes 3, 10, 17, 24 y 31 de octubre. De 18:30 a 20h (hasta el mes de junio).

Escritura terapéutica.

Durante el taller habrá diferentes propuestas de escritura terapéutica para aprender a canalizar nuestras emociones y pensamientos generando diferentes narraciones. ¿Te gusta escribir? ¿te gustaría sacar lo que tienes dentro de forma creativa? Construyamos juntas un diario emocional.

Dirigido a mujeres.

Lunes 2, 9, 16 y 23 de octubre. De 17 a 18:30h.

EMPODERAMIENTO JURÍDICO, LABORAL Y/O DIGITAL:

Aula Digital.

Reducimos la brecha digital juntas. Aprendemos a utilizar el móvil y conocer todas sus funciones para ganar autonomía. Desde aspectos básicos como el manejo del dispositivo, llamadas, internet, correo electrónico, organización de fotos,... hasta aspectos más técnicos de configuración y uso de diferentes app o redes sociales. ¿Tienes alguna duda? ¿Qué te gustaría aprender? Para todos los niveles. También puedes acudir con tu ordenador o tablet.

Dirigido a mujeres.

Martes 3, 10, 17, 24 y 31 de octubre. De 12:30 a 14h (hasta el mes de diciembre).

MCS. Mujeres haciendo barrio. Radio.

¿Te gusta la radio? ¿Sabes cómo se graba, se emite o se edita? ¿Te gustaría probar y aprender? ¿Existe perspectiva de género en los programas que escuchamos? Te invitamos a participar en esta actividad autogestionada por las mujeres de Barajas. ¡No te lo pierdas!

Dirigido a mujeres.

Miércoles 4, 11, 18 y 25 de octubre. De 18:30 a 20:30h.

Empleo. Contando lo que sé hacer en el CV y la entrevista.

Ante la búsqueda de empleo, podemos sentir dificultad para explicar lo que sabemos hacer, bien sea en el currículum, bien en la propia entrevista. La Visibilización competencial pretende darnos la capacidad de identificar las competencias profesionales de las que disponemos y saber defenderlas. Vamos a trabajar para identificar y nombrar lo que sabemos hacer.

Dirigido a mujeres.

Martes 10 de octubre. De 17 a 18:30h.

Empleo. Malestares profesionales.

Nuestro espacio de trabajo es un lugar en el que aprendemos, crecemos y convivimos. Os invitamos a hablar sobre las dificultades que podemos encontrar en el entorno profesional. Sin dejar de lado, la importancia de establecer un clima favorecedor y agradable para poder desarrollar todas nuestras potencialidades.

Dirigido a mujeres.

Martes 24 de octubre. De 17 a 18:30h.

Merienda con tu abogada.

En este taller te invitamos a compartir en grupo las diferentes dudas que puedas tener sobre el complejo campo de la justicia y las diversas situaciones que pueden ocurrirnos cuando los retos del día a día se vuelven jurídicos. Nos escucharemos las unas a las otras, mientras se irán resolviendo las diferentes problemáticas planteadas, tomándonos un café mientras charlamos. Este mes, contaremos con dos temáticas diferentes:

- **Solicitud de justicia gratuita. Martes 3 de octubre.**
- **Ruptura de pareja. ¿Y ahora qué? Martes 17 de octubre.**

Dirigido a mujeres.

Martes 3 y 17 de octubre. De 17 a 18:30h (hasta el mes de diciembre).



TRABAJO COMUNITARIO.

Trabajamos en red con asociaciones, colectivos y recursos comunitarios del distrito, ya sea para la realización de actividades o para dar respuesta a demandas específicas.

Además, ponemos a disposición de la comunidad los siguientes servicios: Disponibilidad de aulas y Espacio de coworking.

Si deseas más información, ponte en contacto con nosotras.

Coworking.

Espacio en el cual podrás hacer uso de las tablets con acceso a internet del Espacio de Igualdad de forma libre. Si tienes alguna duda ponte en contacto con nosotras.

Dirigido a mujeres.

Pregunta para saber disponibilidad.

Punto de encuentro.

Abrimos las puertas del Ana Orantes ofreciendo una sala donde poder acudir de forma libre en horario de mañana. Ven a tener un rato de tranquilidad y a compartir con más personas dentro del Espacio. Puedes traer un libro, un juego o lo que te apetezca para disfrutar.

Dirigido a mujeres.

Jueves 5, 19 y 26 de octubre. De 10:30 a 13:30h.

Intervención en el Punto E distrito de Barajas.

Espacio de encuentro dirigido al alumnado en el horario de recreo, en el cual se trabajarán en colaboración comunitaria con entidades del distrito, aspectos de mejora del bienestar psicosocial del alumnado. Grupo cerrado.

Actividad en colaboración con las entidades que conforman el Equipo técnico de Barajas.

Dirigido a adolescentes de centros educativos del distrito.

Grupo cerrado.

- **Colegio Gaudem: viernes 20 de octubre. De 11:30 a 12h.**
- **Colegio de Jesús: viernes 20 de octubre. De 10:15 a 10:45h.**
- **IES Alameda de Osuna: miércoles 25 de octubre. De 11:10 a 11:30h.**

III Jornada comunitaria: Salud mental, salud mundial: un derecho universal.

Conmemoramos el Día de la Salud Mental, celebrado el 10 de octubre, con este encuentro lúdico comunitario granizado por diferentes entidades del distrito, con el objetivo de visibilizar la salud mental y asegurar la igualdad de acceso a la misma por parte de hombres y mujeres en toda su diversidad.

Actividad en colaboración con entidades del distrito de Barajas.

Dirigido a toda la población.

Martes 10 de octubre de 11 a 13h.