



# Programación de mayo 2024

## ACTIVIDADES PERMANENTES DE MAYO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>10:30 a 12:30h MCS: Tejedoras</p> <p>12:30 a 14h MCS Zentangle</p> <p>Inteligencia emocional</p> <p>Taller de radio</p> <p>17 a 18:30h Movilidad y bienestar</p> <p>MCS Conversaciones violetas en inglés</p> <p>18:30 a 20h MCS Mujeres sevillanas</p>	<p>11 a 12:30h ¡Me veo, te veo! Autoestima y vínculos</p> <p>MCS Inglés básico desde 0 (GRUPO 2)</p> <p>12:30 a 14h Aula Digital</p> <p>17 a 18:30h MCS Resonando en bonito</p> <p>18:30 a 20h Danzando, alegría para el alma</p>	<p>10:30 a 13:30h Punto de encuentro</p> <p>11 a 12:30h Habilidades para entrevistas exitosas</p> <p>16:30 a 18h Tertulias</p> <p>18:30 a 20h ¡Que nos quiten lo bailao!</p> <p>MCS Mujeres haciendo barrio: radio</p>	<p>11 a 12:30h Flexi-Fuertes</p> <p>MCS Inglés básico desde 0 (GRUPO 1)</p> <p>12:30 a 14h Comunicación asertiva: Yo dueña de mis palabras, tú de tus interpretaciones</p> <p>17 a 18:30h MCS Jugando juntas</p> <p>17 a 19h MCS Tejedoras</p> <p>18:30 a 20h ¡Yo, mi, me conmigo! Autocuidado</p>	<p>11 a 12:30h ¡Bucles Fuera! ActivaMENTE</p> <p>12:30 a 14h Vivir el momento, aquí y ahora</p> <p>Todos los viernes por la tarde hay actividades nuevas. Míralo en ¡ACTIVIDADES DESTACADAS!</p>

## ACTIVIDADES DESTACADAS DE MAYO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>ESCANÉAME PARA MÁS INFO</p>		1	2	3
		Festivo	Festivo	18 a 19:30h ¿LGTBI-qué?
6	7	8	9	10
18:30 a 20h La importancia de planificar y proteger tus finanzas personales ante estafas y fraudes	17 a 18:30h Dando forma a tus emociones, expresión artística	11 a 12:30h Paseos en morado 16:30 a 18h Hablemos sobre el cáncer de ovario Tertulias		
13	14	15	16	17
	12:30 a 14h ¿Quién inventó qué? Aula digital 18:00 a 20h MCS Círculo de maternidad holística	Festivo		12:30 a 14h ¿Estrés o ansiedad? Vivir el momento aquí y ahora 18 a 19:30h Motivación y Salud en la mujer
20	21	22	23	24
17 a 18:30h Cuidado del suelo pélvico Movilidad y bienestar 18 a 20h Baja laboral por depresión Parte I Teoría	19 a 20h Concierto al aire libre: "Mujeres compositoras: no soy musa, soy artista"		11 a 12:30h Suelo pélvico y sexualidad Flexi-Fuertes	17 a 20h Encuentro Interesante por la Salud de las Mujeres ¡Que nos quiten lo bailao! 18:30 a 20h Baja Laboral por depresión Parte II Práctica
27	28	29	30	31
12:30 a 14h ¿Las emociones tienen género? Inteligencia emocional 18 a 20h Grupo terapéutico. Mujeres separadas y divorciadas	11:00 a 12:30h La salud en las mujeres Me veo, te veo: Autoestima y vínculos 18:00 a 20h MCS Círculo de maternidad holística	17 a 18:30h Club de lectura		18 a 20:00h Dinámicas sorpresa para el desarrollo de la confianza

[Acuerdos de convivencia](#)



[Tríptico informativo](#)

## Atenciones de área

### SERVICIOS DE ATENCIÓN INDIVIDUAL CON CITA PREVIA



PARA FAVORECER LA AUTONOMÍA Y LA PARTICIPACIÓN ACTIVA DE LAS MUJERES

**Área Psicológica** | Se ofrece atención psicológica para favorecer el bienestar y la autonomía personal, la reducción del estrés y la ansiedad, y la prevención de la violencia de género.

**Área Jurídica** | Se ofrece apoyo y asesoramiento legal en materia civil, laboral, de extranjería y, especialmente, en todo lo relacionado con la violencia machista.

**Área de Desarrollo Profesional** | Se fomenta la empleabilidad de las mujeres a través de la mejora de sus capacidades, competencias y habilidades sociolaborales.

## Espacio de Igualdad Ana Orantes

**DIRECCIÓN:**  
C/ Playa de San Juan, 6. BARAJAS



**HORARIO:**  
Lunes a Viernes de 10 a 14h e de 16:30 a 20:30h

**MÁS INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:**  
☎ 91 525 66 81 ✉ anaorantes6@madrid.es

