

PROGRAMACIÓN ACTIVIDADES



Casa de la Mujer
2022



Ayuntamiento de
ALCOBENDAS

 **MUJER**
A L C O B E N D A S

ÍNDICE

ESCUELA DE IGUALDAD	3
Monográficos "Pensamiento feminista"	3
Cursos y talleres en Igualdad	4
"Le coin français féministe"	4
"English feminist corner"	5
"A coro por la igualdad"	5
"Aplicáte con el móvil y las redes sociales"	6
"Gestionando desde el móvil"	7
Gestión de la economía doméstica	7
Arreglos del hogar	8
Pilates	8
"Detrás de nuestros pensamientos"	9
Fomento del empleo y Emprendimiento Femenino	14
Empléate mujer	9
"Emprende con M de mujer" II Edición. Formación semipresencial	10
ESCUELA DE EMPODERAMIENTO	11
Elaboración de cuadernos de viaje	11
El humor en la gestión de emociones positiva	12
Las mujeres y los libros a través de la pintura occidental	12
Curso de autodefensa feminista	13
Taller "Reto 21 días: de los malestares de género al bienestar"	13
Tiempo para nosotras	14
Mindfulness	14
CURSOS DE ARTESANÍA	15
Madera, metal y resina. Pintura y técnicas decorativas. (Cód.844/1)	15
Pintura en todas las superficies (cód.842/2)	16
Creatividad con madera (cód.838/1)	16
Repujado en cuero (cód. 845/1)	17
Bolillos (cód. 880/1)	17
Artesanía diversa (cód. 837/1)	17
Patchwork (cód. 843/1)	18
Tapices y macramé (cód. 869/1)	18
ESPACIO DE LIDERESAS	19
SERVICIO DE LUDOTECA	19
INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES	21

En el año 2022 se cumple el 30 aniversario de la creación de la Casa de la Mujer. Con motivo de esta celebración el servicio de Promoción de la Igualdad del Ayuntamiento de Alcobendas, lanza su nueva programación para el año 2022 abarcando una amplia variedad de espacios, talleres y actividades, claramente dirigidas a promover la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres, fomentar el empoderamiento y liderazgo femenino y garantizar la transversalidad de a perspectiva de género.

Para ello se ponen en marcha "la Escuela de Igualdad" y la "Escuela de Empoderamiento", dos espacios diferenciados, dirigidos a fomentar la igualdad entre toda la población y a favorecer el empoderamiento y la participación de las mujeres en todos los ámbitos de la sociedad.

ESCUELA DE IGUALDAD

Esta escuela tiene como objetivo desarrollar actuaciones encaminadas a comprender las desigualdades estructurales, cuestionar los modelos binarios y no igualitarios y a sensibilizar, concienciar y formar en materia de igualdad de oportunidades, conciliación y corresponsabilidad, a la población de Alcobendas. Esta escuela se estructura en tres bloques:

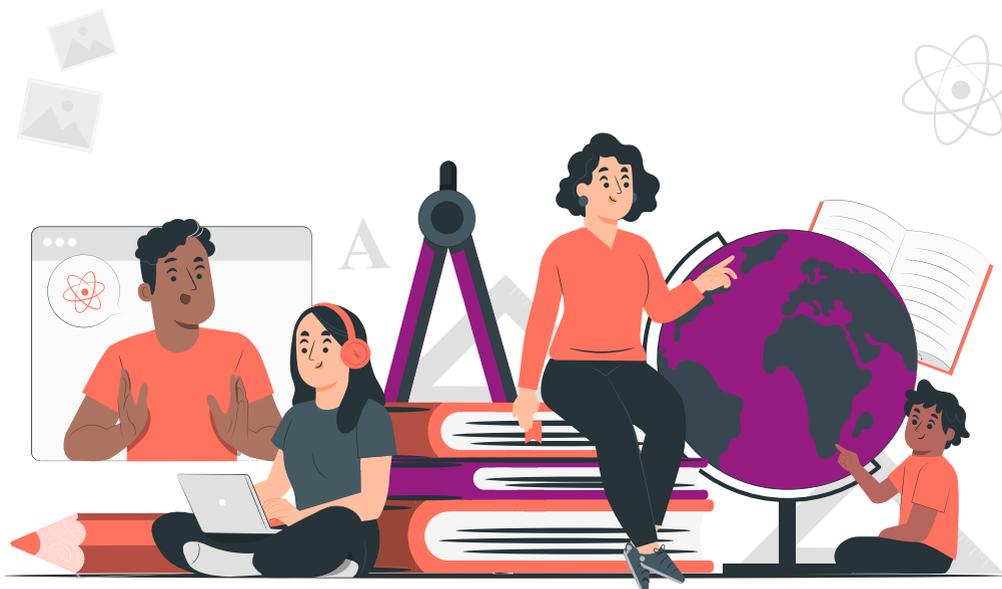
Monográficos "Pensamiento Feminista".

Cursos y talleres en igualdad.

Fomento de empleo.

MONOGRÁFICOS "PENSAMIENTO FEMINISTA"

Los monográficos pretenden ser un lugar de encuentro e intercambio que permita poner en valor la historia del movimiento feminista y compartir las diferentes maneras de vivir y



entender el feminismo, incorporando las corrientes y enfoques emergentes en la actualidad y las reivindicaciones presentes en nuestra sociedad.

Los jueves de 17:30 a 19:30 h. **GRATUITO**

24 de febrero	<i>"El movimiento feminista pasado, presente y futuro."</i>
24 de marzo	<i>"Agenda feminista en la actualidad: los retos y/o reivindicaciones actuales del feminismo y sus diferentes enfoques."</i>
28 de abril	<i>"La historia no contada: vida e hitos de mujeres pioneras en la historia del arte."</i>
26 de mayo	<i>"La historia no contada: visibilizando la historia de las mujeres en la ciencia."</i>
30 de junio	<i>"Lectura de verano: Bibliografía básica: libros y textos esenciales para profundizar en el feminismo, con análisis de las autoras y momentos históricos de su difusión y/o publicación."</i>
29 de septiembre	<i>"Bibliografía de mujeres: pioneras en la actualidad."</i>
27 de octubre	<i>"La historia no contada: visibilizando la historia de las mujeres en la literatura. El legado hasta nuestros tiempos."</i>
24 de noviembre	<i>"La historia no contada: visibilizando la historia de las mujeres en el deporte. Una carrera de fondo."</i>

CURSOS Y TALLERES EN IGUALDAD

Estos cursos y talleres tienen como objetivo combatir los estereotipos sexistas relativos a la asignación de tareas a hombres y a mujeres dentro y fuera del hogar, fomentar la autonomía y el bienestar personal, así como dotar de herramientas y habilidades que faciliten un uso más eficaz del tiempo.

"Le coin français féministe" GRATUITO

Si tienes ganas de conversar en francés y no encuentras con quién... apúntate a este curso. Hablaremos de temas de actualidad y de las grandes figuras del feminismo francés con una persona nativa. Imprescindible tener un nivel de francés medio alto.

Curso dirigido a mujeres y hombres.

Los martes de 17:30 a 19:30 h.

Del 1 de febrero al 5 de abril.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

“English feminist corner” **GRATUITO**

Si estas buscando desarrollar tus habilidades en inglés, conversar y practicar, conversando sobre temas actuales como el lenguaje sexista, la desigualdad, la violencia a las mujeres, así como profundizar en los derechos e intercambiar experiencias y conocimientos, ¡apúntate! Imprescindible tener un nivel de inglés medio alto.

Dirigido a mujeres y hombres.

Los viernes de 11:00 a 13:00 h.

Del 4 de febrero al 8 de abril.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.



“A coro por la igualdad” **GRATUITO**

La música está presente durante toda nuestra vida, pero no siempre le damos la importancia suficiente, ¿crees que una canción puede hacerte sentir más fuerte? ¿Cómo usas tu voz? ¿Te encanta cantar, pero nunca te has atrevido en grupo? En

este coro puedes descubrir cómo expresar toda tu creatividad y emoción a través del canto. ¡Suma tu voz a la igualdad!

Curso anual dirigido a mujeres y a hombres.

Los lunes de 17:00 a 19:00 h.

Primera Edición:

Del 31 de enero hasta el 27 de junio.

Segunda Edición:

Del 19 de septiembre al 19 de diciembre.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

“Aplicáte con el móvil y las redes sociales” **GRATUITO**

Este curso teórico-práctico permitirá la adquisición de conocimientos y el desarrollo de habilidades tecnológicas para la vida diaria.

Las personas participantes conocerán las posibilidades que ofrecen el buen uso de las nuevas tecnologías y redes sociales, así como adquirir autonomía y confianza en su uso.

Se trabajarán los siguientes contenidos: Smartphones y App de apoyo en la vida cotidiana; Internet en los smartphones: utilidades y peligros; el uso adecuado de la tecnología y la conciliación, qué es y cómo afecta la brecha digital de género; y la corresponsabilidad y la conciliación: dos retos para alcanzar la igualdad real.

Curso trimestral dirigido a mujeres y a hombres.

Primera Edición:

Los viernes de 10:00 a 12:00 h.

Del 4 de febrero al 8 de abril.

Segunda Edición:

Los martes de 17:00 a 19:00 h.

Del 19 de abril al 21 de junio.

Tercera Edición:

Los viernes de 10:00 a 12:00 h.

Del 16 septiembre al 18 de noviembre.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

Las personas participantes deberán de traer su smartphone con datos móviles.

“Gestionando desde el móvil” **GRATUITO**

Curso dirigido a la población adulta, mujeres y hombres que necesiten aprender y poner en marcha nuevas prácticas en materia tecnología.

Desde realizar trámites y gestiones administrativas online, pasando por la realización de las principales operaciones bancarias, así como aprender a utilizar la firma digital o la tarjeta sanitaria serán parte de los contenidos principales a desarrollar en este curso. Conocer herramientas que nos faciliten la realización de ciertas gestiones favorece la conciliación y reduce la brecha digital.

Curso trimestral dirigido a mujeres y a hombres.

Primera Edición:

Los martes de 17:00 a 19:00 h.

Del 1 de febrero al 5 de abril.

Segunda Edición:

Los viernes de 10:00 a 12:00 h.

Del 22 de abril al 24 de junio.

Tercera Edición:

Los martes de 17:00 a 19:00 h.

Del 20 de septiembre al 29 de noviembre.

Lugar:

Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

Las personas participantes deberán de traer su smartphone con datos móviles.



Gestión de la economía doméstica **GRATUITO**

Taller práctico en el que de forma individual y/o grupal las personas participantes deben aprender a gestionar y controlar herramientas que faciliten la gestión de los ingresos y gastos de sus hogares.

El objetivo de este taller será ganar efectividad a nuestra economía doméstica. Para ello, trabajaremos contenidos como: adquirir conocimientos sobre la gestión de la economía familiar; y aprender a utilizar herramientas prácticas, fáciles y útiles para mejorar la gestión de nuestra economía familiar.

Curso mensual dirigido a mujeres y a hombres.

Primera Edición:

Los jueves de 10:30 a 12:30 horas.

Del 2 al 30 de marzo.

Segunda Edición:

Los miércoles de 17:30 a 19:30 h.

Del 28 de septiembre al 26 de octubre.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

Arreglos del hogar **GRATUITO**

Curso que tiene el objetivo de mostrar a las personas participantes a realizar pequeños arreglos en nuestras casas en materia de bricolaje. Conoce las principales técnicas y arreglos que te permitirán la autonomía y autogestión en tu propio hogar.

Curso mensual dirigido a mujeres y a hombres.

Los miércoles de 10:30 a 12:30 h.

Primera Edición:

Del 27 de abril al 25 de mayo.

Segunda Edición:

Del 2 al 30 de noviembre.

Lugar: Casa de la Mujer.

C/ Málaga 50.



Pilates **GRATUITO**

Curso en el que se trabajará el bienestar emocional a través de la toma de conciencia de los sentimientos, emociones, miedos y tensiones para poder afrontarlos y gestionarlos. También, aprenderemos la importancia de la necesidad de encontrar espacios propios en la vida diaria para relajarse.

Curso anual. Dirigido a mujeres y a hombres.

Los miércoles de 18:00 a 19:30 h.

Del 2 de febrero al 29 de junio.

Del 21 de septiembre al 21 de diciembre.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

“Detrás de nuestros pensamientos” **GRATUITO**

En este curso trabajaremos a través de distintas técnicas la importancia de las cogniciones que se esconden y condicionan nuestro bienestar. Mediante la resolución de conflictos, los límites propios y PNL reflexionaremos sobre cómo nuestro pensamiento determina en gran parte nuestra salud mental, y, por tanto, nuestro bienestar. Curso trimestral dirigido a mujeres y a hombres.

Primera Edición:

Los martes de 17:30 a 19:30 h.

Del 19 de abril al 21 de junio.

Segunda Edición:

Los viernes de 10:00 a 12:00 h.

Del 30 de septiembre al 2 de diciembre.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

FOMENTO DEL EMPLEO Y EMPRENDIMIENTO FEMENINO

Estas actuaciones tienen por objetivo promover la igualdad de trato de oportunidades entre mujeres y hombres en el mercado laboral y apoyar el autoempleo y el emprendimiento femenino.

Empléate mujer **GRATUITO**

Con el objetivo de mejorar la inserción laboral de las mujeres participantes se desarrollarán estas sesiones para la adquisición y mejora de las habilidades prelaborales y laborales, como la comunicación verbal y no verbal, preparación de una entrevista de trabajo y rol playing entre otras; y por otro lado, se impartirá formación de herramientas actuales y necesarias para realizar una búsqueda de empleo efectiva: CV actualizados para saber qué poner en el CV y formatos de CV, autocandidaturas, RR.SS. laborales, plataformas de empleo y mucho más. Curso trimestral dirigido a mujeres.

Los lunes de 10:00 a 12:00 h.

Primera Edición:

Del 31 de enero al 4 de abril.

Segunda Edición:

Del 18 de abril al 27 de junio.

Tercera Edición:

Del 19 de septiembre al 21 de noviembre.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

“Emprende con M de mujer” II Edición

Formación semipresencial **GRATUITO**

Curso de 30 horas semipresencial dirigido a mujeres emprendedoras.

Este curso tiene como objetivo impulsar el emprendimiento de las mujeres apoyándolas en su desarrollo laboral y facilitando el trabajo en red y el apoyo mutuo.

Para ello se ofrecerá información de los recursos disponibles, cercanos y que puedan ser de utilidad para las mujeres emprendedoras, además de formar y dotar de conocimientos y herramientas que ayuden al empoderamiento de las mujeres que quieren emprender o que ya están en el camino, sobre todo de aquellas mujeres jóvenes que se están planteando el emprendimiento como alternativa.

Además de la formación semipresencial, se impartirán 12 horas de tutorías individuales que las participantes podrán acordar con la persona que tutorice el curso.

Comienzo el 4 de abril y finalizará el jueves 30 de junio con un encuentro de las mujeres emprendedoras participantes.

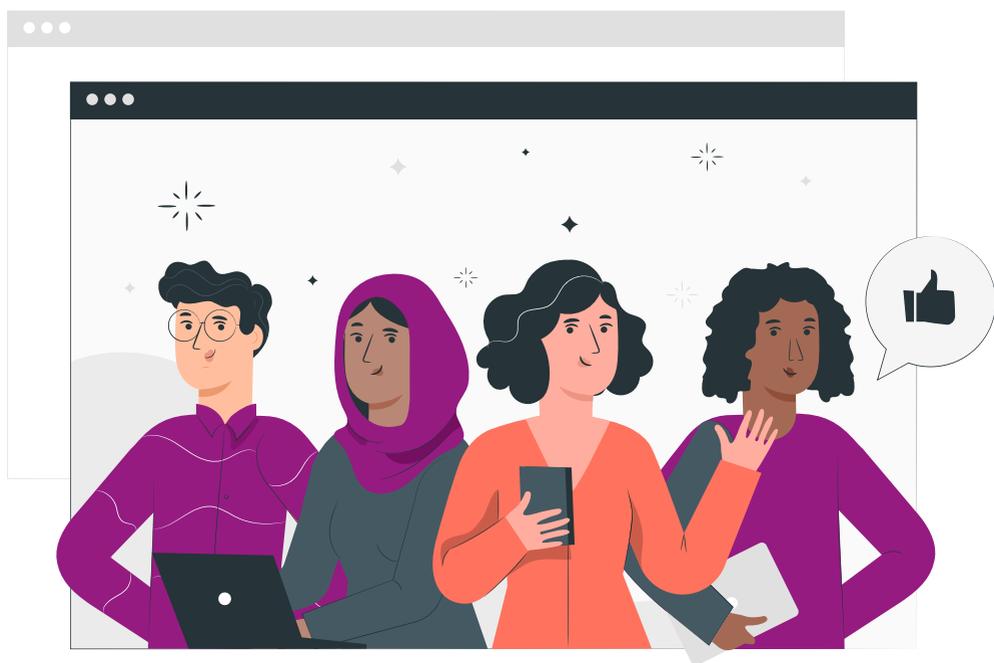
Lugar: Casa de la Mujer.

C/ Málaga 50.



ESCUELA DE EMPODERAMIENTO

Esta escuela pretende favorecer el empoderamiento colectivo y la incorporación de las mujeres a la sociedad en condiciones de igualdad. Ofrece talleres de diferentes actividades, exposiciones y salidas culturales que den visibilidad a las mujeres en los ámbitos en los que tradicionalmente han estado invisibilizadas. Su objetivo es promover el desarrollo personal y grupal incorporando a mujeres de todo tipo y condición: jóvenes, mayores, con y sin discapacidad, de cualquier etnia, identidad y orientación sexual.



Elaboración de cuadernos de viaje **GRATUITO**

Crea tu propio diario, reuniendo las mejores experiencias del viaje, aunque se le pueden dar otros usos. En este diario de viaje puedes escribir, dibujar, colorear, pegar pa-

peles... etc. En este cuaderno los límites los pones tú. La imaginación y la creatividad se dan las manos tras conocer los fundamentos básicos para su elaboración.
Dirigido a mujeres.

Los miércoles de 18:00 a 20:00 h.

Los días 11 y 18 de mayo.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

Gratuito. Material a cargo de las alumnas.

El humor en la gestión de emociones positiva

GRATUITO

El humor como mecanismo de regulación de emociones tiene su influencia a corto plazo al conseguir los siguientes objetivos: Aumentar los sentimientos positivos, de alegría y bienestar. Aumentar la capacidad de percepción y de mayor control. Reducir los sentimientos negativos (como ira, depresión o ansiedad). Ayudar a mitigar las emociones negativas. Por otra parte el humor como mecanismo de regulación de emociones a largo plazo repercute tanto en fortalecer de autoestima y bienestar emocional como en mejorar relaciones interpersonales y más satisfactorias. El optimismo vitalista nos permite restablecer las emociones positivas en aras de un bienestar emocional.

Dirigido a mujeres.

Los miércoles de 18:00 a 20:00 h.

Del 26 de enero al 2 de febrero.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

Las mujeres y los libros a través de la pintura occidental

GRATUITO

Aunque las imágenes no son siempre espejos perfectos del pasado, pueden darnos una buena estimación sobre las prácticas lectoras de las mujeres en la historia. Mirada y lectura son las protagonistas de este taller en el que viajaremos en el tiempo para conocer a las lectoras del pasado.

Dirigido a mujeres.

Los miércoles de 17:30 a 19:30 h.

Del 19 de octubre hasta el 30 de noviembre.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

Curso de autodefensa feminista **GRATUITO**

Durante este curso veremos cómo detectar la violencia sexista y qué podemos hacer para actuar frente a ella.

La autodefensa feminista surge para empoderar a la mujer frente a la violencia, eliminando el rol de víctima pasiva. Durante el curso trabajaremos los falsos estereotipos sobre la debilidad física de las mujeres, entre otros.

Curso anual dirigido a mujeres.

Los viernes de 16:30 a 18:30 horas.

Del 4 de febrero al 24 de junio.

Del 16 de septiembre al 16 de diciembre.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.



Taller "Reto 21 días: de los malestares de género al bienestar" **GRATUITO**

Taller para la generación de espacios protagonizados por y para la mujer.

Durante las tres sesiones del taller se reflexionará y se compartirá las experiencias de los propios malestares, para incorporar y consolidar un hábito saludable que reduzca la percepción subjetiva de los malestares del género.

Dirigido a mujeres y hombres.

Los miércoles de 10:00 a 12:00 h.

Primera Edición:

Del 16 al 30 de marzo.

Segunda Edición:

Del 5 al 19 de octubre.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

Tiempo para nosotras **GRATUITO**

¿Buscas un grupo en el que compartir experiencias y concentrarte en tu bienestar? Has llegado al lugar perfecto para ello. En este taller hablaremos de emociones, autocuidado, nuestras relaciones personales, autoestima, hábitos saludables y proyectos vitales. Es el momento de encontrar un espacio y un tiempo para ti. Te esperamos. Dirigido a mujeres mayores de 55 años.

Los miércoles de 10:30 a 12:30 h.

Del 2 de febrero al 29 de junio.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

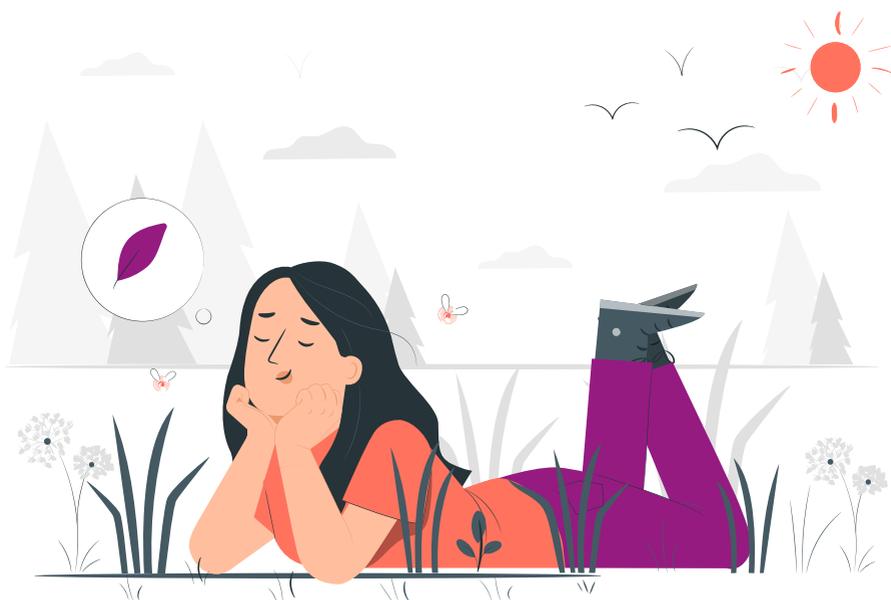
Mindfulness **GRATUITO**

¿Cuánto tiempo dedicas a la semana a cuidarte? Un espacio compartido donde poder centrar tu tiempo y tu energía en lo que necesitas. Trabajaremos técnicas para gestionar el estrés, comunicarnos de manera más asertiva, gestionar el tiempo, identificar nuestras emociones, reírnos hasta de nosotras mismas y mejorar el bienestar. Dirigido a mujeres y hombres mayores de 16 años.

Los lunes de 10:30 a 12:30 h.

Del 31 de enero al 4 de abril.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.



CURSOS DE ARTESANÍA

Ampliaremos conocimientos sobre las técnicas y realización de diversas artesanías.

La necesidad de crear forma parte importante en nuestras vidas. Nos hace sentirnos felices y libres porque expresamos y experimentamos. El arte nos ayuda a difundir nuestros proyectos, ideas y puntos de vista, de esta manera estamos visibles en los espacios públicos.



Madera, metal y resina. Pintura y técnicas decorativas. (Cód.844/1)

Amplio y variado taller en el que aprenderemos a pintar y repintar cajas, muebles y objetos de madera metálicos. Podremos dar un aire nuevo a las sillas del salón o a los

muebles heredados de la abuela o a esa estantería de la habitación que no nos combina; así como pintar una caja y convertirla en un costurero o hacer de una caja de vinos un estupendo regalo personalizado. Dirigido a mujeres y a hombres.

Curso anual:

Los martes de 16:00 a 19:00 h.

- Del 15 de febrero al 5 de abril.
- Del 19 de abril al 1 de junio.
- Del 4 de octubre al 29 de noviembre.

Lugar: Centro Cívico Distrito Centro. Plaza del Pueblo 1.

Precio: 94,04€. (en tres pagos de 31,35€). Material a cargo del alumnado.

Pintura en todas las superficies (cód.842/2)

Pintura creativa realizada con diversas técnicas, oleo, acrílicos, pintura en tela, en seda, etc. Dirigido a mujeres y a hombres.

Curso anual:

Los miércoles de 10:00 a 13:00 h.

- Del 16 de febrero al 6 de abril.
- Del 20 de abril al 8 de junio.
- Del 5 de octubre al 30 de noviembre.

Lugar: Centro Cívico. C/ Málaga 50.

Precio: 94,04€. (en tres pagos de 31,35€). Material a cargo del alumnado.

Creatividad con madera (cód.838/2)

Arte de crear diseños con los colores y la fibra de chapas de madera en un soporte sólido. Esta técnica se emplea para hacer cuadros o decorar cajas, bandejas, espejos y también para la decoración de muebles. Dirigido a mujeres y a hombres.

Curso anual:

Los lunes de 16:00 a 19:00 h.

- Del 14 de febrero al 4 de abril.
- Del 25 de abril al 27 de junio.
- Del 3 de octubre al 21 de noviembre.

Lugar: Centro Cívico Distrito Centro. Plaza del Pueblo 1.

Precio: 94,04€. (en tres pagos de 31,35€). Material a cargo del alumnado.

Repujado en cuero (cód. 845/1)

En este taller aprenderemos a trabajar el cuero y a embellecer cajas, cuadernos, bolsos, cinturones etc. Material necesario, cuero, buriles... Dirigido a mujeres y a hombres.

Curso anual:

Los lunes de 16:00 a 19:00 h.

- Del 14 de febrero al 4 de abril.
- Del 25 de abril al 27 de junio.
- Del 3 de octubre al 21 de noviembre.

Lugar: Casa Asociaciones. C/ Cáceres 18.

Precio: 94,04€. (en tres pagos de 31,35€). Material a cargo del alumnado.

Bolillos (cód. 880/1)

Aprenderemos a realizar todo tipo de encajes como hacían nuestras abuelas, pero también nos enseñarán nuevas técnicas para todo tipo de objetos actuales. Dirigido a mujeres y a hombres.

Curso anual:

Los jueves de 10:00 a 13:00 h.

- Del 17 de febrero al 7 de abril.
- Del 21 de abril al 9 de junio.
- Del 6 de octubre al 24 de noviembre.

Lugar: Casa Asociaciones. C/ Cáceres 18.

Precio: 94,04€. (en tres pagos de 31,35€). Material a cargo del alumnado.

Artesanía diversa (cód. 837/1)

Pintura sobre madera, cristal, metal, tela, paraguas y abanicos pintados a mano alzada, pastas modelables, tejas de apañe, trabajos con servilletas, cuadros, velas decoradas, estaño. Dirigido a mujeres y a hombres.

Curso anual:

Los viernes de 10:00 a 13:00 h.

- Del 11 de febrero al 1 de abril.
- Del 22 de abril al 10 de junio.
- Del 7 de octubre al 25 de noviembre.

Lugar: Centro Cívico. C/ Málaga 50.

Precio: 94,04€. (en tres pagos de 31,35€). Material a cargo del alumnado.

Patchwork (cód. 843/1)

Trabajo de costura que se realiza mediante la unión de pequeñas piezas de tela combinadas para que formen distintas figuras. Se pueden realizar colchas, tapices, bolsos, camisetas, neceseres, cuadros, costureros. Dirigido a mujeres y a hombres.

Curso anual:

Los lunes de 10:00 a 13:00 h.

- Del 14 de febrero al 4 de abril.
- Del 25 de abril al 27 de junio.
- Del 3 de octubre al 21 de noviembre.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

Precio: 94,04€. (en tres pagos de 31,35€). Material a cargo del alumnado.

Tapices y macramé (cód. 869/1)

Taller donde se aprenden todas las técnicas de tejido y utilización de fibras textiles para tapices y macramé. Dirigido a mujeres y a hombres.

Curso anual:

Los viernes de 10:00 a 13:00 h.

- Del 11 de febrero al 1 de abril.
- Del 22 de abril al 10 de junio.
- Del 7 de octubre al 25 de noviembre.

Lugar: Casa de la Mujer. C/ Málaga 50.

Precio: 94,04€. (en tres pagos de 31,35€). Material a cargo del alumnado.

ESPACIO DE LIDERESAS

El espacio de Lideresas busca dotar de herramientas y habilidades a las mujeres del municipio para que sean las protagonistas de sus procesos y vivencias. Para ello, se programará durante todo el año distintas actuaciones que se irán poniendo en marcha de manera progresiva. El objetivo final es generar redes de lideresas que compartan su sabiduría en diferentes ámbitos, aplicando la perspectiva de género en todo ellos. ¡Si eres mujer, no dudes en apuntarte y venir a este espacio!

Para ello se desarrollarán diferentes actuaciones de manera quincenal según las necesidades del grupo:

- Talleres de empoderamiento femenino.
- Talleres para la dinamización y gestión del grupo.
- Entrenamiento en habilidades de comunicación.
- Expresión verbal y corporal.

Estos talleres se organizarán con las personas interesadas, además, de otras actividades que pudiesen surgir en el espacio.

Los encuentros se realizarán dos jueves al mes en el espacio de la biblioteca de la Casa de la mujer en horario de 10:00 a 12:00 horas.

SERVICIO DE LUDOTECA

Sólo para aquellos cursos que se imparten en la casa de la mujer.

Si no puedes conciliar y necesitas, para asistir al curso, dejar a los/as menores en el servicio de ludoteca, escribe un correo a igualdad@aytoalcobendas.org especificando en el curso en el que te has apuntado, el número de menores y sus edades y te confirmaremos si hay posibilidad de disponer del servicio lo antes posible.



INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

EXCLUSIVAMENTE TELEFÓNICAS

010 si llama desde Alcobendas (coste llamada según tarifa de su operadora de telefonía),

91 296 9088 para llamadas desde móviles o fuera de Alcobendas.

La inscripciones podrán realizarse de lunes a viernes en horario de 8:30 a 14:30 y de 16:00 a 19:00 horas.

1^{er} trimestre: A partir del 19 de enero para personas empadronadas y del 21 para no empadronadas.

2^o trimestre: A partir del 15 de marzo para personas empadronadas y del 17 para no empadronadas.

3^{er} trimestre: A partir del 6 de septiembre para personas empadronadas y del 8 para no empadronadas.

Más información en www.alcobendas.org

NORMAS DE MATRICULACIÓN

Tener cumplidos 16 años.

Aportar datos bancarios para los cursos superiores a tres y cuatro meses.

No podrá inscribirse en ningún curso personas que tengan algún recibo pendiente de pago.

Si se observara que la persona que realiza los talleres no es la misma que aquella que está inscrita se anulará la plaza automáticamente.



FORMAS DE PAGO, BAJAS Y DEVOLUCIONES

Se anularán aquellos cursos que no tengan cubiertas un 50% de las plazas.

Según las ordenanzas municipales que regulan los precios públicos:

Para los cursos superiores a cuatro meses: El precio establecido es el del curso escolar completo. Se abonará en tres recibos: el primero en el momento de la inscripción y los dos siguientes en los primeros días de enero y abril.

Se procederá a dar de baja en las actividades en que estén matriculados en actividades de carácter gratuito, a todas aquellas personas que por motivos no justificados legalmente (enfermedad, trabajo, situación familiar grave), no acudan a la actividad 2 veces (de frecuencia 1día/semana) y 4 veces (de frecuencia 2 o más días/semana), ofertándose inmediatamente como vacante. Esta baja de oficio por parte del Ayuntamiento de Alcobendas, se comunicará la persona interesada por escrito, informándole que no podrá asistir a clase a partir de la fecha.

Bajas

En caso de baja definitiva en alguna actividad deberá avisarse, bien por escrito bien por teléfono 010 para Alcobendas y 912969088 para móviles y fuera de Alcobendas, dos días hábiles antes del inicio de la actividad de ese trimestre o mes. Se devolverá el importe abonado (menos 12€) que se reservan para sufragar gastos del proceso administrativo. El impago de un recibo significa la baja automática del servicio.

Devoluciones

Una vez iniciada la actividad sólo se devolverá parte de las cuotas trimestrales pagadas por anticipado, cuando se solicite la baja por escrito y ésta se base en circunstancias ajenas a su voluntad (situación de desempleo sin prestación, enfermedad grave o prolongada, traslado de domicilio a otros municipios, horario laboral incompatible con las clases, y situación familiar grave). Las circunstancias que se aleguen como motivo de la baja se justificarán mediante los correspondientes documentos legales, justificante médico, certificado del padrón, certificado de empresa, etc. El importe a devolver en estos casos será el siguiente:

- El importe proporcional a dos meses, calculado sobre la cuota trimestral, menos 12 euros, si la baja se produce a lo largo del primer trimestre de que se trate.
- El importe proporcional a un mes, calculando sobre la cuota trimestral, menos 12 euros, si la baja se produce a lo largo del segundo mes del trimestre de que se trate.
- Si la baja se produce en el último mes del trimestre no se devolverá nada.

OTROS DATOS DE INTERÉS

Los talleres se podrán ver modificados siguiendo indicaciones sanitarias.

Los cursos pueden sufrir modificaciones de fechas y horarios.

Todos los cursos de este programa corresponden a enseñanzas no oficiales, por lo no culminan con la expedición de un diploma o certificado propio.

Los contenidos recogidos en cada actividad son orientativos y podrán modificarse, adaptándolos al nivel de las personas que participan en ellos.

2022

ENERO 01

L	M	X	J	V	S	D
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

FEBRERO 02

L	M	X	J	V	S	D
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	1	2	3	4	5	6

MARZO 03

L	M	X	J	V	S	D
28	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

ABRIL 04

L	M	X	J	V	S	D
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1

MAYO 05

L	M	X	J	V	S	D
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5

JUNIO 06

L	M	X	J	V	S	D
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3

JULIO 07

L	M	X	J	V	S	D
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

AGOSTO 08

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

SEPTIEMBRE 09

L	M	X	J	V	S	D
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2

OCTUBRE 10

L	M	X	J	V	S	D
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

NOVIEMBRE 11

L	M	X	J	V	S	D
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4

DICIEMBRE 12

L	M	X	J	V	S	D
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

8M - Día Internacional de la Mujer.

25N - Día Internacional Contra la Violencia de Género.

31 de enero: Comienzo de los cursos (1^{er} trimestre)

8 de abril: Fin del primer trimestre.

Semana Santa

18 de abril: Comienzo del segundo trimestre.

30 de junio: Fin del segundo trimestre.

5 de septiembre: Comienzo del tercer trimestre.

16 de diciembre: Finalización de los cursos (3^{er} trimestre).



Ayuntamiento de ALCOBENDAS



 **MUJER**
A L C O B E N D A S



Unión Europea
Fondo Social Europeo

"El FSE invierte en tu futuro"

Cofinanciada al 50% por el FSE y la Comunidad de Madrid en el marco del Programa Operativo FSE 2014-2020, Eje 1 - Fomento del empleo sostenible y de calidad y de la movilidad laboral -Prioridad de Inversión 8.4 -La igualdad entre mujeres y hombres en todos los ámbitos, incluidos el acceso al empleo, la progresión en la carrera profesional, la conciliación de la vida personal y laboral; remuneración igual trabajo igual valor- de la Comunidad de Madrid, y desarrollada en el marco del Programa de Promoción de la Igualdad de Oportunidades entre Mujeres y Hombres del Convenio entre la Comunidad de Madrid y la Entidad Local para realización de actuaciones contra la violencia de género y para la promoción de la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres, suscrito en diciembre de 2019 y prorrogado en diciembre de 2020.