

Área de Mujer

Pza. del Príncipe de España, s/n
28400 Collado Villalba - Madrid
T. 918 51 97 45
F. 918 50 95 30

Email. igualdad@ayto-colladovillalba.org



SOMOS Y ESTAMOS PROGRAMA 2026

LUNES 2 MARZO

VISITA CULTURAL: DES-CARADAS, mujeres históricas vistas con los ojos de hoy

Recorrido guiado por Úrsula Martí a través de pinturas y paneles presentes en la exposición del REAL JARDÍN BOTÁNICO. *(Imprescindible inscripción previa en Área Mujer).*

Coste entrada Botánico: 2 eur./Jubiladas: 1 eur. *(llevar las monedas a la visita).*

9:30 h: **SALIDA** autocar. Pza Estación frente a RENFE

14:30 h: **LLEGADA** a Collado Villalba. Pza Estación



Cofinanciado por
la Unión Europea



Fondos Europeos



Comunidad
de Madrid



Área de Mujer

Pza. del Príncipe de España, s/n
28400 Collado Villalba - Madrid
T. 918 51 97 45
F. 918 50 95 30

Email: igualdad@ayto-colladovillalba.org

LUNES 2 MARZO

CELEBRANDO SER MUJER: taller de elaboración de velas

El autocuidado para mujeres implica dedicar tiempo intencional para nutrir el bienestar físico, mental y emocional, esencial para combatir el estrés y la carga diaria. Pequeñas acciones como respirar profundo, moverse, descansar, establecer límites, o disfrutar de pasatiempos (leer, bailar, conectar con amigas) son fundamentales para la salud y el empoderamiento. **Regálale un tiempo para realizar una vela aromática decorada con flores naturales y disfrútala cuando te cuides.**

17 a 18:30 horas

Sala reuniones 1ª planta. CENTRO POLIFUNCIONAL

COLABORA SUSANA VALBUENA (maestra jabonera)



MARTES 3 MARZO

Charla-coloquio FRANKENSTEIN: Mary Shelley y su monstruo



Mary Shelley creó mucho más que un simple monstruo: es el mito inaugural de la ciencia ficción, un relato fundacional sobre la ambición, la diferencia y la empatía, una advertencia moral y cuestionamiento sobre los riesgos de romper límites impuestos por la naturaleza.

(Imprescindible inscripción previa en Área de Mujer/ CENTRO DE EDUCACIÓN PERSONAS ADULTAS "EL PONTÓN"). Para mujeres y hombres. COLABORA ALFREDO LÓPEZ PULIDO (docente)

10-11:30 horas. Aula del Futuro. CEPA El Pontón (C/ Asturias, 3).

Taller TEJIENDO IGUALDAD

El **grupo de TEJEDORAS** del Área de Mujer nos invita a compartir una tarde especial donde el símbolo más utilizado para representar a las mujeres será el protagonista. Ven con tu **ganchillo del 3** a relacionarte y crear redes que promueven calma y sitúan la vida en el centro.

16:30 a 18:30 horas.

Aula Mujer

CRECIENDO EN IGUALDAD: cuentos y familias que cuentan

Cuentacuentos-taller creativo y educativo en familia donde transmitir el valor de la igualdad de oportunidades a través de la literatura infantil. **Para menores de 4 a 10 años acompañados. Inscripciones en Bibliotecas municipales y Concejalía Mujer.**

3, 10 y 17 MARZO. 17:30 a 18:30 horas.

Biblioteca Municipal Miguel Hernández ((C/Batalla de Bailén, 7)

COLABORA CONCEJALÍA DE CULTURA



Área de Mujer

Pza. del Príncipe de España, s/n
28400 Collado Villalba - Madrid
T. 918 51 97 45
F. 918 50 95 30

Email: igualdad@ayto-colladovillalba.org

Charla-coloquio CUERPO DE MUJER, CUERPO DE DEPORTISTA

Dedicada a sensibilizar sobre la importancia de la actividad física de desarrollo personal y social poniendo el foco en la salud, la igualdad de oportunidades y el acceso al deporte de las mujeres, se hablará de diferencias fisiológicas mujeres/hombres en la práctica deportiva, suelo pélvico, menstruación, lesiones derribando mitos.

Acceso libre hasta completar aforo. Imparten docentes y jugadoras en activo

3 MARZO

19 a 20:30 horas.

Sala Prensa. Ciudad Deportiva (C/ Las Águedas, 295)

ORGANIZA CLUB RUGBY COLLADO VILLALBA (CRCV) y U.D. VILLALBA (Fútbol)

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS. Sesión conjunta de iniciación al Rugby y fútbol Club Rugby Villalba y Unión Deportiva Villalba

Actividad deportiva dirigida por entrenadoras de ambos clubes, orientada a la con un enfoque inclusivo, dinámico y participativo.

3 marzo

20:45 h.

Pista atletismo- Campo Tragamillas. Ciudad Deportiva



iniciación deportiva,

MIÉRCOLES 4 MARZO

EMPLÉATE CON TU MÓVIL: búsqueda de empleo por internet

Acercamiento práctico : navegador, búsquedas básicas, apps y portales más usados, cómo abrir una oferta y entender sus requisitos, localizar y guardar el CV en el móvil, enviar mensajes de interés y consejos básicos de seguridad digital. *(Inscripción previa en Área de Mujer).*

10:30 – 12 h.

Aula Mujer

IMPARTE CRUZ ROJA- Área de Empleo, Asamblea Local de Collado Villalba.

**Oportunidades que
cambian vidas**
Plan de Empleo de Cruz Roja

HORA VIOLETA

Vivimos en la **sociedad de la prisa**, que genera un estado de tensión emocional y mental constante. A su vez, la focalización excesiva en el exterior y en metas inalcanzables desplaza la atención de las necesidades y ritmos propios, el cuidado de la vida, la salud y los vínculos y en esta dinámica las mujeres se llevan la peor parte. La sesión propone romper con estas inercias, *no se trata solo de gestionar mejor el tiempo sino de encontrar un tiempo propio, una hora violeta* *(Inscripción previa en Área de Mujer).*

17:30 – 19:30 h.

Aula Mujer



Cofinanciado por
la Unión Europea



Fondos Europeos



Comunidad
de Madrid



Área de Mujer

Pza. del Príncipe de España, s/n
28400 Collado Villalba - Madrid
T. 918 51 97 45
F. 918 50 95 30

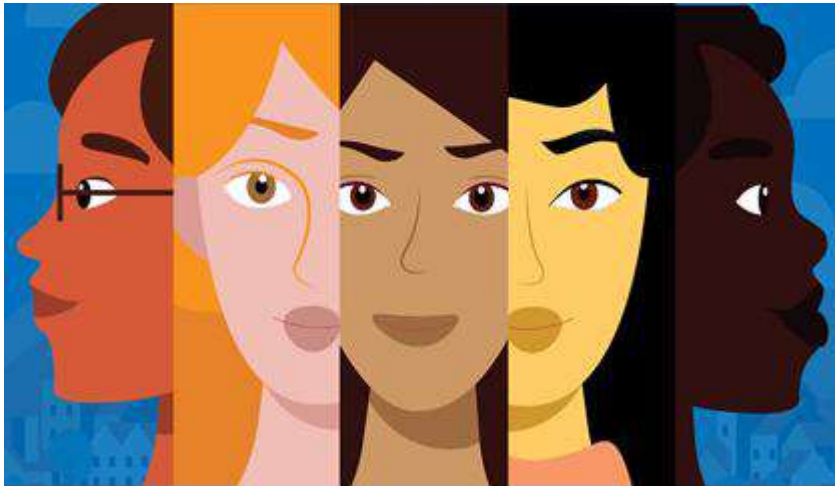
Email: igualdad@ayto-colladovillalba.org

JUEVES 5 MARZO

LIDERESAS 2026

Los referentes exitosos del entorno próximo pueden actuar como agentes del cambio hacia un tejido social con más protagonismo de las mujeres. **Acto de reconocimiento al talento local. Se servirá un coctel tras la entrega de galardones. Acceso libre hasta completar aforo. Colabora ESCUELA DE MÚSICA MUNICIPAL. 18 h.**

Centro Cultural Peñalba.



VIERNES 6 MARZO

UN MUNDO DE MASAJES

Sesión para conectar con nuestro cuerpo y compartir conocimientos sobre prácticas de masajes en diferentes culturas, fomentando la participación activa, el aprendizaje y la escucha desde el cuidado, el respeto y la diversidad. *(Imprescindible inscripción previa en Área de Mujer). Tendrán preferencia aquellas mujeres que no hayan participado en el Taller de automasajes del 13/02/2026.*

10 – 11:30 horas. Aula del Futuro. CEPA El Pontón (C/Asturias,3). IMPARTE RAQUEL RUIZ-CECCONELLO



CONCENTRACIÓN Y LECTURA MANIFIESTO 8 MARZO CONSEJO LOCAL DE MUJER

Lectura de Manifiesto convocada por el **Consejo Local de Mujer** con motivo del **Día Internacional de la Mujer.**

12 horas. Ágora Biblioteca Miguel Hernández

Área de Mujer

Pza. del Príncipe de España, s/n
28400 Collado Villalba - Madrid
T. 918 51 97 45
F. 918 50 95 30

Email: igualdad@ayto-colladovillalba.org

SÁBADO 7 MARZO

Teatro SER MUJER por la compañía Xana Teatre

Monólogo cargado de humor que reivindica ser las mujeres que queremos ser y no morir en el intento.

Con Susana Pastor

18:30 horas

Teatro Casa de Cultura (C/ Clara Campoamor s/n)

Os invitamos para celebrar la Semana de las Mujeres

Recogida de entradas: Área de Mujer a partir del 16 de febrero

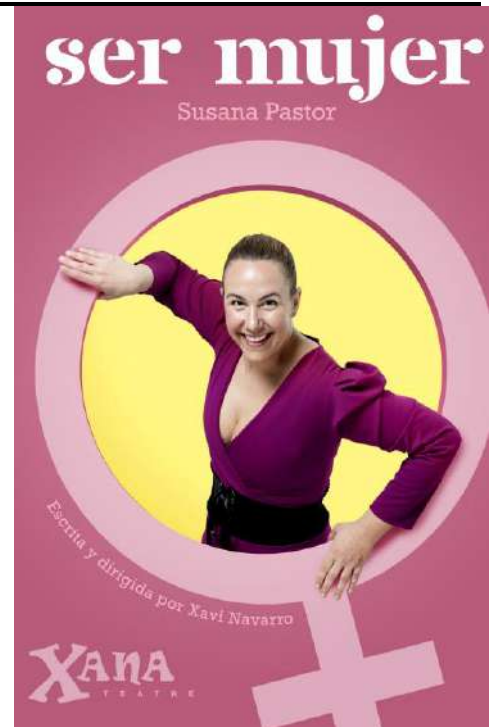
Entradas financiadas con los fondos recibidos del Ministerio de Igualdad



MINISTERIO
DE IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO
DE IGUALDAD
Y PARA LA ERADICACIÓN
DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO



DOMINGO 8 MARZO

MANIFESTACIONES 8 MARZO

Madrid: COMISIÓN 8M. "Somos más en todas partes". Atocha – Sevilla. 12 h.

Madrid: MOVIMIENTO FEMINISTA DE MADRID. "Frente a la barbarie patriarcal, feminismo internacionalista". Cibeles – Pza. España. 12 h.

MUJERES Y EMPLEO

Un compromiso con la Igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres en el ámbito laboral.

MARY SHELLEY y FRANKENSTEIN

Son muchas las reflexiones en torno a ese moderno Prometeo que perseguirá a su creadora el resto de su vida.

Guías de Lectura en www.bibliotecascolladovillalba.org y Centros de Interés ubicados en la Biblioteca Miguel Hernández (C/Batalla de Bailén, 7)

2- 16 marzo



Cofinanciado por
la Unión Europea



Fondos Europeos



Comunidad
de Madrid



Área de Mujer

Pza. del Príncipe de España, s/n
28400 Collado Villalba - Madrid
T. 918 51 97 45
F. 918 50 95 30

Email. igualdad@ayto-colladovillalba.org

EXPOSICIÓN FOTOGRÁFICA SOMOS Y ESTAMOS

Somos mujeres y estamos en las esperas públicas y privadas, pero aún quedan espacios en los que habitar en igualdad de condiciones y con las mismas oportunidades.

PALOMA PÉREZ DE ANDRÉS

LOURDES CASAS

2 – 12 marzo. Sala exposiciones Julián Redondo CASA CULTURA (Avda. Juan Carlos I, 12 BIS)

De lunes a viernes, de 9 a 14 h// de 16:30 a 20:30 h.

EN COLABORACIÓN CON LA CONCEJALÍA DE CULTURA



INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

Concejalía Mujer 91- 851 97 45. Centro Polifuncional 1ª planta.

Pza. Príncipe España, s/n



17 febrero 2026

