



Ponemos la Igualdad en el Centro



Talleres gratuitos

Lunes y miércoles de...  
**“Salud de las mujeres y desarrollo personal con perspectiva de género”**

de 17:00 a 19:00h. Centro de la Igualdad  
 C/ Antonio Guerra Ojeda, nº 2

**Enero**

15 y 17

Taller (4 horas)  
**“Arte y feminismo”**

22 y 24

Taller de Narración Oral Escénica (4 horas)  
**“Historias diferentes que nos hacen iguales”**

29

Taller (2 horas)  
**“Terapias complementarias para la mejora de la salud de las mujeres”**

31

Taller (2 horas)  
**“Fitoterapia básica: Plantas medicinales más comunes y uso cotidiano”**

**Febrero**

5 y 7

Taller (4 horas)  
**“EFT: Técnicas de liberación emocional”**

12 y 14

Taller (4 horas)  
**“Ho’oponopono: Técnica de resolución de conflictos”**

19 y 21

Taller (4 horas)  
**“Mi historia, nuestra historia en violeta”**

¡Escanea este QR para inscribirte o acude al Centro de la Igualdad!



Para más información:

C.M.I.M.  
 955 796 283  
 699 072 730

formacion@diferencia2.es  
 956 751 622



Para más información y realizar las inscripciones:

- A través del código QR que aparece en la cartelería o del enlace <https://forms.gle/dWBbN5WBtYT4RMUW7>
- Consultando la web del Ayuntamiento [www.alcaladeguadaira.es](http://www.alcaladeguadaira.es)

- Por teléfono o email contactando con: Centro Municipal de Información a la Mujer (CMIM) - Centro de la Igualdad - Telf.: 955 796 283
- Diferencia2: Tel: 956 751 622 - [formacion@diferencia2.es](mailto:formacion@diferencia2.es)
- Presencialmente acudiendo al Centro de la Igualdad en horario de atención al público (de 9:00 a 13:00 h.).

**“SALUD DE LAS MUJERES Y DESARROLLO PERSONAL CON PERSPECTIVA DE GÉNERO”.**

Programa orientado a contribuir a la mejora de la salud y el bienestar de las mujeres, capacitándolas en técnicas alternativas y de liberación emocional complementarias a las tradicionales así como mediante herramientas del movimiento artístico, la escritura creativa y la narración oral escrita.

Horario: Lunes y miércoles, de 17:00 a 19:00 horas - Lugar: Centro de la Igualdad

**15 y 17 de enero - Taller “Arte y feminismo”**, dirigido a reivindicar a mujeres que han sido invisibilizadas a lo largo de la historia, así como a analizar de manera crítica el uso que se hace del cuerpo de la mujer en el arte, promoviendo entre las asistentes una inquietud hacia el arte con perspectiva de género.

**22 y 24 de enero - Taller de narración oral escénica “Historias diferentes que nos hacen iguales”**, facilitando técnicas de expresión oral y corporal que ayuden a transmitir los cuentos sin sexismo ni violencia y proporcionando técnicas de escritura creativa para construir el propio repertorio de cuentos y relatos igualitarios.

**29 de enero - Taller “Terapias complementarias para la mejora de la salud de las mujeres”**, en el que se conocerán terapias alternativas que pueden mejorar la calidad de vida de las mujeres, realizando prácticas y analizando casos.

**31 de enero - Taller “Fitoterapia básica: Plantas medicinales más comunes y uso cotidiano”**, para aprender sus diferentes aplicaciones curativas y las preparaciones tradicionales de las plantas más comunes y sus distintos usos medicinales.

**5 y 7 de febrero - Taller “EFT: Técnicas de liberación emocional”**, en el que se hablará de sus orígenes, se analizarán algunas patologías que sufren las mujeres desde una perspectiva de género y se conocerán los beneficios de estas técnicas realizando prácticas.

**12 y 14 de febrero - Taller “Ho’oponopono: Técnica de resolución de conflictos”**, conociendo sus orígenes y fundamentos así como los beneficios y efectos positivos en las mujeres que lo practican, trayendo paz y equilibrio a la mente.

**19 y 21 de febrero - Taller “Mi historia, nuestra historia en violeta”**, redescubriendo quién he sido, quién soy y quién seré, promoviendo entre las mujeres el sentimiento de legado y de pertenencia de género y dando a conocer hitos históricos protagonizados por mujeres en ámbitos como el deporte, la política o el mundo de la cultura.