



Ayuntamiento de
Valladolid

Concejalía de Personas
Mayores, Familia y Servicios
Sociales



BOLETÍN ACTIVIDADES GRATUITAS JULIO 2025



CENTRO MUNICIPAL
DE LA **IGUALDAD**

Horario de verano atención al público de lunes a viernes de 09:00-14:00h



C/Antonio Royo Villanova s/n, Valladolid | 983 426 010
cmi@ava.es | centro.igualdadvalladolid.es



INSCRIPCIONES



1. PROCEDIMIENTO

Las inscripciones se realizarán **en la página web: centro.igualdadvalladolid.es**. Allí encontrarás un formulario para cada actividad.

Excepcionalmente, para personas con dificultades en acceder a la página web, se podrán inscribir acudiendo o llamando al CMI para ayudarles con el registro en la actividad. Las inscripciones por mensajería o comentarios de redes sociales, no se tendrán en cuenta en ningún caso.

2. CONFIRMACIÓN DE PLAZA

Para que una persona quede inscrita a una actividad, debe recibir confirmación explícita de la asignación de plaza. El procedimiento para reservar la plaza, no supone la garantía de la misma: cuando usted se inscriba le aparecerá la ventana informativa aclarando que está inscrita/o en la actividad o lista de reserva. Se podrá enviar confirmación al email.

3. CANCELACIÓN PLAZA

Para cancelar la plaza deberá escribir un correo al **cmi@ava.es**, en caso de otras dificultades de manera excepcional podrá cancelar la plaza por llamada al 983 426 010.

Si no va a poder acudir al taller o a alguna de las sesiones **comuníquelo** con la mayor brevedad para que otras personas en la lista de reserva puedan disfrutar del taller.

4. ENTRADA AL TALLER

El personal del centro, así como talleristas les podrán solicitar su DNI u otro documento identificativo para acceder al taller, pudiéndosele denegar la entrada si no presenta la documentación requerida y/o no cumplir con los requisitos del taller tras la comprobación.

Se ruega puntualidad para la entrada al taller. Se podrá denegar el acceso, si ello conlleva la interrupción del normal desarrollo de la actividad.

>> Si quieres recibir este boletín mensualmente en tu correo, suscríbete en: centro.igualdadvalladolid.es
web centro.igualdadvalladolid.es



CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Noticia del mes

#ValladolidSocial

DIPLOMAS DEL PLAN DE INSERCIÓN LABORAL



El concejal de Personas Mayores, Familia y Servicios Sociales, Rodrigo Nieto, hizo entrega de los diplomas correspondientes al área formativa del **Plan de Inserción Laboral (PIL)** para personas en riesgo de exclusión social por causas de género y víctimas de violencia machista, desarrollado por el Ayuntamiento de Valladolid.

Este programa forma parte del compromiso del Ayuntamiento con la igualdad de oportunidades y la inserción laboral de mujeres en situación de vulnerabilidad, reforzando su autonomía y empleabilidad a través de formación cualificada. El concejal destacó el esfuerzo y la constancia de las participantes, así como la voluntad del consistorio de seguir impulsando políticas públicas que generen nuevas oportunidades laborales y favorezcan la inclusión social.



CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

30 JUNIO A 1 AGOSTO 09:00–14:00h
(5 Campamentos de 1 semana de duración)

Campamento Digital

Aprender a utilizar la tecnología de forma positiva y saludable, a través de una plataforma web con juegos, retos y actividades. Un espacio para experimentar, crear e interactuar en equipo.

- > Organiza: Fundación Cibervoluntarios
- > Dirigido a menores de 9 a 13 años
- > Campamento semanal / Mismo grupo para cada semana. Campamentos iguales, apuntarse solo a uno.

GRATUITO



1 Y 2 JULIO 11:00–13:00h
TALLER LIGAR SIN DRAMAS
Desmontando los mitos de las apps de citas

Descubriremos qué hay de verdad y qué de mito en las aplicaciones para ligar. Reflexionaremos sobre cómo han cambiado las relaciones en el siglo XXI y aprenderemos a usarlas de manera útil, segura y emocionalmente saludable.

- > Imparte: Soledad Caballero Sánchez
- > Dirigido a personas mayores de 16 años
- > Mismo grupo para las 2 sesiones. Imprescindible acudir ambos días



3 JULIO 10:30–12:00h
TALLER A LOS FOGONES

En la cocina juntas y juntos: Sandwich

Aprenderemos a hacer sándwiches ricos y saludables.

- > Imparte: Gloria Hernández Luis
- > Dirigido a niñas y niños de 6 a 12 años
- > Traer tupper para llevarse las recetas que haremos





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

4 JULIO

11:30–13:00h

TALLER DE BIODANZA EN FAMILIA

Familias en Danza: Tejiendo la igualdad

Aprendiendo a través del movimiento,
emociones y valores humanos

Fortaleceremos los vínculos familiares desde la igualdad
mediante música, movimiento y juego compartido.

- > Imparte: Isabel Fontanillas Burón
- > Dirigido a niñas y niños de 4 a 10 años acompañadas de una sola persona adulta



7 JULIO

10:30–12:30h

PASEO/TALLER ANÓNIMAS Y FAMOSAS

Recorrido por Valladolid para conocer historias de
mujeres, anónimas y famosas, a través de juegos y
dinámicas expresivas.

- > Imparte: Creo y Recreo
- > Dirigido a personas a partir de 16 años
- > Salida desde el CMI



8 JULIO

10:30–12:00h

TALLER COCINANDO CON ELLOS

Preparando cenas y más

Taller de comidas, cenas y más, rápidas, saludables y nutritivas
en las que aprenderemos mucho de los alimentos además de
nuevas ideas de recetas rápidas y sencillas para el día a día.

- > Imparte: Gloria Hernández Luis
- > Dirigido prioritariamente a varones a partir de 14 años
- > Traer tupper para llevarse las recetas que haremos





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

9 Y 10 JULIO

10:00–12:00h

TALLER BAILAR Y REÍR **Payaseando juntas y juntos**

Jugaremos y exploraremos nuestra comicidad individual, compartiéndola en grupo y fomentando la integración desde la risa y la creatividad.

- > Imparte: Alicia Maravillas
- > Dirigido a niñas y niños a partir 6 años
- > Mismo grupo para las 2 sesiones. Imprescindible acudir ambos días



11 JULIO

11:00–12:30h

TALLER IMPRO EN CLAVE DE **GÉNERO. Con muestra final**

A través de la improvisación teatral, exploraremos cómo contar nuestras propias historias desde el protagonismo, ocupando el espacio escénico con libertad e imaginación. final se realizará una pequeña muestra abierta al público.

- > Imparte: Berta Monclús Arrabal
- > Dirigido a personas mayores de 16 años



14 JULIO

10:00–11:30h

TALLER EL CUERPO LIBRE **Movimiento y expresión corporal**

Despertaremos el cuerpo a través del movimiento, la respiración y la música, creando un espacio de cuidado, aceptación y empoderamiento desde la conciencia corporal.

- > Imparte: Nuria Montero Marcos - La brisa de la conciencia
- > Dirigido a personas mayores de 16 años





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

15 JULIO

10:00–12:00h

TALLER IMAGINANDO EL MUNDO-RELATOS CULINARIOS. Mujeres y avances en la cultura gastronómica

Reflexión activa sobre el papel de las mujeres en la cocina y la alimentación, desde los saberes tradicionales hasta la transformación de los alimentos.

- > Imparte: Enredadas con el Patrimonio
- > Dirigido a personas mayores de 16 años



16 JULIO

11:00–13:00h

TALLER ESTACIONES DE PASO Un viaje interior a través del arte y las palabras en conexión con el verano

Exploraremos el bienestar personal mediante lectura, escritura creativa y expresión artística, creando un objeto simbólico que nos acompañe durante la estación estival.

- > Imparte: Diana Sanchís - Retahílo Ediciones
- > Dirigido a personas mayores de 16 años



17 JULIO

10:00–12:00h

TALLER LABORATORIO VOCAL: RUMBERAS. Canto en femenino a la rumba flamenca

Nos acercaremos al cante por rumbas a través de voces femeninas destacadas, aprendiendo a interpretar este estilo desde la vivencia personal y colectiva.

- > Imparte: Emma Gómez
- > Dirigido a personas mayores de 16 años





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

18 JULIO

11:30–13:00h

TALLER DE BIODANZA INFANTIL

Danza de la amistad: Conectando en igualdad

**Aprendiendo a través del cuerpo: Vitalidad y Afektividad.
Pequeños pasos por las emociones hacia la igualdad**

Promover la integración de las niñas y niños con sus emociones y expresarlas, establecer lazos afectivos, a través de la música, movimiento expresivo y el juego con interacción grupal.

> Imparte: Isabel Fontanillas Burón

> Dirigido a niñas y niños de 4 a 7 años



21 JULIO

10:30–12:00h

TALLER A LOS FOGONES

En la cocina juntas y juntos: Bizcochos

Aprenderemos a hacer magdalenas y bizcochos saludables

> Imparte: Gloria Hernández Luis

> Dirigido a niñas y niños de 6 a 12 años

> Traer tupper para llevarse las recetas que haremos



22 Y 23 JULIO

11:00–13:00h

TALLER FOTOGRAFÍA CREATIVA Cianotipias a lo Anna Atkins

Revelaremos imágenes sin cámara con la técnica de la cianotipia, como hizo la pionera Anna Atkins, reflexionando sobre su papel como mujer en la historia de la ciencia y el arte.

> Imparte: Creo y Recreo

> Dirigido a personas mayores de 16 años

> Traer mandil. Opcionalmente, se puede enviar por mail a vanesa@lafontaneriarecrea.es una foto personal con buen contraste para usar en el taller.

> Mismo grupo para las 2 sesiones. Imprescindible acudir ambos días





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

24 JULIO

10:00–12:00h

TALLER SER MUJER PASADOS LOS CUARENTA. Desafíos, visión social, fisiológica y lucha contra la medicalización

Reflexionaremos sobre los cambios físicos, emocionales y sociales en la adultez madura, una etapa vital a menudo invisibilizada, desde un enfoque cercano y mediador.

- > Imparte: Cristina Cabrero García e Ivanna Costa Letocar
- > Dirigido a personas mayores de 16 años



25 JULIO

11:30–13:00h

TALLER DE BIODANZA EN FAMILIA **Familias en Danza: Bailes de amor y respeto** Aprendiendo a través del movimiento, emociones y valores humanos

Fortaleceremos los vínculos familiares desde la igualdad mediante música, movimiento y juego compartido.

- > Imparte: Isabel Fontanillas Burón
- > Dirigido a niñas y niños de 4 a 10 años acompañadas de una sola persona adulta



28, 29 Y 30 JULIO

10:30–12:30h

TALLER DIGITALMENTE LIBRES – UTILIZACIÓN DE SMARTPHONES

Optimiza tu móvil. Autonomía digital para tus gestiones del día a día. Aprenderemos a usar el smartphone en gestiones diarias como citas médicas, Bizum, mapas o transporte.

- > Imparte: Strategia Infinita
- > Dirigido a personas que quieran aprender más de su móvil
- > Mismo grupo para las 3 sesiones. Imprescindible acudir los 3 días. Traer móvil propio.





CENTRO MUNICIPAL
DE LA **IGUALDAD**

31 JULIO

10:30-12:00h

CHARLA TIEMPOS DE IGUALDAD

Distribución de las tareas y los tiempos

Reflexionaremos sobre el uso del tiempo en los hogares, la carga mental y la división sexual del trabajo, buscando claves para una organización más equitativa.

- > Imparte: Técnicas del CMI
- > Dirigido a personas mayores de 16 años





CENTRO MUNICIPAL

JULIO 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	DÍA 1 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 11:00-13:00h TALLER LIGAR SIN DRAMAS (1/2)	DÍA 2 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 11:00-13:00h TALLER LIGAR SIN DRAMAS (2/2)	DÍA 3 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:30-12:00H TALLER A LOS FOGONES: SANDWICH	DÍA 4 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 11:30-13:00H TALLER DE BIODANZA EN FAMILIA: TEJIENDO LA IGUALDAD
DÍA 7 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:30-12:30H PASEO/TALLER ANÓNIMAS Y FAMOSAS	DÍA 8 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:30-12:00h TALLER COCINANDO CON ELLOS	DÍA 9 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:00-12:00H TALLER BAILAR Y REÍR: PAYASEANDO JUNTAS Y JUNTOS (1/2)	DÍA 10 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:00-12:00H TALLER BAILAR Y REÍR: PAYASEANDO JUNTAS Y JUNTOS (2/2)	DÍA 11 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 11:00-12:30H TALLER IMPRO EN CLAVE DE GÉNERO
DÍA 14 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:00-11:30H TALLER EL CUERPO LIBRE	DÍA 15 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:00-12:00H TALLER IMAGINANDO EL MUNDO-RELATOS CULINARIOS	DÍA 16 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 11:00-13:00H TALLER ESTACIONES DE PASO: VERANO	DÍA 17 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:00-12:00H TALLER LABORATORIO VOCAL: RUMBERAS.	DÍA 18 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 11:30-13:00H TALLER DE BIODANZA INFANTIL: DANZA DE LA AMISTAD. CONECTANDO EN IGUALDAD
DÍA 21 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:30-12:00H TALLER A LOS FOGONES: BIZCOCHOS	DÍA 22 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 11:00-13:00H TALLER FOTOGRAFÍA CREATIVA: CIANOTIPIAS (1/2)	DÍA 23 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 11:00-13:00H TALLER FOTOGRAFÍA CREATIVA: CIANOTIPIAS (2/2)	DÍA 24 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:00-12:00H TALLER SER MUJER PASADOS LOS CUARENTA	DÍA 25 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 11:30-13:00H TALLER DE BIODANZA EN FAMILIA: BAILES DE AMOR Y RESPETO
DÍA 28 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:30-12:30H TALLER DIGITALMENTE LIBRES: UTILIZACIÓN DE SMARTPHONES (1/3)	DÍA 29 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:30-12:30H TALLER DIGITALMENTE LIBRES: UTILIZACIÓN DE SMARTPHONES (2/3)	DÍA 30 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:30-12:30H TALLER DIGITALMENTE LIBRES: UTILIZACIÓN DE SMARTPHONES (3/3)	DÍA 31 09:00-14:00H # CAMPAMENTO DIGITAL 10:30-12:00h CHARLA TIEMPOS DE IGUALDAD	



CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD



PORQUE SABEMOS LO
MUCHO QUE CUESTA,
TE AYUDAMOS A DAR

EL PRIMER PASO

PLAN DE INSERCIÓN LABORAL

PARA PERSONAS EN RIESGO DE
EXCLUSIÓN SOCIAL POR CAUSAS
DE GÉNERO Y VÍCTIMAS DE
VIOLENCIA MACHISTA

MÁS INFORMACIÓN
983 426 010
cmi@ava.es





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

#Campamento DiGiT@L

Actividades extraescolares presenciales
gratuitas en competencias digitales para
niñ@s y adolescentes de

Juegos, retos y actividades adaptadas a cada edad

En Campamento Digital, aprenden a usar la tecnología de manera creativa, positiva y saludable, convirtiéndose en especialistas digitales.

Viven una experiencia única donde juegan, crean, superan retos y hacen amistades mientras descubren todo lo que la tecnología les ofrece.



9 - 11 años

Aprenden a buscar información de forma segura y eficaz en Internet, a identificar noticias falsas, a crear contraseñas fuertes y a manejar aplicaciones para crear contenido y comunicarse, como el correo electrónico.



12 - 13 años

Conocen apps para un uso responsable de la tecnología y consejos para prevenir el ciberacoso. Y aprenden a filtrar, guardar y compartir contenido, y a cuidar su huella digital y privacidad.



Espacio: Centro Municipal de Igualdad
C/ Antonio Royo Villanova s/n

Fechas: Del 30 junio al 4 julio
Del 7 julio al 11 julio
Del 14 julio al 18 julio
Del 21 julio al 25 julio
Del 28 julio al 1 agosto

Horario: 09:00-14:00h

Edades: de 9 a 13 años.

Inscripciones: campamentodigital.org

**ACTIVIDAD
GRATUITA**

* Campamento semanal / Mismo grupo para cada semana / Campamentos iguales apuntarse solo a uno.

Campamento Digital es una iniciativa impulsada por Fundación Cibervoluntarios, dentro del Programa de Competencias Digitales para la Infancia, CODI, puesta en marcha por el Ministerio de Juventud e Infancia, financiado por la Unión Europea-Next Generation EU.



CIBER
VOLUNTARIOS



Programa de Competencias
Digitales para la Infancia





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD



VI FASE DEL PLAN DE INSERCIÓN LABORAL PARA PERSONAS EN RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL POR CAUSAS DE GÉNERO Y VÍCTIMAS DE VIOLENCIA MACHISTA

- SE OFRECE FORMACIÓN EN COMPETENCIAS DIGITALES BÁSICAS Y ASESORAMIENTO PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO.
- ITINERARIO INDIVIDUALIZADO DE INSERCIÓN LABORAL COMPUESTO POR SESIONES GRUPALES E INDIVIDUALES DE CARÁCTER FORMATIVO, MOTIVACIONAL Y PSICOSOCIAL.
- Certificados de Profesionalidad en Atención Sociosanitaria a personas dependientes en Instituciones Sociales y competencias clave en lengua castellana y matemáticas. PLAZO CERRADO.
- Dirigido a: mujeres que deseen mejorar su empleabilidad o situación laboral, y se encuentren en situación de riesgo de exclusión social por causas de género.

Más información en:

cmi@ava.es | Tlf 983 42 6010

a través de la web: centro.igualdadvalladolid.es

Centro Municipal de la Igualdad

OTROS SERVICIOS DEL CENTRO



CHARLAS FORMATIVAS

Charlas formativas en materia de Igualdad de género y prevención de la violencia de género, a entidades, asociaciones y otros colectivos interesados. Las solicitudes para estas charlas son a través del email cmi@ava.es.



SALA DE EXPOSICIONES

Si quieres exponer tus creaciones en el Centro de Igualdad, solicítanos las bases a través de la web centro.igualdadvalladolid.es



CESIÓN DE SALAS

En el Centro de Igualdad se pueden reservar salas para reuniones, presentaciones, debates relacionados con el campo de actuación del Centro Municipal de la Igualdad (igualdad, conciliación, prevención de la violencia de género). Las reservas se realizarán a través de la web centro.igualdadvalladolid.es





CENTRO MUNICIPAL
DE LA **IGUALDAD**



SERVICIO DE CANGURO

Se puede solicitar a fin de que madres/padres y otras personas cuidadoras de personas dependientes, puedan acceder a las actividades de la programación. Para ser beneficiario/a del servicio de canguro tendrá que solicitarse con 48 horas de antelación y se confirmará por mail o teléfono la correcta reserva.



APARCAMIENTO

Las instalaciones cuentan con plazas limitadas de aparcamiento, a las que se puede acceder libremente hasta completarlo. **CONSULTAR EN LOS PRÓXIMOS MESES DEBIDO A OBRAS EN EL ENTORNO DEL CENTRO**



PRÉSTAMO Y CONSULTA DE LIBROS ESPECIALIZADOS EN IGUALDAD

El Centro dispone de un punto de lectura propio en clave de igualdad y educación no sexista, cuyos ejemplares pueden retirarse como préstamo por cualquier persona interesada, sin necesidad de Carnet de Bibliotecas Públicas. Dichos libros fueron seleccionados para público infantil y juvenil; no disponemos de biblioteca en materia de género para población adulta.

>> Si quieres recibir este boletín mensualmente en tu correo, suscríbete en: centro.igualdadvalladolid.es
web centro.igualdadvalladolid.es



CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD



Nuestras instalaciones. Ven a conocernos.





CENTRO MUNICIPAL
DE LA **IGUALDAD**



CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD



C/Antonio Royo Villanova s/n, Valladolid
983 42 60 10 | cmi@ava.es



C/Antonio Royo Villanova s/n, Valladolid

983 426 010 | cmi@ava.es | centro.igualdadvalladolid.es

Horario de verano atención al público de lunes a viernes de 09:00-14:00h



[CentrodelgualdadValladolid](https://www.facebook.com/CentrodelgualdadValladolid)



[igualdadvalladolid.ava](https://www.instagram.com/igualdadvalladolid.ava)



[x.com/IgualdadVallad1](https://twitter.com/IgualdadVallad1)



Ayuntamiento de
Valladolid

Concejalía de Personas
Mayores, Familia y Servicios
Sociales