



BOLETÍN ACTIVIDADES GRATUITAS OCTUBRE 2026



CENTRO MUNICIPAL
DE LA **IGUALDAD**

Horario de atención al público de lunes a viernes
9:00-14:00h y 17:00-19:00h



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





CENTRO MUNICIPAL
DE LA **IGUALDAD**



CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Noticias del mes

CONSEJO MUNICIPAL DE LAS MUJERES DEL 31 DE AGOSTO

El 31 de agosto, a iniciativa del Ayuntamiento de Valladolid, se reunió el Consejo Municipal de las Mujeres, un espacio de participación y diálogo en el que se abordaron diferentes asuntos de interés para las mujeres de la ciudad. Entre los temas tratados se encontraba el nuevo Plan Municipal de Vivienda que fue explicado por el concejal de Urbanismo, Ignacio Zarandona, así como la necesidad de reclamar al Ministerio de Igualdad una mayor dotación de recursos económicos destinados a la prevención y lucha contra la violencia hacia las mujeres.

INSCRIPCIONES

1. SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN A TALLERES

Las inscripciones se realizarán en la web: centro.igualdadvalladolid.es

Cada taller dispone de un formulario propio de inscripción situado al final de la información detallada.

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. VERIFICACIÓN DE INSCRIPCIÓN

Tras rellenar y enviar el formulario, recibirá un **primer mensaje de verificación de la reserva** en el correo electrónico que haya proporcionado.

Si no ve dicho mensaje en su E-mail, **revise su bandeja de spam.**

Para confirmar su plaza es necesario que **acceda al enlace que recibirá en dicho correo de verificación**. En caso de no llevar a cabo este paso de verificación, su plaza no estará confirmada y se podrá poner a disposición de otra persona.

3. CONFIRMACIÓN DE INSCRIPCIÓN

Tras pulsar el enlace de verificación se le redirigirá a la página web del CMI, donde verá un mensaje que le indica la confirmación de su inscripción.

Recibirá un **segundo mensaje en el que se confirma la inscripción**, quedando su plaza reservada. Conserve este mensaje hasta la finalización del taller.

Si no ve dicho mensaje en su E-mail, **revise su bandeja de spam.**



CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

4. LISTA DE ESPERA

Si un taller tiene todas las plazas cubiertas, el formulario de inscripción será reemplazado automáticamente por otro de lista de espera que puede rellenar igualmente para solicitar plaza en reserva.

En caso de que alguna de las personas inscritas en el taller cancele su asistencia, se facilitará su plaza a las personas apuntadas en la lista de espera por riguroso orden de inscripción.

El procedimiento para reservar la plaza, no supone la garantía de la misma: es necesario contar con la respuesta afirmativa del Centro Municipal de Igualdad.

5. CANCELACIÓN DE 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 48h de antelación** para que otras personas en la lista de reserva puedan disfrutar del taller.

6. 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 eso conlleva la interrupción
del normal desarrollo de la actividad.**



CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

1 OCTUBRE

17:00-18:30h

TALLER CHARLA MUJERES ARTISTAS QUE HICIERON HISTORIA Artemisia Gentileschi: Pintar contra el silencio

Esta mujer permite abordar desde el Barroco cuestiones como el acceso de las mujeres a la formación artística, la autoría, la violencia contra las mujeres y la utilización de la pintura para construir una identidad propia.

- > Imparte: Ruth Bernardo San Miguel
- > Dirigido a mayores de 16 años



2 y 22 OCTUBRE

17:00-18:30h

TALLER DE IMPRO "No, calladitas no estamos más guapas"

Es un taller de Impro para trabajar la voz, el cuerpo y la presencia desde el juego y la espontaneidad. Un espacio para romper silencios, atrevernos a ocupar nuestro lugar y descubrir qué sucede cuando dejamos de pedir permiso para expresarnos.

- > Imparte: Compañía Berta Monclús Arrabal
- > Dirigido a personas mayores de 16 años
- > Mismo grupo para las 2 sesiones



5 OCTUBRE

17:00-19:00h

TALLER DE CANTO CARTOGRAFÍAS VOCALES. Acústico de Raíz

Viaje musical desde la diversidad y la igualdad. Karaoke vocal inspirado en canciones en acústico de flamenco, folk, pop y canción de autor en español. ¿Cómo es el proceso creativo de la nueva generación de artistas?

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





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

6 OCTUBRE

18:00-20:00h

TALLER-PASEO MUJERES EN LA HISTORIA DE VALLADOLID

En el taller se analizarán temáticas relacionadas con la Historia de la ciudad a través de las mujeres que las protagonizaron: literatura, teatro, violencia hacia las mujeres, Inquisición, comercio, viajes a América...

- > Salida: Plaza Mayor - Fachada del Ayuntamiento
- > Imparte: María Luisa Municio
- > Dirigido a personas mayores de 16 años



7 y 21 OCTUBRE

17:00-18:30h

TALLER DE LECTURA Y ESCRITURA CREATIVA PALABREANDO. Día de las escritoras. Recordando al Lyceum Femenino

Para entender la fuerza de estas autoras, viajaremos a los años 20 y 30, concretamente a un rincón que cambió el rumbo cultural de España: el Lyceum Club Femenino del que este año 2026 se celebra el centenario.

- > Imparte: María José Larena
- > Dirigido a personas mayores de 18 años
- > Mismo grupo para las 2 sesiones



8 y 15 OCTUBRE

17:00-19:00h

TALLER COMPRENDER Y ACOMPAÑAR LAS AUTOLESIONES EN LA ADOLESCENCIA

Se abordarán mitos, factores de riesgo y estrategias de escucha, comunicación y validación emocional, incorporando una mirada sobre cómo la socialización y los estereotipos de género influyen en la expresión del malestar.

- > Imparte: Reencuentro Salud Mental
- > Dirigido a Madres, padres, tutores/as y otras figuras de apoyo de adolescentes y jóvenes
- > Mismo grupo para las 2 sesiones





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

9 y 23 OCTUBRE

17:00-18:00h 4-6 años
18:00-19:00h 7-12 años

YOGA MANO A MANO

A través del Yoga respiramos profundo, descubrimos cuál es mi forma de moverme y de expresarme, y veremos que cada persona tiene su forma y todas ellas nos enriquecen. Lo hacemos a través de dinámicas y juegos de respiración, observación, movimiento y relajación.

- > Imparte: Nuria Montero Marcos
- > Traer esterilla y ropa cómoda



13 OCTUBRE

17:15-18:45h

TALLER INFANTIL EL PODER INVISIBLE DEL AIRE: EXPERIMENTOS, PRESIÓN Y VACÍO Descubre la física fascinante y despierta tu lado científico sin estereotipos

Las personas participantes investigarán cómo se transforman el agua y distintos objetos en un entorno donde cambian las reglas de la física cotidianas.

- > Imparte: Tomás Gestoso Matey
- > Dirigido a menores entre 8 y 12 años



14 OCTUBRE

17:00 - 19:00h

TALLER EL CLIMATERIO COMO RITO DE PASO. Camino a la Mujer Sabia

Una mirada amplia del climaterio que va más allá de los cambios biológicos: entendida como un proceso de transformación interna y de apertura a una nueva etapa de madurez y sabiduría.

- > Imparte: Nuria Montero Marcos
- > Dirigido a personas mayores de 16 años





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

16 OCTUBRE

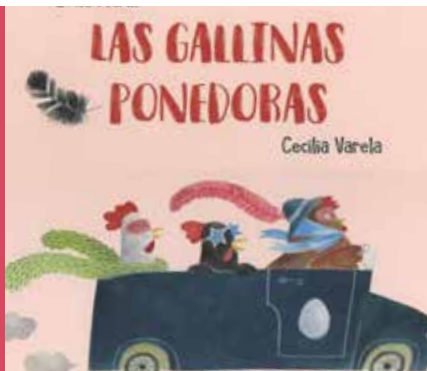
17:15-18:45h

TALLER FAMILIAR LA PALABRA LILA CUENTOS DE IGUALDAD

Las gallinas ponedoras

Decisión sobre nuestro propio cuerpo. Las gallinas ponedoras, Lucía Marín. Reme, Trini y Ernestina son tres gallinas que viven libres y felices comiendo grano y lombrices, cuando son capturadas mediante persuasión, por un granjero que explota sus cuerpos con el fin de obtener un huevo al día. ¿Huirán de la granja?

- > Imparte: Abrapalabra Cuentacuentos
- > Dirigido a familias con menores entre 3 y 10 años



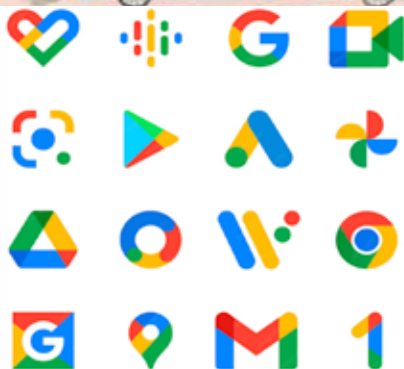
19 Y 26 OCTUBRE

17:00-19:00h

TALLER DOMINA LAS HERRAMIENTAS DE GOOGLE. Conoce sus funciones y aprende a sacarles el máximo partido

El objetivo es ampliar el conocimiento sobre el ecosistema de Google y descubrir recursos que permitan aprovechar mejor sus aplicaciones en nuestro día a día.

- > Imparte: Strategia Infinita
- > Dirigido a personas mayores de 16 años
- > Se recomienda traer dispositivo propio (móvil o tablet)
- > Mismo grupo para las dos sesiones



20 OCTUBRE

17:00-19:00h

TALLER ARTE TEXTIL, AUTOCUIDADO Y LITERATURA: NO DAMOS PUNTADA SIN HILO

Exploraremos en nuestro bienestar a través de la palabra escrita y bordada, con toda la intención de disfrutar con la palabra y el cuerpo. No es un taller de bordado, es una experiencia de lectura y escritura íntima y colectiva.

- > Imparte: Retahílo Ediciones
- > Dirigido a personas mayores de 18 años





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

20 y 27 OCTUBRE

17:00-19:00h

TALLER DE DANZA LETRAS QUE BAILAN. María Wollstonecraft: Razón, igualdad y libertad

MARÍA WOLLSTONECRAFT fue una figura esencial en la literatura (consiguió establecerse como escritora profesional en el siglo XVIII) también lo fue en la lucha por la emancipación y educación femenina. Crearemos nuestra danza a partir de alguno de sus textos.

- > Imparte: Enriqueta Morejón Jiménez
- > Dirigido a personas mayores de 16 años
- > Mismo grupo para las 2 sesiones



23 OCTUBRE

17:00-19:00h

REUNIÓN DE MONOCYL Nos damos a conocer

Se informará sobre el Real Decreto de Familias Monoparentales en Castilla y León, así como se conocerá la situación de estas familias monoparentales y monomarentales, ahondando en sus necesidades.

- > Imparte: Mono CyL
- > Personas adultas con familias monomarentales o monoparentales



28 OCTUBRE

17:00-19:00h

TALLER DE PINTURA ENREDANDO COLORES. Pintoras por descubrir: Faith Ringgold

En esta ocasión conoceremos la biografía y realizaremos una recreación pictórica de alguna de las obras de la artista afroamericana FAITH RINGGOLD.

- > Imparte: Feli Alonso Acuña
- > Dirigido a personas mayores de 16 años





CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

29 OCTUBRE

17:15-18:45h

TALLER FAMILIAR LA PALABRA LILA CUENTOS DE IGUALDAD

Una feliz catástrofe

Reparto de tareas: Una feliz catástrofe, Adela Turín. Papá ratón es un ser valiente que además narra cada noche sus hazañas. Una noche ocurre una catástrofe y toda la camada espera a papá para que lo solucione, pero papá no está y es mamá ratón quien tendrá que salvar a todos y a todas.

- > Imparte: Abrapalabra Cuentacuentos
- > Dirigido a familias con menores entre 3 y 10 años



29 OCTUBRE

17:00-19:00h

TALLER DE LITERATURA COMPARTIDA

¿Cómo aprendemos a mirar?

Aquello que todavía nos sorprende

Vamos a detener la mirada y recuperar nuestra capacidad de asombro ante lo cotidiano. A partir de Mary Oliver, Anne Carson, Idea Vilariño y algunas artistas visuales, exploraremos cómo mirar también es una forma de conocer y de relacionarnos con el mundo.

- > Imparte: Arantxa Mateo Burgos
- > Dirigido a personas mayores de 16 años



30 OCTUBRE

17:00-18:30h

TALLER FAMILIAR ESPACIO DE JUEGO Y APRENDIZAJE. Con materiales naturales

En este taller nos inspiramos en la obra de Pérez Siquier y su serie "La playa", donde la luz almeriense ilumina detalles de cuerpos diversos llenos de color y contrastes.

- > Imparte: Creio y Recreo
- > Dirigido a público infantil de 0-4 años con el acompañamiento de una persona adulta





CENTRO MUNICIPAL
DE LA **IGUALDAD**



CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD

Inscripciones: centro.igualdadvalladolid.es

OCTUBRE 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DÍA 1 17:00-18:30H TALLER CHARLA MUJERES ARTISTAS QUE HICIERON HISTORIA. ARTEMISIA GENTILESCHI: PINTAR CONTRA EL SILENCIO	DÍA 2 17:00-18:30H TALLER DE IMPRO: "NO, CALLADITAS NO ESTAMOS MÁS GUAPAS" (1/2)
DÍA 5 17:00-19:00H TALLER DE CANTO CARTOGRAFÍAS VOCALES. ACÚSTICO DE RAÍZ	DÍA 6 18:00-20:00H TALLER-PASEO MUJERES EN LA HISTORIA DE VALLADOLID	DÍA 7 17:00-18:30H TALLER DE LECTURA Y ESCRITURA CREATIVA PALABREANDO. DÍA DE LAS ESCRITORAS. RECORDANDO AL LYCEUM FEMENINO (1/2)	DÍA 8 17:00-19:00H TALLER COMPRENDER Y ACOMPAÑAR LAS AUTOLESIONES EN LA ADOLESCENCIA (1/2)	DÍA 9 17:00-18:00H Y 18:00-19:00H YOGA MANO A MANO (2 GRUPOS EDAD)
DÍA 12 FESTIVO	DÍA 13 17:15-18:45H TALLER INFANTIL. EL PODER INVISIBLE DEL AIRE: EXPERIMENTOS, PRESIÓN Y VACÍO.	DÍA 14 17:00 - 19:00H TALLER EL CLIMATERIO COMO RITO DE PASO. CAMINO A LA MUJER SABIA	DÍA 15 17:00-19:00H TALLER COMPRENDER Y ACOMPAÑAR LAS AUTOLESIONES EN LA ADOLESCENCIA (2/2)	DÍA 16 17:15-18:45H TALLER FAMILIAR LA PALABRA LILA CUENTOS DE IGUALDAD: LAS GALLINAS PONEDORAS
DÍA 19 17:00-19:00H TALLER DOMINA LAS HERRAMIENTAS DE GOOGLE. CONOCE SUS FUNCIONES Y APRENDE A SACARLES EL MÁXIMO PARTIDO (1/2)	DÍA 20 17:00-19:00H TALLER ARTE TEXTIL, AUTOCUIDADO Y LITERATURA 17:00-19:00H TALLER DE DANZA LETRAS QUE BAILAN (1/2)	DÍA 21 17:00-18:30H TALLER DE LECTURA Y ESCRITURA CREATIVA PALABREANDO. DÍA DE LAS ESCRITORAS. RECORDANDO AL LYCEUM FEMENINO (2/2)	DÍA 22 17:00-18:30H TALLER DE IMPRO: "NO, CALLADITAS NO ESTAMOS MÁS GUAPAS" (2/2)	DÍA 23 17:00-18:00H Y 18:00-19:00H YOGA MANO A MANO (2 GRUPOS EDAD) 17:00-19:00H REUNIÓN DE MONOCYL NOS DAMOS A CONOCER
DÍA 26 17:00-19:00H TALLER DOMINA LAS HERRAMIENTAS DE GOOGLE. CONOCE SUS FUNCIONES Y APRENDE A SACARLES EL MÁXIMO PARTIDO (2/2)	DÍA 27 17:00-19:00H TALLER DE DANZA LETRAS QUE BAILAN (2/2)	DÍA 28 7:00-19:00H TALLER DE PINTURA ENREDANDO COLORES. PINTORAS POR DESCUBRIR: FAITH RINGGOLD	DÍA 29 17:00-19:00H TALLER DE LITERATURA COMPARTIDA 17:15-18:45H TALLER FAMILIAR LA PALABRA LILA CUENTOS DE IGUALDAD: UNA FELIZ CATASTROFE	DÍA 30 17:00-18:30H TALLER FAMILIAR ESPACIO DE JUEGO Y APRENDIDIZAJE. CON MATERIALES NATURALES



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



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.
- Certificado de profesionalidad de Atención Sociosanitaria a personas dependientes en Instituciones Sociales y GESTION DE LLAMADAS DE TELEASISTENCIA.
- 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



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.



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



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



CENTRO MUNICIPAL
DE LA IGUALDAD



Nuestras instalaciones. Ven a conocernos.





CENTRO MUNICIPAL
DE LA **IGUALDAD**



C/Antonio Royo Villanova s/n, Valladolid

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



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



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



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

