



INFORMACIÓN PARA LA WEB

TALLERES AULA ABIERTA MUJERES CURSO 2024-2025 SEGUNDA FASE DE INSCRIPCIONES 2025

El **Aula Abierta Mujeres** es un programa de la Concejalía de Feminismos y Diversidad, que se inició en el año 1996 con los objetivos de facilitar los encuentros entre las mujeres del municipio, el intercambio de experiencias y la participación social.

El Aula Abierta pretende el establecimiento de relaciones y redes de apoyo, junto con el crecimiento personal y colectivo. Además de favorecer el desarrollo cultural y compartir los saberes de las mujeres.

Se abren nuevas fechas de inscripciones a los **Talleres anuales** que ya están en marcha y **tienen plazas libres**, en torno a temáticas de desarrollo corporal y de desarrollo personal. Así mismo, se abre período de inscripción para nuevos **Talleres Monográficos** que se impartirán durante 2025.

La inscripción se realizará entre el día **9 y 16 de enero de 2025**.

El **20 de enero de 2025** se hará el sorteo de corte de letra.

El **21 de enero de 2025**, a última hora de la mañana, se publicarán los listados definitivos.

Los Talleres darán comienzo para las nuevas alumnas, **a partir del jueves 23 de enero, para las nuevas alumnas**, y hasta el **20 de junio de 2025**. El bloque de **TALLERES MONOGRÁFICOS** tienen diferentes fechas según los grupos (consultar)

Estas fechas **podrían sufrir cambios** por alguna causa sobrevenida o circunstancia especial en cuyo caso se publicarían de nuevo las fechas.

Las inscripciones se realizarán online, en la página web municipal, a través del enlace inscripciones.rivasciudad.es. Cualquier consulta al respecto, llamar al teléfono **91 666 68 66 de 9:00 h a 14:00 h** o escribe al mail aulaabierta01@rivasciudad.es en las fechas de inscripción.

ANUALES

BLOQUE TALLERES DE DESARROLLO CORPORAL

 **RELAJACIÓN: CUIDADO DE LAS EMOCIONES A TRAVÉS DEL CUERPO. MARTES Y MIÉRCOLES.**

Descripción: Conocer las distintas emociones y cómo se expresan a través de nuestro cuerpo. Meditación, relajación, lenguaje corporal.

Lugar de celebración: **ÁREA SOCIAL PARQUE DE ASTURIAS**. Aula nº 4

GRUPOS	DÍA Y HORARIO
Grupo A	MARTES de 10:00h a 12:00h



Grupo B	MARTES de 12:00h a 14.00h
Grupo C	MIÉRCOLES de 16:00h a 18:00h
Grupo D	MIÉRCOLES de 18:00h a 20:00h

 **ESCUCHANDO MI CUERPO PARA CONOCERME MEJOR Y MEJORAR MI SALUD. LUNES Y MIÉRCOLES.**

Descripción: Dirigido especialmente a mujeres con dolencias y problemas de movilidad. Ejercicios suaves y armónicos para aliviar malestares de nuestro cuerpo.

Lugar de celebración: **POLIDEPORTIVO CERRO DEL TELÉGRAFO**. Sala de artes marciales

GRUPO	DÍA Y HORARIO
Grupo 1	LUNES de 10:00h a 12:00h
Grupo 2	MIÉRCOLES de 10:00h a 12:00h

 **TALLER AUTOCONOCIMIENTO Y EXPRESIÓN CORPORAL. LUNES Y MIÉRCOLES.**

Descripción: Actividad psicocorporal de conocimiento de nuestro cuerpo de manera integral. Respiración, equilibrio, estiramientos.

Lugar de celebración: **POLIDEPORTIVO CERRO DEL TELÉGRAFO**. Sala de artes marciales

GRUPO	DÍA Y HORARIO
Grupo 1	LUNES de 12:00h a 14:00h
Grupo 2	MIÉRCOLES de 12:00h a 14:00h

 **TALLER RITMO, ESPACIO Y MOVIMIENTO (REM). VIERNES.**

Descripción: Expresión corporal a través del ritmo y el movimiento. Trabajo muy dinámico, danza, desarrollo de la escucha activa, música, percusión y coreografía.

Lugar de celebración: **POLIDEPORTIVO CERRO DEL TELÉGRAFO**. Sala de artes marciales

Día y horario: **VIERNES** de 12h a 14h

 **TALLER de AUTODEFENSA. MIÉRCOLES.**

Descripción: Métodos de defensa ante la agresión. Potenciar la resistencia física, fuerza, técnicas de observación y actitud de evaluación de posibles peligros.

Lugar de celebración: **ÁREA SOCIAL PARQUE DE ASTURIAS**. Salón de Actos.

GRUPO	DÍA Y HORARIO
Grupo mañana	MIÉRCOLES de 10:00h a 12:00h
Grupo tarde	MIÉRCOLES de 17:30h a 19:30h

BLOQUE TALLERES DE DESARROLLO PERSONAL

🌈 TALLER de AUTOESTIMA CORPORAL Y EMOCIONAL. JUEVES.

Descripción: Abordar la autoestima, y sus manifestaciones, de manera integral. Confianza, competencias, creencias, aceptación, nuestra propia mirada y estima personal.

Lugar de celebración: **ÁREA SOCIAL PARQUE DE ASTURIAS**. Aula nº 3

GRUPO	DÍA Y HORARIO
Grupo mañana	JUEVES de 11:00h a 13:00h
Grupo tardes. Grupo 1	JUEVES de 16:00h a 18:00h
Grupo tardes. Grupo 2	JUEVES de 18:00h a 20:00h

🌈 TALLER de ORATORIA: APRENDEMOS A HABLAR EN PÚBLICO. LUNES. ¡NUEVO!

Descripción: En este taller aprenderemos a expresarnos ante un grupo de personas o ante un auditorio con claridad, seguridad y convicción. Potencia tu naturalidad desarrollando y mejorando tus habilidades de comunicación para hacer llegar el mensaje que quieres transmitir de manera eficaz.

Lugar de celebración: **ÁREA SOCIAL PARQUE DE ASTURIAS**. Aula nº 3

GRUPO	DÍA Y HORARIO
Grupo 1	LUNES de 18:00h a 20:00h

MONOGRÁFICOS

🌈 PERSPECTIVA DE GÉNERO EN EDUCACIÓN Y DEPORTES. MARTES.

Descripción: Aplicar la perspectiva de género en distintos ámbitos de mucha importancia como es la educación y el deporte.

¡Crear entornos educativos más equitativos e inclusivos! En nuestro Taller de Perspectiva de Género en la Educación, exploraremos cómo la educación puede ser una herramienta poderosa para promover la igualdad de género y desafiar estereotipos.

Veremos la representación de género en el deporte, la importancia de fomentar la igualdad de oportunidades y cómo crear un ambiente seguro y acogedor. A través de actividades interactivas, debates y estudios de caso, tendrás la oportunidad de reflexionar sobre las dinámicas de género en el ámbito deportivo y aprender estrategias prácticas para implementar en tu entorno.

Lugar de celebración: **CENTRO EDUCATIVO HIPATIA**. Edificio de Secundaria.

GRUPO	HORARIO	FECHAS
PERSPECTIVA DE GÉNERO en la EDUCACIÓN. ROMPIENDO MOLDES: LA EDUCACIÓN COMO	17:00h a 20:00h	4 Febrero al 18 Marzo de 2025



AGENTE DE CAMBIO SOCIAL		
PERSPECTIVA DE GÉNERO en el DEPORTE. EL DEPORTE, UN CAMPO DE JUEGO DESIGUAL: DESAFIOS DE GÉNERO EN EL SIGLO XXI	17:00h a 20:00h	1 Abril al 20 Mayo de 2025

 **HACEMOS ÑAPAS BICI EN FORMA. MARTES Y MIÉRCOLES.**

Descripción: ¿Cansada de llevar tu bici al taller? En nuestro taller aprenderás a solucionar los problemas más comunes y a mantener tu bici en perfectas condiciones.

Lugar de celebración: **CASA FEMINISTA**

GRUPO	DÍA Y HORARIO	FECHAS
BICI EN FORMA	Grupo 1: MARTES de 18:00h a 20:30h	4 al 25 de Marzo de 2025
BICI EN FORMA	Grupo 2: MIÉRCOLES de 18:00h a 20:30h	5 al 26 de Marzo 2025

 **HACEMOS ÑAPAS BAJO EL CAPÓ. MARTES Y MIÉRCOLES.**

Descripción: En este taller aprenderás a solucionar los problemas más comunes de mecánica y a mantener tu coche en perfectas condiciones.

Lugar de celebración: **CASA FEMINISTA**

GRUPO	DÍA Y HORARIO	FECHAS
BAJO EL CAPÓ	Grupo 1: MARTES de 18:00h a 20:30h	1 de Abril al 29 Abril de 2025
BAJO EL CAPÓ	Grupo 2: MIÉRCOLES de 18:00h a 20:30h	2 de Abril al 30 de Abril de 2025

 **SEMBRANDO IGUALDAD: EDUCAR PARA TRANSFORMAR. MIÉRCOLES.**

Descripción: Es un espacio interactivo diseñado para explorar y promover la igualdad de género en nuestras comunidades. A través de dinámicas participativas, reflexiones y actividades creativas, las participantes aprenderán sobre la importancia de la equidad y cómo la educación puede ser una herramienta poderosa para generar cambios positivos. Juntas, cultivaremos un ambiente de respeto y colaboración, sembrando las semillas de un futuro más justo y equitativo para todas. Te esperamos para transformar ideas en acciones

Lugar de celebración: **CENTRO EDUCATIVO HIPATIA.** Edificio de Secundaria

GRUPO	HORARIO	FECHAS
Grupo 1	17:00h a 19:00h	5 de Febrero al 26 Febrero de 2025

 **SEXUALIDAD. JUEVES**

Descripción: Este taller no solo busca informar, sino dotar a las participantes de herramientas útiles para que tomen decisiones informadas sobre su sexualidad y relaciones. Al final, esperamos que todas se sientan más seguras y con una mejor comprensión de su propio cuerpo y de las relaciones interpersonales. Es una gran oportunidad para aprender y crecer juntas

Lugar de celebración: **CENTRO EDUCATIVO HIPATIA.** Edificio de Secundaria



GRUPO	HORARIO	FECHAS
Grupo 1	17:00h a 19:00h	6 de Febrero al 27 de febrero de 2025

 **FOTOGRAFIA FEMINISTA. MARTES Y MIÉRCOLES.**

Descripción: ¿Cansada de ser solo espectadora? ¡Conviértete en protagonista! En nuestro taller "Enfocadas" te invitamos a descubrir el poder de la fotografía para visibilizar tus experiencias y desafiar los estereotipos de género. Aprenderás a utilizar la cámara como una herramienta de transformación y a crear imágenes que inspiren y empoderen.

Lugar de celebración: **CASA FEMINISTA**

GRUPO	DÍA Y HORARIO	FECHAS
Grupo 1	MARTES de 18:00h a 20:00h	6 de Mayo al 27 de Mayo de 2025
Grupo 2	MIÉRCOLES de 18:00h a 20:00h	7 de Mayo al 28 Mayo de 2025

 **QUE NO TE VENDAN LA MOTO. LUNES. ¡NUEVO!**

Descripción: Taller dirigido a identificar posibles bulos o noticias falsas y engañosas en torno a las mujeres y la igualdad de oportunidades, a conocer cómo surgen, cómo se difunden y cómo podemos detectarlas. Con pocas claves desmontaremos la desinformación sobre la desigualdad de género.

Lugar de celebración: **Área Social PARQUE ASTURIAS. Aula nº 4**

GRUPO	DÍA Y HORARIO	FECHAS
Grupo 1	LUNES DE 11.00 a 13.00h	3 de Febrero a 17 de Marzo de 2025