

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 el encuentro entre las mujeres del municipio, el intercambio de experiencias y la participación social.

Como política pública por la equidad de género, este programa pretende el establecimiento de relaciones y redes de apoyo, la toma de conciencia de las desigualdades de las mujeres en la sociedad y el acceso a los derechos como reivindicación.

Así mismo, persigue favorecer el crecimiento y empoderamiento personal y colectivo, el desarrollo sociocultural y compartir los saberes de las mujeres.

El desarrollo de este tipo de políticas públicas se recoge en la Ley Orgánica 3/2007 para la igualdad efectiva de mujeres y hombres.



Edificio Área Social Parque Asturias
Polideportivo Cerro del Telégrafo
Casa Feminista
Casa de Asociaciones Barrio Oeste

Aula Abierta Mujeres 1996 - 2026 Talleres anuales



Curso 2026/2027

Inscripciones

Del 10 al 18 de septiembre de 2026
inscripciones.rivasciudad.es

PINTURA



Cada trazo, cada color, cada creación son una oportunidad para expresar emociones y despertar la creatividad.

Un espacio para aprender distintas técnicas de dibujo y pintura y descubrir el placer de expresarte a través del arte.

Grupo 1. martes 10:00 a 12:00 h

Grupo 2. miércoles 10:00 a 12:00 h

Grupo 3. jueves 10:00 a 12:00 h

Lugar: Aula de Pintura. Área Social Parque Asturias

TEATRO



¿Y si el escenario fuera un lugar para descubrirete? Te invitamos a formar parte de un espacio creativo donde la expresión, la emoción y la imaginación se convierten en herramientas de encuentro y transformación.

Grupo 1. lunes 12:00 a 14:30 h

Lugar: Salón de Actos. Área Social Parque Asturias

TEATRO FORO TEATRO DE LA OPRIMIDA



Transforma la realidad a través del teatro.

Un espacio participativo para reflexionar, dialogar y ensayar nuevas formas de afrontar situaciones de la vida cotidiana. A través del Teatro Foro y las técnicas del Teatro de la Oprimida, construiremos juntas escenas que invitan al cambio y la acción colectiva.

Grupo 2. lunes 17:30 a 20:00 h

Lugar: Aula 3. Área Social Parque Asturias

AFINANDO LA AUTOESTIMA CORO FEMINISTA



Un espacio donde la música se convierte en una herramienta para fortalecer la confianza, expresarte libremente y disfrutar del poder de las voces unidas.

Horario: viernes 17:00 a 19:00 h

Lugar: Aula 3 de la Casa de Asociaciones Barrio Oeste



BLOQUE DE DESARROLLO PERSONAL

AUTOESTIMA



Un espacio para reconocerte, valorarte y descubrir todo lo que eres capaz de lograr. Porque cuando reconoces tu valor, empiezas a transformar tu vida.

Grupo 1. jueves 11:00 a 13:00 h

Lugar: Aula 3 de Parque de Asturias

Grupo 2. jueves 17:00 a 19:00 h

Lugar: Sala polivalente. Centro de día “El Parque”



BLOQUE DE DESARROLLO CORPORAL

RELAJACIÓN: TÉCNICAS DE YOGA



Un espacio para parar, respirar y cuidarte. A través de ejercicios suaves de yoga y relajación, aprenderás herramientas sencillas para reducir el estrés, mejorar tu bienestar y reconectar contigo misma.

Horario: martes 10:00 a 12:00 h

Lugar: Aula 4. Área Social Parque Asturias

RELAJACIÓN: CUIDADO DE LAS EMOCIONES



Te proponemos un espacio dinámico para desconectar de las preocupaciones, liberar tensiones y aprender herramientas sencillas, movimiento suave, respiración, relajación para sentirte mejor contigo misma.

Grupo 1. martes 12:00 a 14:00 h

Grupo 2. miércoles 16:00 a 18:00 h

Lugar: Aula 4 de Parque de Asturias

Grupo 3. miércoles 18:00 a 20:00 h

Lugar: Aula 3 de Parque de Asturias

Grupo 4. viernes 10:00 a 12:00 h

Lugar: Polideportivo Cerro del Telégrafo.

Sala Artes Marciales. Edificio Estadio

REM: RITMO, ESPACIO Y MOVIMIENTO



A través de la música, el movimiento y la biodanza, te invitamos a vivir una experiencia de bienestar, alegría y encuentro. Muévete al ritmo de la vida.

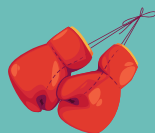
Conecta contigo y con las demás.

Horario: viernes 12:00 a 14:00 h

Lugar: Sala Artes Marciales. Edificio Estadio.

Polideportivo Cerro del Telégrafo

AUTODEFENSA FEMINISTA



Aprende a poner límites, identificar situaciones de riesgo y responder desde la seguridad y el autocuidado.

Grupo 1. miércoles 10:00 a 12:00 h

Grupo 2. miércoles 17:30 a 19:30 h

Lugar: Polideportivo Cerro del Telégrafo

Sala Polivalente del Pabellón Rojo

ESCUCHANDO MI CUERPO



Ven a descubrir un espacio donde moverte, respirar y cuidarte. Un taller para recuperar energía, aliviar tensiones y reconectar con tu cuerpo de forma amable y consciente.

Grupo 1. lunes 10:00 a 12:00 h

Grupo 2. miércoles 10:00 a 12:00 h

Lugar: Sala Artes Marciales del Polideportivo Cerro del Telégrafo. Edificio Estadio

Del 1 de octubre de 2026 al 18 de junio de 2027

AUTOCONOCIMIENTO Y EXPRESIÓN CORPORAL



¿Hace cuánto que no haces algo solo para ti? Muévete, respira, disfruta y reconecta con la mujer que eres. Un taller para liberar estrés y descubrir el poder transformador del movimiento.

Grupo 1. lunes 12:00 a 14:00 h

Grupo 2. miércoles 12:00 a 14:00 h

Lugar: Sala de Artes Marciales del Polideportivo Cerro del Telégrafo. Edificio Estadio

Tarifa actividades
15 euros/ trimestral
45 euros/ anual

Escoge la opción que más te inspire y participa en el Aula Abierta Mujeres