ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

Organiza: Concejalía de Asuntos Sociales, Inclusión, Familia y Mayores · Instituto de la mujer Toledo

Colabora: Instituto de la Mujer Castilla-La Mancha · Castilla-La Mancha

Diseño de portada: asociación española contra el cáncer

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

Aprender, participar y avanzar en igualdad

19 Actividades abiertas

620 Plazas disponibles

26 Entidades y colaboradores

2 Programas en centros educativos

9 Ejes de actuación

- EDUCACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN EN IGUALDAD.
- EMPODERAMIENTO, DESARROLLO PERSONAL Y PARTICIPACIÓN.
- CONOCE TUS INSTITUCIONES.
- IDIOMAS EN IGUALDAD.
- CULTURA E ITINERARIOS EN IGUALDAD.
- CONOCE TU REGIÓN.
- BIENESTAR, SALUD Y AUTOCUIDADOS.
- EMPLEABILIDAD Y AUTONOMÍA ECONÓMICA.
- PREVENCIÓN Y ABORDAJE DE LAS VIOLENCIAS CONTRA LAS MUJERES.

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

Calendario de actividades

SEPTIEMBRE

JUEVES 24 DE SEPTIEMBRE
TALLER MENOS ESTRÉS, MÁS VIDA

VIERNES 25 DE SEPTIEMBRE
NO CLAMES, ¡RECLAMA!

DOMINGO 27 DE SEPTIEMBRE
LA HISTORIA VELADA

MIÉRCOLES 30 DE SEPTIEMBRE
WOMEN WHO CHANGED HISTORY

OCTUBRE

MARTES 13 DE OCTUBRE
MUJERES QUE CAMBIARON LA CIENCIA

VIERNES 16 DE OCTUBRE
PALACIO DE FUENSALIDA Y AYTO

SÁBADO 17 DE OCTUBRE
ASTROTURISMO EN CABAÑEROS

LUNES 19 DE OCTUBRE
VOLVER A VIVIR

VIERNES 23 DE OCTUBRE
INFLUENCERS POR LA IGUALDAD

EN CENTROS EDUCATIVOS
1º TRIMESTRE TALLERES APRENDE A QUERER BIEN.

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

Calendario de actividades

NOVIEMBRE

MARTES 17 Y MIÉRCOLES 18 DE NOVIEMBRE
EMPRENDIMIENTO Y REDES SOCIALES

MIÉRCOLES 18 DE NOVIEMBRE
VIOLENCIA ECONÓMICA

JUEVES 19 DE NOVIEMBRE
DÍA DE LA MUJER EMPRENDEDORA

DOMINGO 22 DE NOVIEMBRE
EL MADRID DE LAS PIONERAS

SÁBADO 28 Y DOMINGO 29 DE NOVIEMBRE
AUTODEFENSA PARA MUJERES

DICIEMBRE

LUNES 7 DE DICIEMBRE
BRILLA SIN MIEDO

JUEVES 10 Y JUEVES 17 DE DICIEMBRE
MANUAL PARA DÍAS DIFÍCILES

VIERNES 11 DE DICIEMBRE
NEGOCIACIÓN Y GESTIÓN CONFLICTOS

MIÉRCOLES 16 DE DICIEMBRE
ENCUENTRO CON MUJERES MAYORES

VIERNES 18 DE DICIEMBRE
ÁVILA CON MIRADA DE MUJER

EN CENTROS EDUCATIVOS
1º TRIMESTRE MUJERES COMETA

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

Consideraciones generales sobre la programación de actividades

PARTICIPACIÓN.

En el marco de la presente programación, se ha definido de forma precisa la población destinataria de cada actividad. La mayoría de las propuestas tienen carácter mixto y se dirigen tanto a mujeres como a hombres. No obstante, determinadas actividades se han diseñado específicamente para mujeres, con el objetivo de generar espacios seguros que favorezcan su participación, empoderamiento y liderazgo y contribuyan a la igualdad de oportunidades.

En las actividades mixtas tendrán prioridad las personas empadronadas en el municipio de Toledo. Las plazas se adjudicarán entre ellas por orden de inscripción. Si quedaran plazas disponibles, podrán asignarse a personas no empadronadas, siguiendo igualmente el orden de inscripción.

En las actividades dirigidas específicamente a mujeres tendrán prioridad las empadronadas en Toledo. Las plazas se adjudicarán por orden de inscripción y, si quedaran vacantes, podrán asignarse a mujeres no empadronadas por orden de inscripción.

INSCRIPCIÓN.

En las actividades que requieran inscripción previa, cada ficha indica la fecha y la hora de apertura del plazo, así como el enlace al formulario correspondiente. Todas las actividades son gratuitas y la presentación de la solicitud no implica la adjudicación automática de plaza. Las personas admitidas recibirán una comunicación por correo electrónico y deberán confirmar su participación. En las actividades con plazas limitadas podrá habilitarse una lista de espera. Si una persona admitida no pudiera asistir, deberá comunicar su renuncia para que la plaza pueda ofrecerse a otra persona.

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

EJE BIENESTAR, SALUD Y AUTOCUIDADOS.

24 sept 2026 | 1 oct 2026 | 8 oct 2026 | 15 oct 2026

TALLER MENOS ESTRÉS, MÁS VIDA.

Fecha: 24 de septiembre y 1, 8 y 15 de octubre.

Hora: 17.30 h

Lugar: Centro de la Mujer, Calle Alemania, 139.

Dirigido a mujeres mayores de edad.

Inscripciones a partir del 18 de septiembre a las 10:00 h en el siguiente enlace **https://forms.gle/jm9WhvyCYsoCSLTn6**

¿Sientes que siempre estás pendiente de todo y que nunca consigues desconectar? El trabajo, los cuidados, las responsabilidades familiares y la carga mental pueden acabar afectando a nuestro bienestar físico y emocional.

De la mano de la psicóloga Abigail García, aprenderemos a reconocer cómo se manifiestan el estrés y la ansiedad en el cuerpo, los pensamientos y las emociones. Mediante dinámicas y ejercicios sencillos, practicaremos técnicas de respiración, relajación y atención plena que podremos incorporar a nuestra vida cotidiana.

Un espacio para detenernos, comprender qué nos está sobrecargando y empezar a cuidarnos antes de llegar al agotamiento.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES Colaboran:

25 sept 2026

CONOCE TUS DERECHOS COMO PERSONA CONSUMIDORA: NO CLAMES, ¡RECLAMA!

Fecha: 25 de septiembre.

Hora: 17.30 h

Lugar: Patio Acristalado del Excmo. Ayuntamiento de Toledo.

Dirigido a población general (mujeres y hombres).

Entrada libre hasta completar aforo.

¿Sabrías reconocer una llamada fraudulenta? ¿Qué harías si alguien se hiciera pasar por tu banco, una compañía telefónica o una administración para pedirte datos personales o dinero?

De la mano de la **Oficina Municipal de Información al Consumidor (OMIC) y la Policía Nacional**, conoceremos los timos telefónicos y las estafas más frecuentes, las señales que deben hacernos desconfiar y los pasos que debemos seguir para protegernos y reclamar.

También prestaremos atención a cómo la brecha digital y determinadas situaciones de dependencia, soledad o falta de información pueden aumentar la vulnerabilidad de algunas mujeres, especialmente de las mayores.

Una actividad práctica para aprender a reaccionar a tiempo, saber dónde acudir y defender nuestros derechos con seguridad. Porque, ante un engaño, no basta con lamentarse: no clames, ¡reclama!

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES

Colaboran: OMIC Oficina Municipal de Información al Consumidor · GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DEL INTERIOR · 200 POLICIA NACIONAL

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

EJE CULTURA E ITINERARIOS EN IGUALDAD.

27 sept 2026

PASEO LA HISTORIA VELADA.

Fecha: 27 de septiembre.

Hora: 18.00 h

Punto de encuentro: Parque de la Vega.

Dirigido a población general (mujeres y hombres).

Inscripciones a partir del 18 de septiembre a las 9:00 h en el siguiente enlace https://forms.gle/3sU6AV9mYzsZSzaP7

¿Crees que conoces la historia de Toledo? Sus calles y plazas esconden relatos de mujeres cuyas vidas, trabajos y aportaciones quedaron fuera de la historia oficial.

De la mano de la **Asociación Cultural El Bolo Feroz**, recorreremos algunos de los rincones más emblemáticos del casco histórico para descubrir cómo fueron silenciadas, ignoradas o juzgadas muchas de sus protagonistas.

Una experiencia diferente para pasear por Toledo, conocer sus secretos y volver a mirar la ciudad con otros ojos.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES Colaboran: el bolo feroz

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

EJE IDIOMAS EN IGUALDAD.

30 sept 2026 | 7 oct 2026 | 14 oct 2026 | 21 oct 2026 | 28 oct 2026

WOMEN WHO CHANGED HISTORY.

Fecha: 30 de septiembre, y 7, 14, 21 y 28 de octubre.

Hora: de 19.00 h a 20.30 h

Lugar: Bright College Toledo. C/ Panamá, 18, Toledo.

Dirigido a población general (mujeres y hombres) a partir de 16 años.

Inscripciones a partir del 18 de septiembre, a las 9:00 h en el siguiente enlace https://forms.gle/DCvQK1hqQo2RCPiZ9

¿Te gustaría practicar inglés mientras descubres a mujeres que transformaron la historia?

Este taller de conversación propone un recorrido por las vidas y aportaciones de mujeres relevantes de distintas épocas, países y ámbitos: ciencia, cultura, política, tecnología, deporte, derechos humanos y movimientos sociales.

A través de textos breves, vídeos, imágenes y noticias trabajaremos vocabulario específico y comprensión oral para conversar, intercambiar opiniones y debatir en inglés. También analizaremos las dificultades y los estereotipos de género que estas mujeres tuvieron que afrontar y la huella que dejaron en la sociedad.

Cada sesión seguirá una metodología dinámica en la que las biografías servirán como punto de partida para hablar, preguntar, comparar y argumentar. No se trata de escuchar una clase de historia, sino de ganar fluidez y confianza utilizando el inglés para conocer, reflexionar y participar. **Nivel recomendado:** B1.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES Colaboran: BC

13 oct 2026

MUJERES QUE CAMBIARON LA CIENCIA.

Fecha: 13 de octubre.

Hora: 19.00 h

Lugar: Matadero Lab, IES Sefarad, Paseo de Recaredo, s/n.

Dirigido a población general (mujeres y hombres).

Entrada libre hasta completar aforo.

¿Te gustaría conocer a las mujeres que transformaron la ciencia mientras experimentas con algunos de sus descubrimientos?

De la mano de **Ciencia a la Carta**, viajaremos por las vidas y aportaciones de grandes científicas de diferentes épocas. Sus historias se combinarán con experimentos sencillos y demostraciones prácticas que nos permitirán acercarnos, de una manera amena y sorprendente, a la ciencia que hay detrás de sus trabajos.

La actividad se celebrará con motivo del Día de Ada Lovelace, una fecha dedicada a reconocer la contribución de las mujeres a la ciencia, la tecnología, la ingeniería y las matemáticas. Una experiencia para aprender haciendo, descubrir nuevos referentes femeninos y demostrar que la historia de la ciencia también se escribe con nombres de mujer.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES Colaboran: CIENCIA

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

EJE CONOCE TUS INSTITUCIONES.

16 oct 2026

CONOCE TUS INSTITUCIONES. VISITA AL PALACIO DE FUENSALIDA Y AL AYUNTAMIENTO DE TOLEDO.

Fecha: 16 de octubre.

Hora: 10.00 h

Punto de encuentro: Palacio de Fuensalida. Plaza del Conde, 5.

Dirigido a población general (mujeres y hombres).

Inscripción previa a partir del 5 de octubre de 2026 en el siguiente enlace https://forms.gle/cF1QJd8TbwaR5cRx7

¿Sabes dónde se toman las decisiones que afectan a nuestra vida cotidiana y cómo pueden contribuir las instituciones a construir una sociedad más igualitaria?

La actividad permitirá conocer dos espacios esenciales de la vida pública: el **Palacio de Fuensalida**, sede de la Presidencia de Castilla-La Mancha, y el **Ayuntamiento de Toledo**. Durante la visita nos acercaremos a su historia, sus funciones y las competencias que ejercen en los ámbitos autonómico y municipal.

La experiencia servirá también para reflexionar sobre la importancia de la participación equilibrada de mujeres y hombres en la vida política y sobre la responsabilidad de las administraciones públicas en el desarrollo de políticas de igualdad y en la defensa de los derechos de las mujeres.

Una oportunidad para acercar las instituciones a la ciudadanía y comprender que la igualdad también se construye desde las decisiones públicas.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES

Colaboran: Castilla-La Mancha

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

EJE CONOCE TU REGIÓN.

17 oct 2026

ASTROTURISMO EN CABAÑEROS: SENDERISMO BAJO LAS ESTRELLAS. MUJERES Y ASTRONOMÍA.

Fecha: 17 de octubre.

Hora: 17.00 h (Regreso aproximado a las 02.00h).

Lugar: Alcoba (Ciudad Real). Entorno Cabañeros.

Punto de encuentro: Dársena Safont.

Dirigido a población general (mujeres y hombres) a partir de 16 años.

Inscripciones a partir del 5 de octubre de 2026 a las 9:00 h en el siguiente enlace https://forms.gle/XTSXwMf4HnAKuB9dA

Una experiencia nocturna para descubrir la naturaleza y contemplar el cielo de Cabañeros desde una mirada diferente.

La actividad comenzará con una visita guiada al **Centro Astronómico y Planetario de Alcoba**, con sala musealizada y una proyección en formato 360°. Después realizaremos una ruta nocturna de senderismo de 6 kilómetros, de dificultad baja, para aprender a reconocer estrellas y constelaciones a simple vista. La jornada concluirá con una observación mediante telescopio de planetas, galaxias, cúmulos y nebulosas.

Durante el recorrido conoceremos las historias de mujeres que contribuyeron al desarrollo de la astronomía, desde Hipatia de Alejandría hasta las Computadoras de Harvard, y descubriremos también a las protagonistas femeninas de la mitología que dieron nombre a estrellas y constelaciones.

La actividad estará guiada por **personal especializado del Centro Astronómico y Planetario de Alcoba y una guía local**.

Importante: el senderismo se realizará sin linternas, aprovechando únicamente la luz de la noche, por lo que no se recomienda a personas con miedo o fobia a la oscuridad.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES Colaboran: 7 LAS CABRILLAS ASTROTURISMO CABAÑEROS

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

EJE BIENESTAR, SALUD Y AUTOCUIDADOS.

19 oct 2026

VOLVER A VIVIR: BIENESTAR Y CALIDAD DE VIDA DURANTE Y DESPUÉS DEL CÁNCER DE MAMA.

Fecha: 19 de octubre.

Hora: 17.30 h

Lugar: Patio Acristalado del Excmo. Ayuntamiento de Toledo.

Dirigido a población general (hombres y mujeres).

Entrada libre hasta completar aforo.

Con motivo del **Día Internacional de la Lucha contra el Cáncer de Mama**, que se conmemora el 19 de octubre, la Escuela Toledana de Igualdad propone un espacio para mirar más allá del diagnóstico y del tratamiento.

El cáncer de mama no termina cuando finaliza la atención médica. Recuperar la confianza, adaptarse a los cambios y retomar la vida cotidiana también forman parte del proceso.

En esta actividad, organizada con **APACAMA y la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC)**, se abordará el bienestar físico y emocional durante y después de la enfermedad. Se hablará de autocuidado, imagen corporal, relaciones personales, sexualidad, miedos y recuperación de los proyectos vitales, además de ofrecer herramientas prácticas para afrontar esta etapa con mayor seguridad y calidad de vida.

Una propuesta abierta a toda la población —personas afectadas, familiares, amistades y quienes deseen comprender mejor este proceso— para encontrar acompañamiento, resolver dudas y recordar que volver a vivir no significa regresar al punto de partida, sino aprender a avanzar desde una nueva realidad.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES

Colaboran: asociación española contra el cáncer en Toledo · Apacama

23 oct 2026

INFLUENCERS POR LA IGUALDAD.

Fecha: 23 de octubre.

Hora: 17.00 h

Lugar: Patio Acristalado del Excmo. Ayuntamiento de Toledo.

Dirigido a jóvenes, mujeres y hombres de 14 a 25 años.

Inscripciones a partir del 5 de octubre de 2026 en el siguiente enlace https://forms.gle/JZMTbCDk8Z6Q31f76

¿Cuántas veces haces *scroll* sin pensar por qué un vídeo se vuelve viral? ¿Qué hay detrás de los filtros, las tendencias, los cuerpos perfectos o los comentarios que parecen una broma?

En este taller de la **Asociación EPSJ Polaris** en el que participará el **Consejo de Participación Infantil y Adolescente de Toledo** analizaremos contenidos reales de las redes sociales para descubrir cómo influyen en lo que pensamos, cómo nos vemos y cómo nos relacionamos. Hablaremos de estereotipos, presión estética, discursos de odio y relaciones desiguales, pero también de creatividad, diversidad y referentes que merece la pena compartir.

Y no será solo hablar: diseñaremos vídeos, imágenes, *reels* o pequeñas campañas capaces de transmitir un mensaje de igualdad con un lenguaje cercano, original y pensado para las redes.

Una actividad para mirar las redes con otros ojos, potenciar la creatividad y comprobar que también puedes crear contenido que conecte, cuestione y deje huella.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES

Colaboran: POLARIS

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

EJE EMPLEABILIDAD Y AUTONOMÍA ECONÓMICA.

17 nov 2026 18 nov 2026

EMPRENDIMIENTO Y REDES SOCIALES.

Fecha: 17 y el 18 de noviembre.

Hora: 10.00 h

Lugar: Centro Cívico Santa María de Benquerencia. c/ Río Bullaque 24.

Dirigido a población general (mujeres y hombres) mayores de edad.

Inscripciones a partir del 20 de octubre de 2026 en el siguiente enlace https://forms.gle/ndSK2ZQqZV6UKsGo8

¿Tienes una idea de negocio, pero no sabes cómo convertirla en un proyecto visible? ¿Quieres utilizar las redes sociales para llegar a tu público y comunicar mejor lo que ofreces?

En este taller aprenderemos a definir la propuesta de valor de un proyecto, identificar a la clientela potencial y elegir las redes sociales más adecuadas. También trabajaremos la creación de contenidos sencillos, la organización de un pequeño calendario de publicaciones y el diseño de acciones digitales para dar visibilidad a productos o servicios.

La actividad prestará especial atención a las dificultades que encuentran muchas mujeres para emprender y consolidar su presencia digital, como la falta de tiempo, las responsabilidades de cuidados, la brecha digital o el menor acceso a redes profesionales.

Una formación práctica para pasar de la idea a la acción y finalizar el taller con una estrategia básica de comunicación aplicable al propio proyecto.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES Colaboran: Cofinanciado por la Unión Europea Fondos Europeos

18 nov 2026

VIOLENCIA ECONÓMICA: IDENTIFICARLA PARA PREVENIRLA.

Fecha: 18 de noviembre.

Hora: 17.00 h

Lugar: Centro de la Mujer, C/Alemania 139 bis.

Dirigido a población general (mujeres y hombres) mayores de edad.

Inscripciones a partir del 1 de noviembre de 2026 en el siguiente enlace https://forms.gle/3ohLvJqMJpCGURiw7

¿Puede el dinero convertirse en una herramienta de control dentro de una relación? Controlar los gastos, impedir el acceso a una cuenta bancaria, apropiarse del salario, generar deudas o dificultar el acceso al empleo son algunas formas de violencia económica que no siempre resultan fáciles de reconocer.

Este taller participativo permitirá identificar estas conductas mediante el análisis de situaciones cotidianas. También se abordarán la dependencia económica, el control de bienes y recursos y las señales que pueden indicar una relación de poder desigual.

Una actividad abierta a toda la población para aprender a detectar y prevenir esta forma de violencia contra las mujeres, reforzar la autonomía económica y conocer los recursos de apoyo disponibles.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES

19 nov 2026

JORNADA DEL DÍA DE LA MUJER EMPRENDEDORA: MUJERES QUE EMPRENDEN, INSPIRACIÓN, ESTRATEGIA Y FUTURO.

Fecha: 19 de noviembre.

Hora: De 10.00 h a 13.00 h

Lugar: Vivero de Empresas de la Cámara de Comercio.

Dirigido a población general (mujeres y hombres) mayores de edad.

Inscripciones a partir del 5 de noviembre de 2026 en el siguiente enlace https://forms.gle/MsZ3vpFxYXVon2Dt9

Con motivo del **Día Internacional de la Mujer Emprendedora** celebraremos un encuentro para reconocer el talento, la iniciativa y la contribución de las mujeres que ponen en marcha y hacen crecer sus propios proyectos.

La jornada combinará una ponencia práctica sobre marketing y herramientas digitales con una mesa de experiencias protagonizada por emprendedoras locales. Conoceremos sus motivaciones, dificultades, aprendizajes y estrategias para afrontar retos como la financiación, la conciliación o la visibilidad de sus negocios.

El encuentro finalizará con un espacio de café y networking para compartir ideas, establecer contactos y favorecer la creación de redes de colaboración y apoyo.

Actividad organizada con la colaboración de la **Cámara de Comercio de Toledo y CaixaBank**.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES

Colaboran: CaixaBank · Cámara · Cofinanciado por la Unión Europea · Fondos Europeos

22 nov 2026

HACE CIEN AÑOS, 500 MUJERES: *UNA VISITA CULTURAL POR EL MADRID DE LAS PIONERAS Y LAS MODERNAS.*

Fecha: 22 de noviembre.

Hora: 10.00 h (regreso aproximado a las 19.00 h).

Punto de encuentro: Dársena Safont.

Lugar: Madrid.

Dirigido a población general (mujeres y hombres) mayores de 16 años.

Inscripciones a partir del 2 de noviembre a las 10.00 h en el siguiente enlace https://forms.gle/eVCfwHFzGKjvSgoz5

Incluye entradas, visitas guiadas y autobús de ida y vuelta. Comida a cargo de las personas participantes.

¿Sabías que hace un siglo cerca de quinientas mujeres crearon en Madrid un espacio propio para formarse, compartir ideas y participar en la vida cultural y pública?

Te invitamos a una experiencia cultural para conectar generaciones, conocer referentes femeninos y recuperar una parte esencial de nuestra historia.

La jornada comenzará con la visita a la exposición organizada con motivo del centenario del **Lyceum Club Femenino**, promovida por el Ministerio de Cultura y la Fundación Ortega-Marañón. A través de documentos, imágenes y testimonios, conoceremos a sus fundadoras y socias, así como las iniciativas con las que defendieron la educación, la autonomía y la participación social de las mujeres.

Después realizaremos una ruta guiada por Madrid para descubrir a escritoras, artistas, intelectuales, trabajadoras y otras mujeres que desafiaron los modelos femeninos impuestos y fueron conquistando nuevos espacios de libertad y presencia pública.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES **Colaboran:** GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE CULTURA Fundación Ortega-Marañón

28 nov 2026 29 nov 2026

TALLER DE AUTODEFENSA PARA LAS MUJERES.

Fecha: 28 y 29 de noviembre.

Hora: 10.30 h

Lugar: Pabellón Deportivo San Lázaro. C/ Costanilla de San Lázaro 8.

Dirigido a mujeres mayores de edad.

Inscripciones a partir del 13 de noviembre de 2026 en el siguiente enlace https://forms.gle/mJg6wBdZBYVMTj156

¿Te gustaría adquirir herramientas prácticas para reforzar tu seguridad personal? ¿Aprender estrategias de prevención y actuación ante situaciones de violencia sexista?

Este taller, desarrollado en colaboración con **la Policía Local de Toledo, el Club de Judo y Jiu Jitsu Toledo**, **y Patronato Deportivo Municipal** tiene como finalidad dotar a las mujeres de recursos teórico-prácticos para el empoderamiento personal y colectivo frente a la violencia sexista.

La formación combinará contenidos teóricos y entrenamiento práctico en técnicas básicas de autodefensa, abordando:

· Estrategias de prevención y detección de situaciones de riesgo.

· Seguridad corporal y establecimiento de límites físicos.

· Técnicas básicas de autodefensa adaptadas a contextos reales.

· Refuerzo de la seguridad emocional y la toma de decisiones.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES **Colaboran:** PATRONATO DEPORTIVO MUNICIPAL TOLEDO

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

EJE EMPLEABILIDAD Y AUTONOMÍA ECONÓMICA.

7 dic 2026

TALLER: BRILLA SIN MIEDO. ESTRATEGIAS PARA POTENCIAR TU TALENTO Y AFRONTAR PROCESOS DE SELECCIÓN CON CONFIANZA.

Fecha: 7 de diciembre.

Hora: 10.00 h

Lugar: Centro de la Mujer. C/ Alemania 139.

Dirigido a población general (mujeres y hombres) mayores de edad.

Inscripciones a partir del 20 de noviembre de 2026 en el siguiente enlace https://forms.gle/2VcqsemTvTVsBHmc7

¿Te cuesta reconocer tus capacidades o hablar de tus logros? ¿Los nervios, la inseguridad o el miedo a no estar a la altura limitan tus oportunidades profesionales?

En este taller experiencial, impartido por **Rafa Sancho**, aprenderemos a identificar y poner en valor nuestras competencias, fortalezas y logros. Mediante ejercicios prácticos y simulaciones, trabajaremos la comunicación, la presentación profesional y la gestión emocional para afrontar entrevistas, procesos selectivos y evaluaciones con mayor confianza y autenticidad.

La actividad prestará especial atención a las barreras sociales y de género que influyen en la percepción del propio talento y que llevan, especialmente a muchas mujeres, a infravalorar sus capacidades o restar importancia a sus logros.

Una propuesta para aprender a mostrar lo que sabes hacer, ocupar tu espacio profesional y afrontar nuevas oportunidades con mayor seguridad.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES Colaboran: Cofinanciado por la Unión Europea Fondos Europeos

10 dic 2026 17 dic 2026

MANUAL PARA DÍAS DIFÍCILES.

Fecha: 10 y 17 de diciembre.

Hora: 17.30 h

Lugar: Centro de la Mujer. C/ Alemania 139.

Dirigido a mujeres mayores de edad.

Inscripciones a partir del 1 de diciembre de 2026 en el siguiente enlace https://forms.gle/RzeZL4dDKnfks7oG6

Taller de dos sesiones enfocado en la búsqueda de herramientas para manejar circunstancias que podrían causar desasosiego. Las situaciones que vivimos no tienen que ser buenas ni malas por sí mismas, es nuestra forma de interpretarlas y afrontarlas lo que marca la diferencia.

Si quieres conocer técnicas que los/as profesionales de la psicología defienden para no hundirnos en la desesperanza, o si crees que necesitas tips para no derrumbarte con los acontecimientos de la vida, ven a reflexionar y compartir en grupo distintas fórmulas para vivir mejor y superar los días en que todo parece catastrófico.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES Colaboran: SANAR Y CRECER

11 dic 2026

NEGOCIACIÓN Y GESTIÓN POSITIVA DE CONFLICTOS: HERRAMIENTAS PARA LA VIDA COTIDIANA.

Fecha: 11 de diciembre.

Hora: de 09.30 h a 13.30 h

Lugar: Centro Cívico Santa María de Benquerencia.

Dirigido a población general (mujeres y hombres) mayores de edad.

Inscripciones a partir del 25 de noviembre de 2026 en el siguiente enlace https://forms.gle/cXYmbHVu9UPnA9Az9

¿Te cuesta defender lo que necesitas sin entrar en una discusión? ¿Cedes para evitar el conflicto? ¿Sabes distinguir entre lo que una persona pide y lo que realmente necesita?

Este taller práctico, desarrollado por la **Asociación Actia Social** y su **Centro de Mediación Familiar**, permitirá comprender cómo surgen y evolucionan los conflictos y revisar nuestra manera habitual de afrontarlos.

A partir de situaciones cotidianas, ejercicios y simulaciones, aprenderemos a diferenciar posiciones, intereses y necesidades; preparar conversaciones difíciles; formular propuestas claras; escuchar sin renunciar al propio criterio; establecer límites y construir acuerdos realistas y equilibrados. Las herramientas podrán aplicarse en los ámbitos personal, familiar, laboral, asociativo y comunitario.

La actividad abordará también cómo los roles de género, las responsabilidades de cuidados y las relaciones de poder pueden llevar especialmente a muchas mujeres a ceder o anteponer las necesidades ajenas. La negociación y la mediación no son adecuadas ante situaciones de violencia, intimidación, coacción o desigualdad grave de poder.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES Colaboran: actiasocial

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

EJE CONOCE TUS INSTITUCIONES.

16 dic 2026

III ENCUENTRO PARTICIPATIVO: ACERCANDO EL CENTRO DE LA MUJER A LAS MUJERES MAYORES.

Fecha: 16 de diciembre.

Hora: 10.00 h

Lugar: Centro de la Mujer, Calle Alemania, 139.

Dirigido a mujeres mayores.

Para participar es imprescindible contactar previamente con el Centro de la Mujer en el teléfono 925 33 03 99

La Escuela Toledana de Igualdad continúa la línea **«Encuentros participativos. Acercando el Centro de la Mujer a…»**, creada para acercar sus recursos a distintos colectivos de mujeres y conocer directamente sus necesidades, intereses y propuestas. Tras las anteriores ediciones dedicadas a las mujeres con discapacidad, este nuevo encuentro tendrá como protagonistas a las mujeres mayores de Toledo.

El **Centro Municipal de la Mujer** abrirá sus puertas para que las participantes conozcan el espacio, al equipo profesional y los servicios jurídicos, psicológicos, sociales y laborales que tienen a su disposición, así como las actividades de la Escuela Toledana de Igualdad.

A través de una dinámica cercana y participativa, se identificarán dificultades de acceso, necesidades e intereses y se recogerán propuestas que ayuden a mejorar la programación municipal de igualdad. La jornada concluirá con un desayuno compartido para continuar conversando y favorecer el encuentro entre las participantes.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES

18 dic 2026

VISITA CULTURAL: TRAS LAS HUELLAS DE ELLAS. ÁVILA CON MIRADA DE MUJER.

Fecha: 18 de diciembre.

Hora: 09.00 h (regreso aproximado a las 19.00 h).

Punto de encuentro: Dársena Safont.

Lugar: Ávila.

Dirigido a población general (mujeres y hombres) mayores de 16 años.

Inscripciones a partir del 28 de noviembre de 2026, a las 10.00 h en el siguiente enlace https://forms.gle/iSe4eYAbGzNg2BJS6

¿Qué historias descubrimos cuando recorremos las murallas, plazas, conventos y palacios de Ávila siguiendo las huellas de sus mujeres?

Esta visita cultural propone conocer la ciudad desde una perspectiva diferente. A través de una ruta guiada, nos acercaremos a las vidas y aportaciones de Teresa de Jesús, Isabel de Castilla, Jimena Blázquez, Beatriz Galindo y Guiomar de Ulloa, junto con las de otras mujeres anónimas que también participaron en la construcción y el desarrollo de la ciudad.

Durante el recorrido visitaremos diferentes espacios del patrimonio abulense y conoceremos el papel desempeñado por las mujeres en los ámbitos religioso, político, cultural y social, así como las dificultades y normas que tuvieron que desafiar. Una experiencia para disfrutar del patrimonio, descubrir referentes femeninos y recuperar historias tradicionalmente ausentes de los relatos oficiales. **Actividad propuesta en colaboración con el Ayuntamiento de Ávila.**

Incluye entradas, visitas guiadas y autobús de ida y vuelta. Comida a cargo de las personas participantes.

Organiza: ASUNTOS SOCIALES, INCLUSIÓN, FAMILIA Y MAYORES **Colaboran:** Ayuntamiento de Ávila

TALLERES APRENDE A QUERER BIEN.

Durante el primer trimestre del curso escolar 2026/2027 y de la mano de la psicóloga Natalia Tutor, se impartirán en los centros educativos los talleres *"Aprende a querer bien"*, dirigidos al alumnado de 4.º de Educación Secundaria.

La actividad se centra en la reflexión sobre las relaciones afectivas en la adolescencia, incorporando una perspectiva de igualdad entre mujeres y hombres. A lo largo de una sesión de una hora, se abordarán aspectos como la gestión emocional, los vínculos saludables y el análisis de creencias presentes en el imaginario juvenil —como los celos, el control o la idealización del amor romántico—, valorando su impacto en las relaciones.

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

EJE EDUCACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN EN IGUALDAD.

MUJERES COMETA: MUJERES INVISIBILIZADAS QUE HAN CAMBIADO LA HISTORIA

Durante el primer trimestre del curso escolar 2026/2027, la Escuela Toledana de Igualdad desarrollará el taller «Mujeres Cometa. Mujeres invisibilizadas que han cambiado la historia» en dos institutos de educación secundaria, impartido por la artista e ilustradora Anaïs Mora. Dirigido al alumnado de 2.º y 3.º de ESO, el taller se estructura en cuatro sesiones y tiene como finalidad visibilizar el papel de mujeres históricamente invisibilizadas, promoviendo el pensamiento crítico sobre los relatos tradicionales y fomentando la igualdad de género. A través del análisis de una selección de 15 acuarelas de la autora y de dinámicas participativas, el alumnado reflexionará sobre la construcción de la memoria colectiva y la importancia de generar referentes diversos, utilizando la expresión artística como herramienta de sensibilización y transformación social.

ESCUELA TOLEDANA DE IGUALDAD

PROGRAMACIÓN OTOÑO 2026

Nuestros colaboradores

CIENCIA a la carta

BRIGHT BC COLLEGE

el bolo feroz

ASOCIACIÓN POLARIS | TOLEDO | ENTIDAD PRESTADORA DE SERVICIOS A LA JUVENTUD
POLARIS

Apacama

asociación española contra el cáncer en Toledo

7 LAS CABRILLAS
ASTROTURISMO CABAÑEROS

OMIC
Oficina Municipal de Información al Consumidor

Castilla-La Mancha

Fundación Ortega-Marañón

CONSEJO DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA Y ASOCIACIONES
TOLEDO

SANAR Y CRECER
PSICOLOGIA

actiasocial
ASOCIACIÓN DE INTERVENCIÓN Y COOPERACIÓN SOCIAL EN CASTILLA-LA MANCHA

JUDO Y JIU-JITSU TOLEDO

CaixaBank

Cámara Toledo

Ayuntamiento de Ávila
Del Rey · De los Leales · De los Caballeros

PATRONATO DEPORTIVO MUNICIPAL TOLEDO

GOBIERNO DE ESPAÑA | MINISTERIO DE CULTURA

POLICIA LOCAL TOLEDO

GOBIERNO DE ESPAÑA | MINISTERIO DEL INTERIOR | 200 POLICIA NACIONAL

Cofinanciado por la Unión Europea

MINISTERIO DE TRABAJO Y ECONOMÍA SOCIAL

Fondos Europeos