

## TALLERES PARA MEJORAR LA EMPLEABILIDAD

Espacio Mujer Madrid

C/ Martos, 185

917856234

Autobuses: 24, 102,  
103, T31

Tren: Estación El Pozo

SERVICIO DE  
LUDOTECA  
(previa petición)

ADMISIÓN HASTA  
COMPLETAR AFORO

ACTIVIDADES  
GRATUITAS

ATENCIÓN  
INDIVIDUAL

INTERMEDIACIÓN  
LABORAL

**BÚSQUEDA ACTIVA DE EMPLEO: AULA BAE**  
**TIC'S PARA EL EMPLEO Y LA PARTICIPACIÓN SOCIAL**  
**CONCEPTOS FINANCIEROS PARA LA VIDA Y EL EMPLEO Y**  
**SESIÓN INFORMATIVA "CREA" Y DE APOYO AL EMPRENDIMIENTO**  
En colaboración con la Fundación Nantik Lum  
**INGLÉS (INICIACIÓN Y BÁSICO)**  
**EMPODERAMIENTO DIGITAL (BÁSICO Y AVANZADO)**  
**ALFABETIZACIÓN CASTELLANO "APRENDIENDO JUNTAS"**  
**CENTROS DE SERVICIOS SOCIALES:**  
**CONOCE LOS RECURSOS QUE NOS OFRECEN**  
**SESIÓN ACOGIDA PARA LA BÚSQUEDA ACTIVA**  
**DE EMPLEO**  
**CURSO DE EMPLEABILIDAD DIGITAL "DIGIT COM"**  
**TALLER ¡QUÉ BUEN CURRÍCULUM TIENES!**  
**SESIÓN "SEMANA DEL EMPLEO. PORTALES DE EMPLEO"**  
**MESA EMPLEO PUENTE DE VALLECAS**  
**TALLER HERRAMIENTAS DIGITALES PARA LA**  
**ELABORACIÓN DEL CV: CANVA**

*M y J de 10:00 a 12:00*

*A partir miérc. 20 de 10:00 a 12:00*

*MARTES de 10:00 a 12:00*

*A partir martes 26 de 10:00 a 12:00*

*MARTES a partir de las 17:00*

*JUEVES a partir de las 17:00*

*LUNES de 10:30 a 12:30*

*7 de Abril 16:00 a 18.00*

*19 de Abril 10:00 a 12:00*

*A partir viernes 22 de 10:30 a 12:30*

*26 de abril 10:00 a 12:00*

*27 de Abril 10:00 a 13:30*

*10 de Mayo 10:00 a 12:00*

**Inscripciones:** [emma@fundacionjosemariadellanos.es](mailto:emma@fundacionjosemariadellanos.es) [atalanta@fundacionjosemariadellanos.es](mailto:atalanta@fundacionjosemariadellanos.es)



## TALLERES PERMANENTES DE PARTICIPACIÓN SOCIAL Y EMPODERAMIENTO

TALLER DE EMPODERAMIENTO Y AUTOESTIMA "ATENEAS"

TALLER LIBER-ARTE. EXPRESIÓN ARTÍSTICA. 2 GRUPOS

EMPODERAMIENTO TEATRAL

LA BOTICA. ESTIRAMIENTOS Y RELAJACIÓN

TRAED MADERA. TALLER DE RESTAURACIÓN

CANTO CORAL. RECUPERACIÓN EMOCIONAL DESDE LA VOZ

PEQUEHUERTO. CULTIVANDO LAZOS FAMILIARES

TALLER DIBUJO Y PINTURA.

YOGA FEMINISTA (BÁSICO Y AVANZADO)

TALLER SALUD Y AUTOCUIDADO CUERPO Y MOVIMIENTO

TALLER DE COEDUCACIÓN EN FAMILIA "JUGANDO EN POSITIVO"

MI PROYECTO VITAL. TALLER DE DESARROLLO PERSONAL

MINDFULLNESS

COMPETENCIAS TRANSVERSALES:

COMUNICACIÓN ASERTIVA Y TRABAJO COLABORATIVO

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

TALLER DE BIENESTAR EMOCIONAL Y GESTIÓN DEL ESTRÉS

**MIÉRCOLES de 10:00 a 12:00**

**LUNES de 10:00 a 12:00**

**JUEVES de 17:00 a 19:00**

**LUNES de 18:00 a 20:00**

**MARTES de 10:00 a 12:00**

**MARTES de 17:30 a 19:30**

**MARTES de 18:00 a 20:00**

**MIÉRCOLES de 16:00 a 18:00**

**MIÉRCOLES de 18:00 a 20:00**

**VIERNES a partir de las 10:15**

**MIÉRCOLES de 17:30 a 19:00**

**25 Abril y 9 mayo**

**de 17:30 a 19:30**

**22 de Abril de 10.00 a 12.00**

**A partir martes 26 de 17:00 a 19:00**

**26 y 28 de 10.00 A 12.00**

**21, 25 Abril y 5 mayo**

**17:00 a 19:00**

**A partir VIERNES 29 de 10:00 a 12:00**

**Inscripciones:** [emma@fundacionjosemariadellanos.es](mailto:emma@fundacionjosemariadellanos.es) [atalanta@fundacionjosemariadellanos.es](mailto:atalanta@fundacionjosemariadellanos.es)