El Gobierno del Estado de México, a través de la Secretaría de las Mujeres, te invita a los

TALLERES DEL CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL PARA MUJERES,

ZINACANTEPEC

Durante
MARZO
DE 2024

AUTONOMÍA ECONÓMICA

Dependencia	Nombre de la capacitación	Fecha	Horario
SEMUJERES	Taller “Braille básico”	Lunes, miércoles y viernes	De 10:00 a 12:00 horas
	Cocina de mar y de temporada		De 10:00 a 13:00 horas De 14:30 a 17:30 horas
	Paquetería básica de cómputo		De 10:00 a 13:00 horas De 14:30 a 17:30 horas
	Reparación de prendas		De 15:30 a 17:30 horas
	Uso básico del teléfono celular	Martes y jueves (del 5 al 21 de marzo)	De 10:00 a 13:00 horas
	Manualidades en tejido		De 10:00 a 12:00 horas De 15:30 a 17:30 horas
	Elaboración de velas para aromaterapia		De 10:00 a 13:00 horas De 14:30 a 17:30 horas
	Patronaje y confección de ropa infantil		De 10:00 a 13:00 horas De 14:30 a 17:30 horas
	Computación básica		De 14:30 a 17:30 horas

AUTONOMÍA FÍSICA

Dependencias	Nombre de la actividad	Fecha	Horario
SEMUJERES	Fit mix	Lunes, miércoles y vienes (del 4 al 22 de marzo)	De 9:00 a 10:00 horas De 16:30 a 17:30 horas
	Taller “Autocuidado para la mujer”		De 10:00 a 13:00 horas De 14:30 a 17:30 horas
	Baile de salón		De 13:00 a 14:00 horas
	Alimentación para bajar triglicéridos	Martes y jueves (del 5 al 21 de marzo)	De 10:00 a 13:00 horas De 14:30 a 17:30 horas
	Acondicionamiento físico para la persona adulta mayor		De 12:00 a 13:00 horas
	Danza árabe		De 13:00 a 14:00 horas
	Spinning y pilates		De 9:00 a 10:00 horas De 16:30 a 17:30 horas

AUTONOMÍA DE TOMA DE DECISIONES

Dependencias	Nombre de la actividad	Fecha	Horario
SEMUJERES	Actividad en Conmemoración al Día Internacional de la Mujer “Moño humano”	Miércoles 6 de marzo	De 10:00 a 11:00 horas
	Círculo de mujeres “Inteligencia emocional”	Jueves 14 de marzo	De 11:00 a 13:00 horas
	Demostración de la lengua Otomí	Viernes 15 de marzo	De 10:00 a 11:00 horas
	Plática en Conmemoración al Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer “Conociendo los tipos de violencia”	Viernes 22 de marzo	De 9:00 a 10:00 horas

SERVICIOS GRATUITOS ¡ACÉRCATE!

Ludoteca:
Para los hijos e hijas de las madres que se encuentran recibiendo capacitación (niñas y niños de 3 a 12 años).

MAYORES INFORMES:
Av. Rancho San Nicolás Lt. 3, (frente a Colegio Anáhuac) C.P. 51355, Zinacantepec, Estado de México.
Teléfono: 722 328 72 48

Responsable de la publicación: Dirección General de Igualdad Sustantiva de la Secretaría de las Mujeres.

GOBIERNO DEL ESTADO DE MÉXICO | MUJERES SECRETARÍA DE LAS MUJERES

semujeres. domex.gob.mx