

ESPACIO DE IGUALDAD LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

PROGRAMACIÓN ENERO 2025

red de
espacios de
igualdad



Recurso público municipal especializado en la promoción de la igualdad y la prevención de la violencia machista.

Se ofrecen servicios gratuitos de intervención individual a las mujeres y actividades grupales abiertas a la población que abordan de manera transversal la violencia machista.

Espacio accesible para personas con movilidad reducida. Si tienes otro tipo de discapacidad ponte en contacto con nuestro centro.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 480 16 56

Correo electrónico: luciassaornil1@madrid.es

Presencialmente: Plaza Eurípides 1 (posterior). Metro Canillejas

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes de 10 a 14 y de 16:00 a 20:00 horas. Festivos cierra el centro.

SERVICIOS DE ATENCIÓN INDIVIDUAL

Dirigidos a mujeres

Ofrecemos apoyo y asesoramiento gratuito, mediante cita previa, en las siguientes áreas:

Psicológica: para favorecer el bienestar y la autonomía personal, la reducción del estrés y la ansiedad ante situaciones de discriminación o violencia por razones de género.

Jurídica: en materia civil, laboral, de extranjería y especialmente en todo lo relacionado con la violencia machista.

Desarrollo Profesional: se fomenta la empleabilidad de las mujeres a través de la mejora de sus capacidades, sus competencias y habilidades sociolaborales.



ADEMÁS TENEMOS:



II Edición Forma-TE: Coeducación y buenas prácticas para adolescentes y jóvenes. Curso Online.

Con motivo del Día Internacional de la Educación, ofrecemos esta formación dirigida a profesionales en las que trabajaremos los conceptos claves de la coeducación en adolescentes y jóvenes.



Exposición: Ganchilleras en colaboración con el proyecto socioeducativo "El latido de las mariposas".
Exposición: La importancia del lenguaje.
Exposición: ¿Qué son los micromachismos?



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

<https://madrid.es/go/espaciodeigualdadluciassaornil>



SEMANA DEL 1 AL 3 DE ENERO 2025

red de
espacios de
igualdad



Lucía Sánchez Saornil
Espacio de Igualdad

Nuestra frase del mes:

*“Las herramientas del amo
nunca desmontarán la casa
del amo” – Audre Lorde*

MIÉRCOLES 1



FESTIVO



JUEVES 2
MAÑANA

**Autocuidado corporal: estiramos
juntas. (M)**
10:00 - 11:30h

Nuestros lugares en el barrio. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal

Hablemos sobre maternidad. (M)
12:00 - 13:30h

TARDE

Mujeres que aman las letras. (M)
17:00 - 18:30h
Semanal

Tejedoras en autonomía. (M)
17:00 - 18:30h
Semanal

La Coral del Lucía. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal

**Bienestar en todas las tallas:
desafiando la cultura de la dieta.
(M)**
18:30 - 20:00h

VIERNES 3
MAÑANA



TARDE

**Cinefórum: La mujer que soñaba
con números. (TP)**
17:00 - 19:30h

((M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
<https://madrid.es/go/espaciodeigualdadluciasaornil>



SEMANA DEL 6 AL 10 DE ENERO 2025

red de
espacios de
igualdad



Lucía Sánchez Saornil
Espacio de Igualdad

LUNES 6



FESTIVO



MARTES 7

MAÑANA

Caminamos juntas. (M)

10:30 - 12:00h
Semanal

Escritura terapéutica: narrando mis emociones. (M)

10:30 - 12:00h

TARDE



Danza oriental: conectando con nuestro cuerpo. (M)

18:30 - 20:00h

MIÉRCOLES 8

MAÑANA

La violencia de género y sus tipos. (M)

10:00 - 11:30h

Aprendiendo a poner límites. (M)

12:00 - 13:30h

TARDE

Las escénicas: taller de teatro para el empoderamiento femenino. (M)

16:30 - 18:00h
Semanal

Pilates: juntas y fortalecidas. (M)

18:30 - 20:00h

JUEVES 9

MAÑANA

Biografías de mujeres: historias que nos inspiran. (M)

10:00 - 11:30h

Alambrismo: creando y compartiendo. (M)

10:00 - 11:30h
Quincenal

Nuestros lugares en el barrio. (M)

10:30 - 12:00h
Semanal

Repensando sexualidades ¿Cómo me relaciono con mi cuerpo?. (M)

12:00 - 13:30h

TARDE

Mujeres que aman las letras. (M)

17:00 - 18:30h
Semanal

Tejedoras en autonomía. (M)

17:00 - 18:30h
Semanal

La Coral del Lucía. (M)

18:30 - 20:00h
Semanal

VIERNES 10

MAÑANA

Bienvenido 2025 ¿Qué espero de este nuevo año? (M)

10:30 - 12:00h

TARDE



((M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

<https://madrid.es/go/espaciodeigualdadluciasaornil>



SEMANA DEL 13 AL 17 DE ENERO 2025

red de
espacios de
igualdad



Lucía Sánchez Saornil
Espacio de Igualdad

LUNES 13 MAÑANA

Iniciación a la informática. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal



TARDE

Informática nivel medio. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Sanando y aceptándonos en colectividad. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal

Ciclo de talleres. Cuerpo en movimiento: estiramientos y movilidad. (M)
18:30 - 20:00h

MARTES 14 MAÑANA

Caminamos juntas. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal



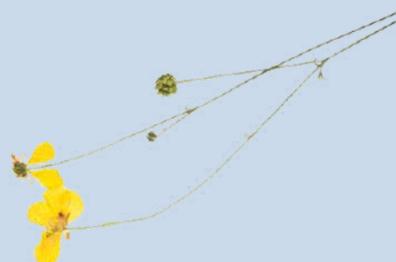
TARDE

Corazones sororos. (M)
18:30 - 20:00h
Quincenal



MIÉRCOLES 15 MAÑANA

Ejercitando nuestro cuerpo. (M)
10:00 - 11:30h
Semanal



TARDE

Las escénicas: taller de teatro para el empoderamiento femenino. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Construimos herramientas para el empoderamiento femenino. (M)
18:15 - 19:45h
Semanal

JUEVES 16 MAÑANA

Taller Lego Personalidad Y Empleo: Autoestima. En colaboración con San Blas Digital. (M)
10:00 - 12:00h

Nuestros lugares en el barrio. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal

Los malestares de Lucía, los malestares de todas. (M)
12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Mujeres que aman las letras. (M)
17:00 - 18:30h
Semanal

Tejedoras en autonomía. (M)
17:00 - 18:30h
Semanal

La Coral del Lucía. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal

VIERNES 17 MAÑANA



TARDE

Cinefórum: Mamífera. (TP)
17:00 - 19:30h

((M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
<https://madrid.es/go/espaciodeigualdadluciassaornil>



SEMANA DEL 20 AL 24 DE ENERO 2025

red de
espacios de
igualdad



Lucía Sánchez Saornil
Espacio de Igualdad

LUNES 20

MAÑANA

Iniciación a la informática. (M)

10:30 - 12:00h
Semanal

Activas en compañía: gimnasia de mantenimiento. (M)

12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Informática nivel medio. (M)

16:30 - 18:00h
Semanal

Sanando y aceptándonos en colectividad. (M)

18:30 - 20:00h
Semanal

Ciclo de talleres. Cuerpo en movimiento: pilates. (M)

18:30 - 20:00h

MARTES 21

MAÑANA

Caminamos juntas. (M)

10:30 - 12:00h
Semanal

Tejedoras: compartiendo saberes. (M)

12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Ciclo de talleres. Arte y emociones. Sesión 1: la calma. (M)

16:30 - 18:00h

Grupo de mujeres jóvenes: valientes y resilientes. (M)

18:30 - 20:00h
Quincenal

Gestionando la ansiedad. (M)

18:30 - 20:00h
Semanal

MIÉRCOLES 22

MAÑANA

Empoderamiento y relax. (M)

10:00 - 11:30h
Semanal

Ejercitando nuestro cuerpo. (M)

10:00 - 11:30h
Semanal

TARDE

Las escénicas: taller de teatro para el empoderamiento femenino. (M)

16:30 - 18:00h
Semanal

Construimos herramientas para el empoderamiento femenino. (M)

18:15 - 19:45h
Semanal

JUEVES 23

MAÑANA

Alambrismo: creando y compartiendo. (M)

10:00 - 11:30h
Quincenal

Taller Lego Personalidad Y Empleo: Motivación para la búsqueda de empleo. En colaboración con San Blas Digital. (M)

10:00 - 12:00h

Nuestros lugares en el barrio. (M)

10:30 - 12:00h
Semanal

Los malestares de Lucía, los malestares de todas. (M)

12:00 - 13:30h
Semanal

Danzando juntas. (M)

12:00 - 13:30h

TARDE

Mujeres que aman las letras. (M)

17:00 - 18:30h
Semanal

Tejedoras en autonomía. (M)

17:00 - 18:30h
Semanal

La Coral del Lucía. (M)

18:30 - 20:00h
Semanal

VIERNES 24

MAÑANA

Literatura con nombre de mujer: club de lectura. (M)

10:00 - 11:30h
Quincenal



TARDE

Cinefórum: Cinco lobitos. (TP)

17:00 - 19:30h



((M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
<https://madrid.es/go/espaciodeigualdadluciassaornil>



SEMANA DEL 27 AL 31 DE ENERO 2025

red de
espacios de
igualdad



LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

Espacio de Igualdad

LUNES 27

MAÑANA

Iniciación a la informática. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal



TARDE

Informática nivel medio. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Sanando y aceptándonos en colectividad. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal

MARTES 28

MAÑANA

Caminamos juntas. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal

Tejedoras: compartiendo saberes. (M)
12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Ciclo de talleres Arte y emociones. Sesión 1: el miedo. (M)
16:30 - 18:00h

Corazones sororos. (M)
18:30 - 20:00h
Quincenal

Gestionando la ansiedad. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal

MIÉRCOLES 29

MAÑANA

Empoderamiento y relax. (M)
10:00 - 11:30h
Semanal

Ejercitando nuestro cuerpo. (M)
10:00 - 11:30h
Semanal

Ejercita tu mente. (M)
12:00 - 13:30h
Quincenal

TARDE

Las escénicas: taller de teatro para el empoderamiento femenino. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Construimos herramientas para el empoderamiento femenino. (M)
18:15 - 19:45h
Semanal

JUEVES 30

Taller Lego Habilidades para el empleo a través de videojuegos. En colaboración con San Blas Digital. (M)
10:00 - 12:00h

Autoimagen ¿me quiero y me respeto? (M)
10:00 - 11:30h

Nuestros lugares en el barrio. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal

Los malestares de Lucía, los malestares de todas. (M)
12:00 - 13:30h
Semanal

Autoestima y autocuidado: trabajando en mí misma. Centro de Servicios Sociales Luz Casanova. (M)
12:00 - 13:30h
Quincenal

TARDE

Mujeres que aman las letras. (M)
17:00 - 18:30h
Semanal

Tejedoras en autonomía. (M)
17:00 - 18:30h
Semanal

La Coral del Lucía. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal

VIERNES 31

Salida: visita al Espacio Fundación Telefónica. (TP)
10:45 - 12:30h



TARDE

Cinefórum: Erin Brockovich. (TP)
17:00 - 19:30h

((M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
<https://madrid.es/go/espaciodeigualdadluciassaornil>

